



2008, 14(2-3), 143-158

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SUGESTIONABILIDAD: EFECTOS SOBRE
EL NIVEL DE ANSIEDAD EN UNA MUESTRA DE MUJERES
UNIVERSITARIAS

J.M. Salguero, D. Ruíz, P. Fernández-Berrocal y H. González-Ordi

Universidad de Málaga

Universidad Complutense de Madrid

Resumen: El presente trabajo muestra los resultados de dos estudios empíricos. En el primero de ellos se explora la relación entre sugestionabilidad (Inventario de Sugestionabilidad, IS; González-Ordi & Miguel-Tobal, 1999) e Inteligencia Emocional Percibida (IEP) (Trait Meta-Mood Scale, TMMS; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995) en una muestra de mujeres universitarias. A partir de estos resultados, un segundo estudio examina la capacidad predictiva e incremental de los componentes de la IEP en la explicación del nivel de ansiedad (ISRA; Miguel-Tobal & Cano-Vindel, 1986) tras controlar la varianza explicada por la sugestionabilidad. Los resultados obtenidos muestran la existencia de un claro patrón de relaciones entre la IEP y la sugestionabilidad, así, el nivel de sugestionabilidad se relaciona con mayores niveles de atención emocional y menores niveles de claridad y reparación. Además, los resultados del segundo estudio añaden evidencia sobre la validez incremental de la IEP en la explicación del nivel de ansiedad. Finalmente, se discuten los resultados y se proponen hipótesis acerca de las bases que subyacen a la relación entre sugestionabilidad e IEP y a su efecto negativo sobre el ajuste emocional.

Palabras clave: Inteligencia Emocional, Sugestionabilidad, Ansiedad, TMMS.

Abstract: The present paper presents two empirical studies. The first one aims to explore the possible relationship between suggestibility (measured by the Inventory of Suggestibility, IS; González-Ordi & Miguel-Tobal, 1999) and perceived emotional intelligence (PEI) (Trait Meta-Mood Scale, TMMS; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995) in a sample of female undergraduate students. Based on the results of the first study, the second one examines the predictive and incremental capacity of PEI to explain anxiety levels (ISRA; Miguel-Tobal & Cano-Vindel, 1986) after controlling for explained variance associated with suggestibility. Results show that there is a clear relationship between suggestibility and perceived emotional intelligence in the sense that higher levels of suggestibility are more related with higher levels of emotional attention and lower levels of emotional clarity and repair. Moreover, such results add evidence to the incremental validity of PEI when explaining levels of anxiety. Finally, several hypotheses on the underlying basis of the relationship between suggestibility and PEI and its negative effect on emotional adjustment are proposed and results are discussed.

Key Words: estudio ex post facto, apoyo social, burnout, bienestar.

Título: Emotional intelligence and suggestibility: effects on anxiety in female undergraduates

El estudio de la inteligencia emocional (IE) ha suscitado a lo largo de los últimos años la atención de numerosos investigadores dentro del campo de la psicología. Desde que los autores Peter Salovey y John Ma-

yer (1990) formularan el primer modelo teórico sobre la IE, hemos asistido al crecimiento de un amplio cuerpo de trabajos científicos interesado en definir las características de esta nueva inteligencia (Mayer, Roberts, & Barsade, 2008; Mayer & Salovey, 1997), mostrar su validez como una inteligencia fidedigna (Mayer, Caruso y Salovey, 1999; Mayer, Salovey, Caruso, & Sitaneiros, 2001), determinar la fiabilidad y utilidad de diferentes herramientas

*Dirigir la correspondencia a
José Martín Salguero Noguera
Facultad de Psicología. Campus de Teatinos s/n
29071. Málaga
E-mail: jmsalguero@cop.es

© Copyright 2007: de los Editores de *Ansiedad y Estrés*

para su evaluación (Brackett & Mayer, 2003; Davies, Stankov, & Roberts, 1998; Extremera, Fernández-Berrocal, & Mestre, 2004; Newsome, Day, & Catano, 2000), así como demostrar su validez predictiva e influencia en diferentes áreas de nuestra vida (Brackett, Mayer & Warner, 2003; Ciarrochi, Deane & Anderson, 2002; Leible & Snell, 2004; Lopes, Salovey & Straus, 2003; Ruiz-Aranda, Fernández-Berrocal, Cabello & Extremera, 2006).

Esta gran proliferación de publicaciones ha dado lugar a la aparición de diferentes enfoques teóricos e instrumentos de evaluación de la IE (para una revisión véase Mayer, Salovey & Caruso, 2000). No obstante, de todas las propuestas presentadas, son diversos los autores que coinciden en señalar al modelo de habilidad de Mayer y Salovey (1997) como la formulación teórica más elaborada y que mayor apoyo empírico ha recibido hasta la fecha (Fernández-Berrocal & Extremera, 2006; Mayer et al., 1999; 2000; 2008). Desde esta perspectiva, la IE se define como la habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular los estados emocionales propios y ajenos; se hace referencia a un conjunto de habilidades diferentes de la inteligencia social, las habilidades sociales o de rasgos de personalidad, que se dirigen a unificar las emociones y el razonamiento, esto es, usar las emociones para facilitar y potenciar los procesos de pensamiento y el razonamiento para pensar de forma inteligente acerca de nuestras emociones (Mayer & Salovey, 1997).

El marco teórico de Mayer y Salovey ha supuesto un contexto idóneo para el estudio de las diferencias individuales en cuanto al grado en que las personas utilizan la información afectiva y la integran en sus procesos de pensamiento, y de cómo ello influye en nuestra adaptación social y psicológica (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995). Para dar cuenta de ta-

les diferencias individuales, uno de los instrumentos más utilizados en el estudio de la IE es la Trait Meta-Mood Scale –TMMS– (Salovey et al., 1995), una medida del rasgo de meta-conocimiento de los estados emocionales que recoge la creencia o percepción de cada persona acerca de su capacidad para atender, comprender o regular sus propias emociones y estados de ánimo, y que los investigadores han dado en conocer como Inteligencia Emocional Percibida (IEP) (Salovey, Stroud, Woolery & Epel, 2002).

Un extenso cuerpo de trabajos empíricos se ha encargado de analizar la validez y utilidad de la TMMS investigando su capacidad predictiva sobre diferentes indicadores de ajuste psicológico (nivel de ansiedad, depresión, satisfacción vital, etc.) así como su relación con otras variables previamente relacionadas con el bienestar social y personal (personalidad, alexitimia, autoestima, empatía, entre otras) (para una revisión véase Extremera & Fernández-Berrocal, 2005a; Fernández-Berrocal & Extremera, 2007).

Siguiendo esta línea de trabajo, el presente estudio pretende abordar un doble propósito, por una parte, analizar la relación existente entre la IEP, evaluada a través de la TMMS, y una variable previamente asociada al desajuste psicológico, la sugestionabilidad; y, por otra parte, investigar la influencia que la IEP y la sugestionabilidad muestran en la explicación del nivel de ansiedad. En nuestra revisión de la literatura no hemos encontrado estudios que analicen estas tres variables de forma conjunta, de otro modo, los estudios encontrados tratan de forma separada las relaciones entre: (1) IEP y ajuste psicológico y (2) sugestionabilidad y ajuste psicológico. A continuación revisaremos algunos resultados destacados en ambas líneas de investigación.

IEP y ajuste psicológico

El primer trabajo llevado a cabo con la TMMS fue desarrollado por Salovey et al. (1995), quienes investigaron el efecto modulador de los diferentes componentes de la IEP en la adaptación a una situación estresante de tipo experimental: la exposición de un vídeo sobre las consecuencias de la conducción temeraria de conductores ebrios. Los resultados obtenidos mostraron cómo mientras el nivel de reparación emocional se relacionaba significativamente con un menor efecto negativo de la exposición del vídeo, aquellas personas con mayor claridad emocional eran las que mejor se recuperaban del estado de ánimo negativo inducido, así como las que menor tasa de pensamientos rumiativos presentaban tras la visión del vídeo.

A partir de este primer estudio, otras investigaciones han encontrado relaciones entre la IEP y diferentes áreas del funcionamiento personal, tales como mayor nivel de satisfacción vital (Extremera & Fernández-Berrocal, 2005b; Palomera & Brackett, 2006; Palmer, Donaldson & Stough, 2002), mejor afrontamiento de situaciones estresantes (Ramos, Fernández-Berrocal & Extremera, 2007; Schmidt & Andrykowski, 2004; Woolery & Salovey, 2004), mayor percepción de salud (Extremera & Fernández-Berrocal, 2002; Latorre & Montañés, 2004), menores niveles de estrés laboral (Augusto, Berrios-Martos, López-Zafra & Aguilar, 2006; Extremera, Durán & Rey, 2005; Limonero, Tomás-Sábado, Fernández-Castro & Gómez-Benito, 2004), mejor rendimiento académico (Pérez & Castejón, 2006) o mayores niveles de bienestar emocional (Extremera, Fernández-Berrocal, Ruiz-Aranda & Cabello, 2006; Limonero et al., 2006; Lischetzke & Eid, 2003).

En un trabajo reciente desarrollado en esta línea, Extremera y Fernández-Berrocal (2006) examinaron la relación existente entre la IE percibida y el nivel de salud física,

psicológica y social de un grupo de estudiantes universitarios. Los resultados mostraron que la atención emocional se relacionó positiva y significativamente con el nivel de ansiedad y depresión, y de forma negativa con rol emocional, el funcionamiento social y la salud mental de los participantes. Por otra parte, claridad y reparación mostraron relaciones negativas con el desajuste emocional y positivas con el rol físico y emocional, la vitalidad, la salud psicológica y la salud general. Los datos de este estudio confirman además la validez predictiva de las dimensiones de la TMMS en la explicación de los niveles de ansiedad, depresión y la salud física, psicológica y mental de los estudiantes universitarios. Estos resultados han sido en parte corroborados por Salguero e Iruarrizaga (2006), quienes mostraron cómo aquellas personas con mayores niveles de emocionalidad negativa, estimada a través del nivel de ansiedad, tristeza/depresión e ira, informaban igualmente de una mayor tendencia a atender a sus emociones y una menor capacidad para poder comprenderlas y regularlas de forma efectiva. Además, mayores niveles de atención emocional y menores niveles de claridad y reparación emocional se mostraron como predictores significativos del nivel de ansiedad.

Los resultados de éstos y otros trabajos presentan a la IEP, evaluada a través de la TMMS, como una variable a considerar a la hora de explicar el ajuste psicológico de las personas. Además, los hallazgos obtenidos con esta prueba muestran efectos diferenciales de cada una de sus subescalas en la salud de las personas (Extremera, Durán & Rey, 2005; Extremera & Fernández-Berrocal, 2005a; 2005b; Extremera & Fernández-Berrocal, 2006), así, mientras la atención emocional se ha relacionado con mayores niveles de malestar emocional, síntomas depresivos y de ansiedad, mayor tendencia a la supresión de pensamientos o mayor informe de síntomas físicos (Extre-

mera & Fernández-Berrocal, 2002; Goldman, Kraemer & Salovey, 2006; Salovey et al., 1995; Salovey et al., 2002), los niveles de claridad y reparación se relacionan con una menor sintomatología ansiosa y depresiva, mayor satisfacción vital, menor presencia de pensamientos rumiativos o mejor salud física percibida (Extremera & Fernández-Berrocal, 2002, 2005a, 2005b, Fernández-Berrocal, Ramos & Extremera, 2001).

Sugestionabilidad y ajuste psicológico

La sugestionabilidad hipnótica ha sido considerada a lo largo de la literatura como una variable vinculada al desajuste psicológico tanto en población normal como en población clínica (para una revisión ver Council, 2004). En palabras de González-Ordi y Miguel-Tobal (1999), las personas sugestionables se caracterizan por:

“...una marcada tendencia a dejarse llevar por la imaginación, fantasear acerca de acontecimientos sucedidos o que podrían suceder, por una buena capacidad para focalizar la atención y abstraerse de sus propios pensamientos o sensaciones, y por implicarse emocionalmente en sus experiencias cotidianas y dejar que los demás influyan en sus actitudes, pensamientos y estados de ánimo, incluso más de lo que ellos consideran conveniente” (p. 70).

Desde este punto de vista, las personas más sugestionables son consideradas como altamente emocionales, esto es, tienen la capacidad de vivir intensamente sus emociones y las emociones ajenas, ya sean éstas positivas o negativas.

Dentro de la literatura clínica, la sugestionabilidad ha sido vinculada con diferentes psicopatologías, principalmente con aquellas en las que la ansiedad desempeña un papel importante. En un trabajo clásico sobre esta relación, Frankel y Orne (1976) encontraron que los pacientes fóbicos eran significativamente más sugestionables que las personas pertenecientes a una muestra

control, además, aquellos con fobias múltiples lo eran aun más que los que presentaban una fobia simple. Estudios posteriores han corroborado consistentemente la relación entre conductas fóbicas y sugestionabilidad (Crawford & Barabasz, 1993; Gerschman, Burrows, & Reade, 1987). Resultados similares han sido documentados en la relación entre sugestionabilidad y estrés postraumático. Spiegel, Hunt y Dondershine (1988) y Stutman y Bliss (1985) mostraron cómo aquellos veteranos de la guerra de Vietnam diagnosticados de un trastorno por estrés postraumático (TEP) eran significativamente más hipnotizables que los veteranos sin TEP. Aunque, en general, los hallazgos encontrados no permiten sostener una relación causal entre sugestionabilidad y TEP, Butler, Duran, Jasiukaitis, Koopman y Spiegel (1996) proponen un modelo de diátesis-estrés según el cual las personas altamente hipnotizables pueden desarrollar sintomatología postraumática ante experiencias menos intensas, considerándose la sugestionabilidad como un factor de predisposición para la aparición del TEP tras una experiencia traumática menos intensa.

Otros trabajos han relacionado la sugestionabilidad con trastornos de la alimentación (Vanderlinden, 1993), mostrándose cómo las pacientes con bulimia nerviosa son significativamente más hipnotizables que el grupo control sin bulimia (Barabasz, 1991) o cómo una alta sugestionabilidad puede facilitar la adopción de actitudes extremas y distorsiones cognitivas relacionadas con el cuerpo (Groth-Marnat & Schumaker, 1990), así como con trastornos dissociativos (Merckelbach & Muris, 2001; Putnam & Carlson, 1998) y trastornos somatomorfes (Wickramasekera, 1993).

En estudios con población normal, la sugestionabilidad se ha relacionado también con un mayor nivel de ansiedad. González Ordi (1994) encontró que las perso-

nas altamente sugestionables manifestaban significativamente un mayor rasgo de ansiedad, un mayor nivel de ansiedad fisiológica informada, así como mayor ansiedad ante situaciones de evaluación y situaciones de la vida cotidiana. Estos resultados fueron corroborados posteriormente con diferentes instrumentos de evaluación de la ansiedad así como con una medida de ansiedad-estado antes de la exposición a una condición de laboratorio (González Ordi & Miguel-Tobal, 2001). Según el autor, la sugestionabilidad puede ser considerada como una variable moduladora de la ansiedad en el sentido en que las personas más sugestionables tienden a manifestar mayor propensión a experimentar las situaciones de forma ansiógena.

Como podemos observar, a lo largo de la literatura especializada tanto la IEP como la sugestionabilidad han sido variables vinculadas de forma general con nuestra salud psicológica y, de forma específica, con el nivel de ansiedad. En base a ello, el presente trabajo pretende analizar, a través de dos estudios diferentes, los siguientes objetivos:

- Explorar las relaciones existentes entre los diferentes componentes de la IEP y la sugestionabilidad (estudio 1). Hipotetizando que la dimensión de atención emocional se relacionará de forma positiva con el nivel de sugestionabilidad, mientras que la claridad y la reparación emocional mostrarán una relación contraria.

- Explorar la relación entre IEP, sugestionabilidad y el nivel de ansiedad (estudio 2). En este caso en base a la hipótesis de que tanto la atención emocional como la sugestionabilidad mostrarán relaciones positivas con el rasgo de ansiedad, mientras que las dimensiones de claridad y reparación se relacionarán de forma negativa.

- Explorar la validez incremental de la IEP en la explicación del nivel de ansiedad tras controlar el efecto de la sugestionabili-

dad (estudio 2). Hipotetizando que las dimensiones de la IEP conseguirán explicar parte de la varianza del nivel de ansiedad no explicada por la sugestionabilidad.

Estudio 1

Método

Participantes

Los cuestionarios empleados fueron completados por un total de 276 participantes (247 mujeres y 29 hombres) estudiantes de la Escuela de Trabajo Social (54,26%) y la Facultad de Psicológica (45,74%) de la Universidad Complutense de Madrid. Del total de la muestra, y dado el bajo número de varones, se decidió utilizar sólo los datos de las participantes femeninas, por tanto, la muestra final a partir de la cual se llevó a cabo el análisis de datos quedó constituida por 247 mujeres con una media de edad de 21,94 años (desviación típica de 3,96) y un rango de 18 a 52 años.

Instrumentos

Trait Meta-Mood Scale-24 -TMMS-24- (Fernández-Berrocal, Extremera & Ramos, 2004). Se trata de una adaptación al castellano de la Trait Meta-Mood Scale (TMMS) elaborada por Salovey et al. (1995). Esta escala evalúa la creencia o percepción que cada persona posee acerca de la capacidad para atender, comprender o regular sus propios estados emocionales, esto es, una medida del nivel de inteligencia emocional percibida en su dimensión intrapersonal. Consta de 24 ítems presentados en un formato tipo Likert de 5 puntos (1=muy en desacuerdo, 5=muy de acuerdo) y distribuidos en tres subfactores (8 ítems por factor): Atención emocional, grado en que cada sujeto piensa acerca de sus sentimientos; Claridad emocional, habilidad para comprender nuestros propios estados de humor; y Regulación emocional, o reparación, capacidad para reparar los estados emocionales negativos y mantener los

positivos. El coeficiente de fiabilidad fue de $\alpha = .90$ para atención, $\alpha = .90$ para claridad, y $\alpha = .86$ para reparación (Fernández-Berrocal et al., 2004).

Inventario de Sugestionabilidad (IS; González-Ordi & Miguel-Tobal, 1999). Esta prueba está formada por 22 ítems presentados en un formato de respuesta escalar tipo Lickert donde cada persona deben responder en función de la frecuencia con que las reacciones descritas aparecen en su vida cotidiana (0 = casi nunca; 4 = casi siempre), ofreciendo una medida general de sugestionabilidad (tendencia o propensión a ser sugestionado en diferentes ámbitos de la vida cotidiana) y cuatro subescalas que permiten conocer en qué aspectos es más sugestionable cada persona: Fantaseo, referida a la tendencia a evadirse o dejarse llevar a través de la imaginación, la voz o la música, es decir, la capacidad para fantasear acerca de las cosas o “soñar despierto”; Absorción, o concentración, que evalúa la capacidad para focalizar su atención, concentrarse en imágenes y sensaciones propias o experimentar con viveza sensaciones a través de la imaginación; Implicación emocional, hace referencia a la capacidad de la persona para implicarse emocional y activamente en el contenido del mensaje estimular; e Influenciabilidad, que mide el grado en que un individuo permite que otros influyan en sus pensamientos, sentimientos o estados de ánimo. El I.S. ha mostrado en diferentes análisis psicométricos ser una prueba con adecuada estabilidad en el tiempo (fiabilidad test-retest, en un intervalo de 3 meses, de .70), aceptable consistencia interna ($\alpha = 0.79$) y validez divergente (mostrándose como una variable independiente de otros constructos tradicionalmente asociados a ella) (para una revisión ver González-Ordi & Miguel-Tobal, 1999).

Procedimiento

La participación fue voluntaria, garantizando en todo momento la confidencialidad y

anonimato de los datos, y explicitando que los mismos serían utilizados únicamente a nivel estadístico. Las pruebas se administraron de forma colectiva en grupos que no excedían las 35 personas y con una duración aproximada de 15 minutos, aunque no existía un tiempo límite establecido.

Para los análisis de datos se utilizó el paquete estadístico SPSS 15.

Resultados del estudio 1

En la Tabla 1 se muestran los estadísticos descriptivos (media y desviación típica) junto con los resultados del análisis de correlaciones entre la TMMS y el IS. Como podemos observar, se aprecian relaciones significativas entre las dimensiones de IEP y sugestionabilidad, en concreto, la atención emocional correlaciona de forma positiva con fantaseo, implicación emocional e influenciabilidad, así como con el total de sugestionabilidad. Por otra parte, claridad emocional correlaciona de forma negativa con influenciabilidad y de forma positiva con absorción, siendo la tendencia de relaciones con el resto de las dimensiones del IS negativa aunque sin alcanzar niveles de significación estadística. Por último, al igual que claridad, la reparación emocional muestra una relación negativa con implicación emocional, influenciabilidad y el nivel de sugestionabilidad total, y positiva con absorción; la correlación con fantaseo no obtiene significación estadística aunque la tendencia es ligeramente negativa.

Discusión del estudio 1

Los resultados del primer estudio muestran la existencia de una relación significativa entre las dimensiones de IEP y el nivel de sugestionabilidad y sus diferentes componentes. Así, podemos observar cómo aquellas mujeres que manifiestan prestar mayor atención a sus emociones informan igualmente de mayor capacidad para fantasear o

Tabla 1. Estadísticos descriptivos y correlaciones entre los factores de la inteligencia emocional percibida y la sugestionabilidad

	M	S.D.	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Atención	25.70	6.15	--							
2. Claridad	24.69	6.21	.087	--						
3. Reparación	25.01	6.62	-.084	.47**	--					
4. Fantaseo	8.93	3.24	.21**	-.09	-.07	--				
5. Absorción	9.69	2.51	.061	.33**	.27**	.26**	--			
6. Implicación	9.52	3.43	.27**	-.02	-.17**	.31**	.22**	--		
7. Influenciabilidad	9.33	3.40	.25**	-.16**	-.34**	.26**	-.047	.41**	--	
8. IS-Total	45.08	10.05	.33**	-.07	-.19**	.69**	.42**	.73**	.70**	--

** $p < 0.01$

“soñar despiertas”, implicarse emocionalmente en diferentes situaciones, dejarse llevar por las opiniones, actitudes o estados emocionales de otras personas, así como de una mayor tendencia a ser sugestionadas en diferentes ámbitos de su vida cotidiana.

Por otra parte, la claridad emocional percibida se ha relacionado de forma positiva con la capacidad de absorción o concentración y de forma negativa con la influenciabilidad. Es posible que un nivel adecuado de concentración facilite nuestra capacidad para clarificar y comprender los estados emocionales, mientras que, por otra parte, dicha capacidad de comprensión asegure una menor influencia de los pensamientos y estados emocionales ajenos. En este sentido, aquellas personas que se perciben como más capaces de entender el por qué de sus estados emocionales pueden tener una menor necesidad de dejarse llevar por las emociones ajenas. En cuanto a la reparación emocional, ésta ha mostrado relaciones positivas con absorción y negativas con implicación emocional, influenciabilidad y el nivel general de sugestionabili-

dad. Por tanto, y al igual que ocurría con la claridad emocional, la capacidad de concentrarnos en imágenes y sensaciones propias puede actuar como una variable facilitadora de la regulación emocional, mientras que la habilidad para reparar las emociones permite una menor implicación emocional, menor influencia de los estados emocionales ajenos y una menor tendencia a ser sugestionado en nuestra vida cotidiana.

Por tanto, y tomando en cuenta los resultados obtenidos, el perfil de IEP de aquellas personas altamente sugestionables se ha caracterizado por altos niveles de atención emocional y bajos niveles de claridad y reparación de sus emociones. Las personas sugestionables han sido consideradas como más capaces de vivir intensamente las emociones, tanto positivas como negativas, en este sentido, es posible que esta alta vivencia emocional sea en parte explicada por una mayor tendencia a atender a las emociones, así como por una cierta dificultad a la hora de comprenderlas y regularlas, un patrón de IEP que puede predisponer a las personas al mantenimien-

to e intensificación de sus estados emocionales, perjudicando su ajuste emocional en caso de que tales emociones sean negativas.

Estudio 2

Método

Participantes

En este estudio contamos con una muestra de 134 mujeres estudiantes universitarias de la Escuela Superior de Trabajo Social de la Universidad Complutense de Madrid, con una media de edad de 22,37 años (desviación típica = 4,67) y un rango de 18 a 52 años.

Instrumentos

El nivel de sugestionabilidad y de IEP se midió con los mismos instrumentos utilizados en el estudio 1 y cuyas características se han descrito anteriormente.

El nivel de ansiedad se evaluó a través del Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad- formato abreviado para investigación (ISRA-B; Miguel-Tobal & Cano-Vindel, 1994). Se trata de una adaptación del Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad (ISRA, Miguel-Tobal & Cano-Vindel, 1986), que reduce el número de ítems de la prueba original y facilita su aplicación para fines de investigación. Esta prueba nos permite obtener una puntuación del nivel de ansiedad informado por cada persona en el triple sistema de respuesta (ansiedad a nivel cognitivo, fisiológico y motor). Igualmente, ofrece una puntuación del nivel de ansiedad ante cuatro áreas situacionales diferentes: FI- Ansiedad de evaluación, que incluye situaciones que implican evaluación y asunción de responsabilidades; FII- Ansiedad ante situaciones interpersonales y de interacción social; FIII- Ansiedad ante situaciones fóbicas; y FIV- Ansiedad ante situaciones habituales de la vida cotidiana. Por último,

se incluye una puntuación total de la prueba, Total ISRA-B, que es una medida general del nivel de respuestas y situaciones de ansiedad. En estudios preliminares, la prueba ha mostrado buenas propiedades psicométricas, la consistencia interna de las escalas osciló entre $\alpha = .66$ y $.89$ en cuanto a las respuestas de ansiedad, y $\alpha = .59$ y $.89$ en las situaciones de ansiedad, siendo $\alpha = .92$ en la puntuación total de la prueba; además, presenta una adecuada fiabilidad test-retest ($\alpha = .73$ en el total de respuestas, $\alpha = .78$ en el total de situaciones, y $\alpha = .78$ en el total ISRA-B) y altas correlaciones con su predecesora (Miguel-Tobal & Cano-Vindel, 1994).

Procedimiento

Nuevamente la participación fue voluntaria, todas las participantes fueron informadas de que iban a participar en un estudio acerca de emociones y salud, asegurándose en todo momento la confidencialidad de los datos. La administración de las pruebas se realizó de forma grupal y sin límite de tiempo.

Para los análisis de correlaciones y de regresión se utilizó el paquete estadístico SPSS 15.

Resultados del estudio 2

En la Tabla 2 se presentan los estadísticos descriptivos (media y desviaciones típicas) de las tres pruebas incluidas en el estudio.

La matriz de correlaciones entre la TMMS y el ISRA-B aparece en la Tabla 3. Los resultados nos muestran un claro patrón de correlaciones entre los diferentes componentes de la IEP y las respuestas y situaciones de ansiedad; en concreto, mientras que la atención emocional presenta correlaciones positivas y significativas con todos los factores del ISRA-B (a excepción de ansiedad interpersonal, aunque la tendencia es igualmente positiva), tanto clari-

Tabla 2. Estadísticos descriptivos de las variables incluidas en el estudio

	Media	SD
1. Atención	26,23	6,30
2. Claridad	22,85	6,22
3. Reparación	24,32	6,68
4. Fantaseo	8,45	3,34
5. Absorción	8,97	2,35
6. Implicación	8,83	3,40
7. Influenciabilidad	8,94	3,74
8. Total	42,76	10,71
9. Ansiedad Cognitiva	13,17	5,30
10. Ansiedad Fisiológica	9,64	6,67
11. Ansiedad Motora	9,86	4,10
12. Ansiedad Total	32,68	13,81
13. Ansiedad de evaluación	16,29	5,15
14. Ansiedad interpersonal	5,19	3,15
13. Ansiedad fóbica	5,81	3,74
14. Ansiedad cotidiana	4,05	2,39
15. Total situaciones de ansiedad	35,61	12,75
16. Total ISRA-B	68,30	24,58

Tabla 3. Correlaciones entre los factores de la inteligencia emocional percibida y el nivel de ansiedad

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1. Atención	-												
2. Claridad	,12	-											
3. Reparación	-,06	,47**	-										
4. Ansiedad Cognitiva	,31**	-,38**	-,45**	-									
5. Ansiedad Fisiológica	,27**	-,23**	-,25**	,60**	-								
6. Ansiedad Motora	,29**	-,23**	-,31**	,54**	,63**	-							
7. Ansiedad Total	,34**	-,33**	-,39**	,83**	,90**	,81**	-						
8. Ansiedad evaluación	,28**	-,33**	-,35**	,62**	,49**	,54**	,64**	-					
9. Ansiedad interpersonal	,16	-,30**	-,30**	,47**	,39**	,40**	,49**	,61**	-				
10. Ansiedad fóbica	,31**	-,22**	-,13	,39**	,43**	,27**	,44**	,38**	,40**	-			
11. Ansiedad cotidiana	,36**	-,19*	-,32**	,58**	,60**	,51**	,66**	,56**	,56**	,39**	-		
12. Total situaciones de ansiedad	,37**	-,33**	-,36**	,67**	,59**	,54**	,71**	,86**	,79**	,67**	,76**	-	
13. Total ISRA-B	,38**	-,36**	-,40**	,82**	,81**	,74**	,93**	,81**	,68**	,60**	,77**	,91**	-

**p<0,1; *p<0,05

dad como reparación emocional muestran relaciones opuestas. El componente de claridad emocional se relaciona negativa y significativamente con todos los factores de la prueba principalmente con la ansiedad a nivel cognitivo y con la puntuación total de la prueba, por otra parte, reparación emocional se relaciona negativa y significativamente con todos los factores a excepción de ansiedad fóbica (aunque la tendencia es similarmente negativa), apareciendo las correlaciones más significativas con ansiedad a nivel cognitivo, el total de respuestas de ansiedad, ansiedad ante situaciones de evaluación, el total de situaciones de ansiedad y la puntuación total de la prueba.

En cuanto a la relación entre sugestionabilidad y nivel de ansiedad, en la Tabla 4 se muestran las correlaciones entre el IS y el ISRA-B. Como podemos observar, tanto la puntuación total del IS como las subescalas de fantaseo, implicación emocional e influenciabilidad, presentan correlaciones positivas y significativas con cada uno de

los factores del ISRA-B, siendo absorción el único factor que no presenta relaciones estadísticamente significativas. En concreto, de las diferentes escalas del IS, aquellas que presentan correlaciones más significativas son influenciabilidad y el nivel total de sugestionabilidad (Total IS).

Tomando los resultados mostrados por los análisis de correlación exploramos, a partir de un análisis de regresión jerárquica, la capacidad predictiva de las dimensiones de la IEP sobre el nivel de ansiedad una vez controlado el efecto de la sugestionabilidad (Tabla 5). Tras incluir la variable edad en un primer paso como covariable, continuamos en un segundo paso introduciendo los subfactores de fantaseo, implicación emocional e influenciabilidad de la prueba IS (el factor de absorción se excluyó del análisis al no mostrar relaciones significativas con el nivel de ansiedad), por último, en un tercer paso, se incluyeron las dimensiones de IEP, Atención, Claridad y Reparación. La covariable sexo no fue introducida en el análisis puesto que la mues-

Tabla 4. Correlaciones entre sugestionabilidad y el nivel ansiedad

	Fantaseo	Absorción	Implicación	Influenciabilidad	Total IS
Ansiedad Cognitiva	,29**	-,13	,40**	,63**	,53**
Ansiedad Fisiológica	,26**	-,01	,40**	,42**	,46**
Ansiedad Motora	,35**	,05	,37**	,57**	,57**
Ansiedad Total	,34**	-,04	,46**	,62**	,60**
Ansiedad de evaluación	,25**	-,02	,35**	,53**	,49**
Ansiedad interpersonal	,21*	-,05	,24**	,43**	,39**
Ansiedad fóbica	,19*	-,06	,39**	,35**	,37**
Ansiedad cotidiana	,24**	,01	,35**	,38**	,44**
Total situaciones de ansiedad	,28**	-,04	,43**	,55**	,54**
Total ISRA-B	,34**	-,04	,48**	,63**	,62**

** p<.01; * p<.05

Tabla 5. Regresión múltiple jerárquica en la predicción del nivel de ansiedad

	R ²	F	β	P	ΔR ²
Paso 1	.00	1.68			.19
1. Edad			-.13	.109	
Paso 2	.44	27.63			.44**
1. IS-Fantaseo			.08	.224	
2. IS-Implicación			.22	.004**	
3. IS-Influenciabilidad			.49	.000**	
Paso 3	.49	19.54			.05**
1. TMMS-Atención			.21	.003**	
2. TMMS-Claridad			-.17	.021**	
3. TMMS-Reparación			-.10	.222	

** p<.01; * p<.05

tra está formada únicamente por mujeres.

Como podemos observar, un total del 49% de la varianza del nivel de ansiedad fue explicado por las dimensiones incluidas en el análisis. En concreto, los componentes de implicación emocional e influenciabilidad explican el 44% de la varianza, siendo la influenciabilidad la que presenta mayor significación estadística ($p = .000$; $p < .01$). Por otra parte, las dimensiones de atención y claridad emocional añaden un 5% adicional a la varianza, siendo esta variación significativamente estadística ($\Delta R^2 = .002$, $p < .01$), y mostrándose la atención emocional como la dimensión de IEP con mayor significación ($p = .003$; $p < .01$). Por tanto, de todas las dimensiones de la IEP y del índice de sugestionabilidad, la atención emocional y claridad emocional, en cuanto a la IE, y la influenciabilidad e implicación emocional, en cuanto a la sugestionabilidad, son aquellas que mayor peso muestran a la hora de explicar el nivel de ansiedad.

Discusión del estudio 2

En cuanto al análisis de correlaciones, los resultados obtenidos corroboran la presencia de efectos diferenciales de cada una de las subescalas de la TMMS en relación a las respuestas y situaciones de ansiedad, así como al nivel total de ansiedad. De este modo, y como se ha puesto de manifiesto a lo largo de la literatura, mientras que la atención emocional se relaciona de forma positiva y significativa con casi todas las repuestas y situaciones de ansiedad, la claridad y reparación emocional muestran un patrón de correlaciones opuestos, es decir, relaciones negativas y significativas con los diferentes factores de la prueba ISRA-B. Aquellas personas que creen muy importante prestar atención a sus emociones y preocuparse por ellas informan de mayores niveles de ansiedad en sus tres sistemas de respuesta (cognitiva, fisiológica y motora) y en situaciones de evaluación, fóbicas y de la vida cotidiana. Sin embargo, la percepción de ser capaz de comprender y regular las emociones propias se relaciona con una menor manifestación de ansiedad

en todos sus niveles de respuesta así como en diferentes situaciones, esto es, situaciones de evaluación, interpersonales, fóbicas y de la vida cotidiana en el caso de claridad, y situaciones de evaluación, interpersonales y de la vida cotidiana en el caso de reparación. Por tanto, y en consonancia con estudios anteriores (Extremera & Fernández-Berrocal, 2006; Salguero e Iruarrizaga, 2006), podemos decir que el perfil de IEP de aquellas personas con un mayor nivel de ansiedad estaría comprendido por altos niveles de atención emocional y bajos niveles de claridad y reparación.

En lo que respecta a la relación entre la sugestionabilidad y el nivel de ansiedad, los resultados muestran la existencia de un claro patrón de relaciones. De este modo, las subescalas de fantasía, implicación emocional e influenciabilidad, así como el total de sugestionabilidad, se relacionan de forma positiva y significativa con todas las respuestas y situaciones de ansiedad, mientras que la subescala de absorción no presenta relaciones apoyadas estadísticamente. Además, las correlaciones más significativas se establecen con las subescalas de implicación e influenciabilidad y con la puntuación total de sugestionabilidad. Por tanto, parece que aquellas personas que se consideran más capaces de fantasear acerca de determinados eventos y, principalmente, que se perciben con mayor tendencia a implicarse emocionalmente en las situaciones y dejarse llevar por las emociones o actitudes ajenas, informan de una mayor presencia de síntomas de ansiedad en sus tres sistemas de respuesta, así como de mayor ansiedad ante situaciones de evaluación, interpersonales, fóbicas y de la vida cotidiana.

En cuanto al análisis de regresión jerárquica, los resultados confirman la validez predictiva de la IEP en la explicación del nivel de ansiedad, incluso tras controlar el efecto de la sugestionabilidad. De forma

más específica, son las dimensiones de implicación emocional e influenciabilidad, en el caso de la sugestionabilidad, y atención y claridad emocional, en el caso de la IEP, aquellas que se muestran como predictores significativos. Así, mientras que la implicación emocional y la influenciabilidad explican un 44% de la varianza del nivel de ansiedad, la atención emocional y la claridad emocional (en sentido negativo) añaden un 5% a la varianza explicada.

Estos resultados arrojan luz sobre la hipótesis propuesta por González-Ordi (1994) de que la sugestionabilidad actúa como una variable vinculada al nivel de ansiedad. Además, de los diferentes componentes de la sugestionabilidad, serán la implicación emocional y la influenciabilidad los que mejor responden a esta función. Parece, por tanto, que aquellas personas que se implican emocional y activamente en el mensaje estimular y son más influenciables ante los pensamientos, actitudes y emociones ajenas, presentan una mayor tendencia a interpretar las situaciones de forma ansiógena, mostrando por tanto mayores niveles de ansiedad. Por otra parte, el hecho de que el nivel de ansiedad sea predicho por una mayor atención emocional y menor claridad emocional constata otros hallazgos que muestran la importancia de estas variables como predictoras de consecuencias emocionales negativas (Extremera & Fernández-Berrocal, 2002; Salguero & Iruarrizaga, 2006; Salovey et al., 1995).

Discusión general

Mientras que la sugestionabilidad se ha asociado a lo largo de la investigación con la presencia de diferentes psicopatologías y un mayor nivel de ansiedad, la IE se ha propuesto recientemente como una variable a considerar en la explicación de la salud física y psicológica de las personas (Ciarrochi, Chan, Caputi & Roberts, 2001). En

el presente trabajo hemos perseguido un doble objetivo, por una parte, analizar la relación existente entre estas variables y, por otra parte, examinar la influencia de ambas sobre el nivel de ansiedad.

Los resultados obtenidos nos permiten confirmar la existencia de relaciones significativas entre los componentes de la sugestionabilidad y las dimensiones de la IEP en el sentido en que las personas más sugestionables presentan igualmente mayores niveles de atención emocional y menores niveles de comprensión y reparación emocional. En esta línea, hemos postulado la posibilidad de que una mayor atención emocional, unida a una baja comprensión y regulación, se encuentre en la base de la intensidad emocional característica de las personas sugestionables, propiciando de este modo una mayor tendencia a fantasear, implicarse emocionalmente en el contenido del mensaje estimular o dejarse llevar por los estados emocionales y actitudes de otras personas.

Por otra parte, las dimensiones de atención y claridad emocional han mostrado su capacidad predictiva en la explicación del nivel de ansiedad incluso tras controlar el efecto de la sugestionabilidad. Estos datos añaden evidencias a los resultados encontrados en otros estudios que corroboran la validez predictiva e incremental de la IEP en la predicción de nuestra salud psicológica tras controlar el efecto de otras variables relacionadas (como por ejemplo, rasgos de personalidad o inteligencia verbal) (Bastian, Burns, & Nettelbeck, 2005; Extremera, & Fernández-Berrocal, 2005b; Palmer, Donaldson & Stough, 2002) y constatan la importancia que la percepción de las habilidades emocionales posee en la determinación de nuestro ajuste emocional.

Limitaciones e investigaciones futuras

Nuestro trabajo supone un primer acercamiento al estudio de la relación entre IEP y sugestionabilidad. Será labor de futuras

investigaciones corroborar la veracidad de las hipótesis propuestas y seguir ahondando en la explicación de los mecanismos que subyacen a la relación entre ambas variables, así como a su influencia sobre el nivel de ansiedad y el ajuste emocional. En este sentido, sería interesante analizar el papel de la sugestionabilidad como variable moduladora de la influencia de la IEP sobre el ajuste emocional, determinando en qué condiciones la IEP presenta un mayor efecto sobre la emocionalidad negativa y en la línea de otros trabajos que han mostrado un efecto modulador de diferentes características de personalidad en la relación entre IE y estrés (Gohm, Corser & Dalsky, 2005).

Igualmente, se hace necesario corroborar los resultados encontrados a través de muestras que comprendan personas de ambos sexos, permitiendo así una mayor generalización de las conclusiones. Estudios previos han encontrado diferencias significativas en cuanto a la IEP de mujeres y hombres (Extremera, Durán & Rey, 2007), mostrando las mujeres mayores niveles de atención emocional y los hombres una mayor claridad y regulación de sus emociones. En esta línea, es posible que la existencia de diferencias en el procesamiento emocional entre hombres y mujeres ayude a explicar la mayor prevalencia de problemas de ansiedad en el caso de éstas.

Por último, un siguiente paso en esta línea de investigación sería incluir muestras de población clínica, con diagnóstico de trastornos de ansiedad. De corroborarse nuestros resultados, los tratamientos psicológicos podrían considerar la inclusión de estrategias específicas para modificar las variables de la IEP y la sugestionabilidad como forma de regular el nivel de ansiedad.

Conclusiones

A pesar de las limitaciones señaladas, los resultados mostrados en este estudio

son importantes por varias razones. En primer lugar nos permiten relacionar a la IEP con una variable anteriormente asociada a diferentes psicopatologías y a un peor ajuste psicológico, la sugestionabilidad. Por otra parte, añade evidencias acerca de la validez incremental de los componentes atención y claridad emocional en la explicación del nivel de ansiedad. Futuras inves-

tigaciones deberán ahondar en las bases que subyacen a la relación entre la IE y la sugestionabilidad y en la forma en que ambas variables interaccionan de cara a explicar el ajuste emocional.

Artículo recibido: 15-04-2008
aceptado: 21-06-2008

Referencias bibliográficas

- Augusto, J.M., Berrios-Martos, M.P., López-Zafra, E., & Aguilar, M.C. (2006). Relación entre burnout e Inteligencia Emocional y su impacto en la salud mental, bienestar y satisfacción laboral en profesionales de enfermería. *Ansiedad y Estrés, 12*, 479-493.
- Barabasz, M. (1991). Hypnotizability in bulimia. *International Journal of Eating Disorders, 10*, 117-120.
- Bastian V.A., Burns, N.R., & Nettelbeck, T. (2005). Emotional intelligence predicts life skills, but not as well as personality and cognitive abilities. *Personality and Individual Differences, 39*, 1135-1145.
- Brackett, M.A. & Mayer, J.D. (2003). Convergent, discriminant and incremental validity of competing measures of emotional intelligence. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*, 1147-1158.
- Brackett, M.A., Mayer, J.D., & Warner, R.M. (2003). Emotional intelligence and its relation to everyday behaviour. *Personality and Individual Differences, 36*, 1387-1402.
- Butler, L.D., Duran, R.E., Jasiukaitis, P., Koopman, C., & Spiegel, D. (1996). Hypnotizability and traumatic experience: A diathesis-stress model of dissociative symptomatology. *American Journal of Psychiatry, 153*, 42-63.
- Ciarrochi, J.V., Chan, A., Caputi, P., & Roberts, R. (2001). Measuring emotional intelligence. En J.V. Ciarrochi, J.P. Forgas y J.D. Mayer (Eds.), *Emotional intelligence in everyday life*. Philadelphia: Psychology Press.
- Ciarrochi, J.V., Deane, F.P., & Anderson, S. (2002). Emotional intelligence moderates relationship between stress and mental health. *Personality and Individual Differences, 32*, 197-209.
- Council, J.R. (2004). Personalidad, Psicopatología y sugestionabilidad hipnótica. *Papeles del Psicólogo, 89*, 16-26.
- Crawford, H.J. & Barabasz, A.E. (1993). Phobias and intense fears: Facilitating their treatment with hypnosis. En J.W. Rhue, S.J. Lynn & I. Kirsch (eds.), *Handbook of Clinical Hypnosis* (pp. 311-337). Washington, DC: American Psychological Association.
- Davies, M., Stankov, L., & Roberts, R.D. (1998). Emotional intelligence: in search of an elusive construct. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 989-1015.
- Extremera, N., Durán, A., & Rey, L. (2005). La inteligencia emocional percibida y su influencia sobre la satisfacción vital, la felicidad subjetiva y el engagement en trabajadores de centros para personas con discapacidad intelectual. *Ansiedad y Estrés, 11*, 63-73.
- Extremera, N., Durán, A., & Rey, L. (2007). Perceived emotional intelligence and dispositional optimism-pessimism: Analyzing their role in predicting psychological adjustment among adolescents. *Personality and Individual Differences, 42*, 1069-1079.
- Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2002). Relation of perceived emotional intelligence and health-related quality of life in middle-aged women. *Psychological Reports, 91*, 47-59.
- Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2005a). Inteligencia emocional percibida y diferencias individuales en el meta-conocimiento de los estados emocionales: una revisión de los estudios con el Trait Meta-Mood Scale. *Ansiedad y Estrés, 11*, 101-122.
- Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2005b). Perceived emotional intelligence and life satisfaction: Predictive and incremental validity using the Trait Meta-Mood Scale. *Personality and Individual Differences, 39*, 937-948.

- Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2006). Emotional intelligence as predictor of mental, social and physical health in university students. *The Spanish Journal of Psychology*, 9, 45-51.
- Extremera, N., Fernández-Berrocal, P., & Mestre, J.M. (2004). Medidas de evaluación de la Inteligencia Emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36, 209-228.
- Extremera, N., Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D., & Cabello, R. (2006). Inteligencia emocional, estilos de respuesta y depresión. *Ansiedad y Estrés*, 12, 191-205.
- Fernández-Berrocal, P. & Extremera, N. (2006). La investigación de la inteligencia emocional en España. *Ansiedad y Estrés*, 12, 139-153.
- Fernández-Berrocal, P. & Extremera, N. (2007). Inteligencia emocional y salud. En J.M. Mestre & P. Fernández-Berrocal (Eds.), *Manual de inteligencia emocional* (pp. 173-187). Madrid: Pirámide.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94, 47-59.
- Fernández-Berrocal, P., Ramos, N., & Extremera, N. (2001). Inteligencia emocional, supresión crónica de pensamientos y ajuste psicológico. *Boletín de Psicología*, 70, 79-95.
- Frankel, F.H. & Orne, M.T. (1976). Hypnotizability and phobic behavior. *Archives of General Psychiatry*, 31, 261-263.
- Gerschman, J., Burrows, G.D., & Reade, P. (1987). Hypnotizability and dental phobic disorders. *International Journal of Psychosomatics*, 33, 42-47.
- Gohm, C.L., Corser, G.C., & Dalsky, D.J. (2005). Emotional intelligence under stress: Useful, unnecessary, or irrelevant. *Personality and Individual Differences*, 39, 1017-1028.
- Goldman, S.L., Kraemer, D.T., & Salovey, P. (1996). Beliefs about mood moderate the relationships of stress to illness and symptom reporting. *Journal of Psychosomatic Research*, 41, 128-155.
- González Ordi, H. (1994). Sugestión, sugestionabilidad y ansiedad: investigación e implicaciones clínicas. *Ansiedad y Estrés*, 0, 135-145.
- González Ordi, H. & Miguel-Tobal, J.J. (1999). Características de la sugestionabilidad y su relación con otras variables psicológicas. *Anales de Psicología*, 15, 57-75.
- González Ordi, H. & Miguel-Tobal, J.J. (2001). La sugestionabilidad como variable moduladora en la imaginación de escenas ansiógenas. *Ansiedad y Estrés*, 7, 89-110.
- Groth-Marnat, G. & Schumaker, J.F. (1990). Hypnotizability, attitude toward eating and concern with body size in female college population. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 32, 194-200.
- Latorre, J.M. & Montañés, J. (2004). Ansiedad, inteligencia emocional y salud en la adolescencia. *Ansiedad y Estrés*, 10, 111-125.
- Leible, T. L. & Snell, W. E. Jr., (2004). Borderline personality disorders and aspects of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 37, 393-404.
- Limonero, J.T., Tomás-Sábado, J., & Fernández-Castro, J. (2006). Relación entre Inteligencia Emocional Percibida y ansiedad ante la muerte en estudiantes universitarios. *Ansiedad y Estrés*, 12, 267-278.
- Limonero, J.T., Tomás-Sábado, J., Fernández-Castro, J. & Gómez-Benito, J. (2004). Influencia de la inteligencia emocional percibida en el estrés laboral de enfermería. *Ansiedad y Estrés*, 10, 29-41.
- Lischetzke, T. & Eid, M. (2003). Is attention to feelings beneficial or detrimental to affective well-being? Mood regulation as a moderator variable. *Emotion*, 3, 361-377.
- Lopes, P.N., Salovey, P., & Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual Differences*, 35, 641-658.
- Mayer, J., Caruso, D., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27, 267-298.
- Mayer, J., Roberts, R.D., & Barsade, G. (2008). Human Abilities: Emotional Intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59, 13.1-13.30.
- Mayer, J.D. Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: implications for educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Mayer, J.D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). Models of emotional intelligence. En R.J. Sternberg (Ed.), *Handbook of intelligence* (pp. 396-420). New York: Cambridge.
- Mayer, J.D., Salovey, P., Caruso, D., & Sitarenios, G. (2001). Emotional intelligence as a standard intelligence. *Emotion*, 1, 232-242.
- Merckelbach, H. & Muris, P. (2001). The causal link between self-report trauma and dissociation: a critical review. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 245-254.
- Miguel-Tobal, J.J. & Cano Vindel, A. (1986). *Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad*. Madrid: TEA Ediciones.
- Miguel Tobal, J.J & Cano Vindel, A. (1994). *Inventario de Si-*

- tuaciones y Respuestas de Ansiedad Breve –ISRA. B- Versión experimental. No publicado.
- Newsome, S., Day, A. L., & Catabano, V. M. (2000). Assessing the predictive validity of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 29, 1005–1016.
- Palmera, R. & Brackett, M. (2006). Frecuencia del afecto positivo como posible mediador entre la Inteligencia Emocional Percibida y la satisfacción vital. *Ansiedad y Estrés*, 12, 231-239.
- Palmer, B., Donaldson, C., & Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 33, 1091-1100.
- Pérez, N. & Castejón, J.L. (2007). La Inteligencia Emocional como predictor del rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y Estrés*, 12, 121-131.
- Putnam, F.W. & Carlson, E.B. (1998). Hipnosis, disociación, and trauma: Myths, metaphors and mechanisms. En J.D. Bremner & C.R. Marmar (Eds.), *Trauma, memory and dissociation* (pp. 27-55). Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Ramos, N., Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2007). Perceived Emotional intelligence facilitates Cognitive-Emotional Processes of Adaptation to an Acute Stressor. *Cognition & Emotion*, 21, 758-772.
- Ruiz-Aranda, D., Fernández-Berrocal, P., Cabello, R., & Extremera, N. (2006). Inteligencia Emocional percibida y consumo de tabaco y alcohol en adolescentes. *Ansiedad y Estrés*, 12, 223-230.
- Salguero, J.M & Iruarrizaga, I. (2006). Relaciones entre inteligencia emocional percibida y emocionalidad negativa: ansiedad, ira y tristeza/depresión. *Ansiedad y Estrés*, 12, 207-221.
- Salovey, P. & Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Salovey, P., Mayer, J.D., Goldman, S.L., Turvey, C., & Palfai, T.P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J.W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, Disclosure and Health* (pp.125-151). Washington: American Psychological Association.
- Salovey, P., Stroud, L.R., Woolery, A., & Epel, E.P. (2002). Perceived emotional intelligence, stress reactivity, and symptoms reports: further explorations using the Trait Meta-Mood Scale. *Psychology and Health*, 17, 611-627.
- Schmidt, J. E. & Andrykowski, M. A. (2004). The role of social and dispositional variables associated with emotional processing in adjustment to breast cancer: an internet-based study. *Health Psychology*, 23, 259-266.
- Spiegel, D., Hunt, T. & Dondorichine, H.E. (1988). Dissociation and hypnotizability in posttraumatic stress disorder. *American Journal of Psychiatry*, 145, 301-305.
- Stutman, R.K. & Bliss, E.L. (1985). Posttraumatic stress disorder, hypnotizability, and imagery. *American Journal of Psychiatry*, 141, 741-743.
- Vanderlinden, J. (1993). *Dissociative experiences, trauma and hypnosis: Research findings and clinical applications in eating disorders*. Delft, Holanda: Eburon.
- Wickramasekera, I. (1993). Assessment and treatment of somatisation disorder: The high risk model of threat perception. En J.W. Rhue, S.J. Lynn e I. Kirsch (Eds.), *Handbook of Clinical Hypnosis* (pp. 587-621). Washington, DC: American Psychological Association.
- Woolery, A. & Salovey, P. (2004). Emotional intelligence and physical health. En I. Nyklicek, L.R., Termoshock & A. Vingerhoets (Eds.), *Biobehavioral perspectives on health and disease prevention* (vol.6). New York: Harwood Academic Publishers.