



Relación entre la inteligencia emocional y el burnout en estudiantes de enfermería

**Cristina LIÉBANA-PRESA, Elena FERNÁNDEZ-MARTÍNEZ
y Consuelo MORÁN ASTORGA**

Universidad de León, España

(Recibido, 23 febrero 2017; Aceptado, 21 abril 2017)

RESUMEN: En este trabajo correlacional nos planteamos averiguar si hay relación entre la inteligencia emocional y el burnout a consecuencia de los estudios. Participaron 134 estudiantes de enfermería que cumplimentaron una serie de cuestionarios, la Escala de Inteligencia Emocional de Schutte-SSIE-33 y la Escala de Inteligencia Emocional-EIE-25 para evaluar la inteligencia emocional y el MBI-SS para valorar el burnout académico. Se realizaron análisis de correlaciones, la prueba t de Student y análisis de regresión múltiple. Los resultados mostraron que la inteligencia emocional se relaciona positivamente con la dimensión de eficacia académica del burnout y explica un 21.7% de su variabilidad. Estudiantes de enfermería con niveles elevados de inteligencia emocional y de conciencia emocional (dimensión de la inteligencia emocional) se perciben más eficaces en sus estudios, lo que puede traducirse en mayor éxito académico en el presente y en un futuro, y en logro profesional consecuentemente. Se necesita más investigación sobre los instrumentos de evaluación de la inteligencia emocional, con los que avanzar más en el conocimiento de estos constructos con el fin de promocionarlos en el ámbito universitario para lograr estudiantes más exitosos y saludables.

Palabras clave: Inteligencia emocional, burnout, estudiantes universitarios.

Relationship between emotional intelligence and burnout in nursing students

ABSTRACT: The aim of this correlational study was identify if there are relationship between emotional intelligence and academic burnout. Participants were 134 nursing students that completed a series of questionnaires: the Schutte Emotional Intelligence Scale SSEI-33 and the Emotional Intelligence Scale EIS-25 to evaluate emotional intelligence, and the MBI-SS to evaluate academic burnout. We performed a statistical analysis of correlations, the Student's t-test, and the multiple regression analysis. The results showed that emotional intelligence correlated positively with the burnout dimension of academic self-efficacy and explained 21.7% of variance. Nursing students with high levels of emotional intelligence and emotional conscience (dimension of emotional intelligence) had higher perceptions of academic self-efficacy, which could result in greater present and future academic success, and consequently in subsequent professional success. Further research on emotional intelligence assessment instruments is required in order to gain a deeper understanding of these constructs, to promote these within universities and thus achieve healthier, more successful students.

Keywords: Emotional intelligence, university students, burnout.

Correspondencia: Dra. Cristina Liébana-Presa. Dirección: Campus de Ponferrada, Universidad de León, Avda. Astorga s/n 24400, Ponferrada (León). Tfno. +34 657 073 306 / +34 987 44 20 00 (Ext.2049). Email: cliep@unileon.es.

Introducción

Las instituciones de enseñanza superior se han comprometido desde hace tiempo en la promoción de la salud y del bienestar de los estudiantes (Peterken, 1996). Los contextos educativos se caracterizan, entre otras cosas, por ser entornos donde se adquieren información y conocimientos y donde se evalúa de una manera reglada al alumno (Palmero, Fernández-Abascal, Martínez y Chóliz, 2002). Alcanzar buenos resultados de aprendizaje requiere un esfuerzo para que las capacidades y los recursos emocionales que posee el estudiante no se vean desbordados por las demandas académicas generando estrés.

La inteligencia emocional puede contribuir al rendimiento de los estudiantes (Mestre, Guil, Lopes, Salovey y Gil-Olarte, 2006; Pérez y Castejón, 2007) ya que las personas con escasos recursos emocionales tienen mayor probabilidad de experimentar malestar y dificultades emocionales durante sus estudios (Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, 2003; Fernández-Berrocal y Ruíz-Aranda, 2008). La inteligencia emocional se ha presentado como una característica que facilita las relaciones interpersonales (Lopez-Fernández, 2015).

El concepto de inteligencia emocional de Salovey y Mayer (1990, 1997) fue reformulado con el fin de centrarlo en el campo de las habilidades cognitivas y de priorizar el valor de la cognición sobre la emoción. Estos autores describieron el modelo de habilidades basado en cuatro ramas jerarquizadas donde el nivel más bajo se refiere a la habilidad de percibir, valorar y expresar la emoción y el nivel más alto representa la regulación reflexiva de la misma.

Goleman introduce, en la definición original de Mayer y Salovey, conceptos como la motivación y las habilidades sociales, utilizando el término para representar los rasgos y las destrezas relacionados con el éxito (Goleman, 1998). Este modelo, refleja que hay dos tipos de competencias, las personales y las sociales. Las competencias personales determinan el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos y las competencias sociales el modo en que nos relacionamos con los demás. Según el modelo de Goleman, estas competencias están compuestas por las siguientes dimensiones: conciencia emocional, control, motivación, empatía y habilidades sociales.

El estudio de la inteligencia emocional ha sido el tema central en numerosas investigaciones en los últimos años. Se le ha relacionado con diferentes variables como la satisfacción y el vínculo con los estudios o engagement (Extremera, Durán y Rey 2007; Extremera y Rey, 2016). Además, se señala la influencia que las habilidades emocionales pueden tener en los mecanismos afectivos implicados en el burnout académico (Durán, Extremera, Rey, Fernández-Berrocal y Moltanban, 2006; Hodzic, Ripoll, Costa y Zenasni1, 2016). El burnout hace referencia al síndrome de estar quemado, al desgaste profesional o síndrome de cansancio emocional (Gil-Montes, 2003). Maslach (1982) define el burnout como un síndrome de extenuación emocional, despersonalización y falta de logro personal.

También en los últimos años se ha desarrollado un creciente interés por el estudio del burnout académico; numerosos investigadores (Belhumeur, Barrientos, y Renata-Salazar, 2016; Bresó, Schaufeli, y Salanova, 2011; Ramos, Manga y Morán, 2005; Morán, 2005a; Schaufeli y

Salanova, 2007) estudian cómo los universitarios manifiestan agotamiento por las demandas del estudio, teniendo una actitud cínica, despreciativa y un sentimiento de incompetencia como estudiantes. Esto ha sido confirmado (Bresó, Llorens y Grau, 2005; Bresó, Salanova y Schaufeli, 2007, Salanova Martínez, Bresó, Llorens y Salanova, 2005), que además señalan al agotamiento emocional y al cinismo como el centro del burnout, mientras que la eficacia académica la relacionan con una variable de personalidad que predispone el surgimiento del burnout.

Ramos, Morán, Pérez y Manga (2007) han encontrado relaciones negativas entre la inteligencia emocional de los alumnos universitarios y el cansancio emocional que sufren los mismos. En el mismo sentido, Extremera y Fernández-Berrocal (2006) hallaron relaciones positivas entre las capacidades emocionales y la salud en sus tres dimensiones: mental, social y física. Además, estos mismos autores en distintos estudios (2004a; 2004b) y otros como Erbil, Murat y Senkal (2016), han demostrado que la formación educativa en inteligencia emocional tiene efectos positivos en el alumnado remarcando que los estudiantes son personas emocionalmente inteligentes capaces de controlar sus niveles de estrés, mantener relaciones interpersonales de calidad, que puedan contribuir a su bienestar y rendimiento académico.

A pesar de la importancia y de los efectos positivos que una educación basada en la inteligencia emocional puede proporcionar, los programas de formación al respecto siguen siendo mínimos, sobre todo en la profesión de enfermería (Gallego y Hervías, 2014). Tanto para los enfermeros como para el personal sanitario en general, una alta puntuación en inteligencia emocional puede repercutir de forma positiva en el trabajo en equipo y en las relaciones que se establecen con el paciente y su familia. La adquisición de esta competencia debe estar en el currículum formativo desde el comienzo (López-Fernández, 2015), por la importancia de aprender a manejar las emociones para mantener una buena comunicación terapéutica y otorgar unos cuidados de calidad. La inteligencia emocional es considerada por algunos autores como un aspecto obligatorio para el desempeño de profesiones relacionadas con la salud, además de ser un aspecto positivo en el desarrollo de la motivación profesional (Liébana et al., 2012).

Con la intención de continuar profundizando en el conocimiento de la inteligencia emocional y del burnout durante el periodo universitario, nos plantemos como objetivo hallar la relación entre la inteligencia emocional y el burnout en estudiantes de enfermería de una universidad pública española.

Método

Participantes

Fueron 134 estudiantes de enfermería quienes completaron los cuestionarios de autoinforme, de ellos el 81% eran mujeres. La media de edad fue de 21.52 años. El tipo de muestreo fue el accidental.

Instrumentos

La Escala de Inteligencia Emocional de Schutte SSIE (Schutte et al., 1998) es un método de medida general de la inteligencia emocional. La SSEI se basa en el modelo de

inteligencia emocional de Salovey y Mayer (1990). Se compone de 33 ítems de autoinforme con los que se evalúa la autopercepción y el manejo de las emociones propias y ajenas. Se contesta en una escala tipo Likert que va desde 1 (en total desacuerdo) hasta 5 (totalmente de acuerdo), indicando mayor inteligencia emocional las puntuaciones más altas. La consistencia interna por alfa de Cronbach fue de .80 en nuestro estudio.

La Escala de Inteligencia Emocional EIE-25 (Ramos, Morán, Pérez y Manga, 2007) está inspirada en el modelo de inteligencia emocional de Goleman (1998). De acuerdo con este modelo se construyeron 25 ítems para evaluar los cinco componentes. Por ello consta de 5 subescalas de 5 ítems cada una, para evaluar cada dimensión de la inteligencia emocional (conciencia emocional, control emocional, empatía, motivación y habilidades sociales). Los sujetos valoraron cada una de las afirmaciones acerca de sí mismos en una escala tipo Likert de 1 (muy en desacuerdo) a 5 (muy de acuerdo). Los valores altos en esta escala indican un mayor nivel de inteligencia emocional. La fiabilidad por consistencia interna fue de .82 en este estudio para el total de la escala.

El Maslach Burnout Inventory Students Survey MBI-SS (Schaufeli, Salanova, González-Roma y Bakker, 2002) es el cuestionario para medir el nivel de burnout en estudiantes universitarios. Compuesto por 15 ítems que evalúan las dimensiones de agotamiento, cinismo y eficacia académica, todos ellos están relacionados con sentimientos, creencias y conductas relacionadas con la experiencia como “estudiante” en la universidad. Los estudiantes deben de indicar el nivel de agrado o desagrado con una escala tipo Likert que va de 0 (nunca ha experimentado ese sentimiento o creencia) a 6 (siempre lo experimenta). Altos resultados en agotamiento y cinismo y bajo en eficacia académica parecen ser predictores de burnout. El alfa de Cronbach es de .876 para el agotamiento, de .826 para el cinismo y de .663 en el caso de la eficacia académica.

Se utilizó también un cuestionario para la recogida de datos personales en el que se incluían las variables, sexo, edad y curso académico.

Procedimiento

La recogida de datos se realizó durante los meses de febrero, marzo y abril de 2009, en el contexto del aula, donde los grupos no superaban los 25 alumnos. Tras informar a todos los individuos participantes del anonimato y la voluntariedad se les distribuye, en presencia siempre de la investigadora, los instrumentos de medida para que los cumplimenten de forma individual. El tiempo utilizado fue aproximadamente de 20 minutos. Los cuestionarios fueron acompañados de la hoja de información y del consentimiento verbal y escrito.

Análisis de datos

Las técnicas de análisis de datos utilizadas son estadísticos descriptivos, análisis de correlación de Pearson, la prueba t de Student para la diferencia entre grupos y el análisis de regresión lineal múltiple para realizar predicciones. La consistencia interna de los instrumentos de medida se calculó con el coeficiente alfa de Cronbach (Nunnally y Bernstein, 1994).

Los análisis estadísticos se han realizado mediante el programa informático SPSS 21.0 (Statistical Package for the Social Sciences).

Consideraciones éticas

La investigación propuesta respeta los principios fundamentales de la declaración de Helsinki, así como los principios éticos de la profesión enfermera que sobre investigación tiene establecido el código Deontológico de la Enfermería Española

Resultados

En la tabla 1 se muestran las puntuaciones medias y desviaciones típicas alcanzadas por los estudiantes de enfermería en los tres cuestionarios administrados. En ella se pueden ver las propiedades psicométricas de los instrumentos de medida, para el SSEI-33 se obtuvo un alfa de Cronbach de .802, para el EIE-25 el alfa fue de .815 y en el caso del MBI-SS alcanzó valores de .730. Los estadísticos descriptivos se muestran en la tabla 1.

Tabla 1. *Estadísticos descriptivos de los instrumentos de medida de inteligencia emocional y burnout en los estudiantes de enfermería*

		Nº ítems	Media	DT	Alfa
SSEI-33	Total	33	121.2	10.2	.80
	Conciencia Emocional	5	18.7	2.2	.54
	Control Emocional	5	15.8	2.5	.59
EIE-25	Empatía	5	17.9	2.5	.69
	Motivación	5	17.4	2.3	.59
	Habilidades sociales	5	19.3	1.98	.58
	Total	25	89.1	8.5	.81
	Agotamiento	5	2.8	1.2	.825
MBI-SS	Cinismo	4	1.1	.99	.830
	Eficacia profesional	6	4.1	.9	.806

Según se observa en la Tabla 2, los resultados explican que la puntuación obtenida en inteligencia emocional con la Escala de Inteligencia Emocional de Schutte-SSIE, se correlaciona en positivo con todas las dimensiones de la inteligencia emocional medidas con la Escala de Inteligencia emocional EIE-25, así como con su puntuación global EIE-25 ($r=.634$, $p=.01$); esto indica que ambos instrumentos están midiendo un constructo semejante.

La única de las dimensiones del burnout que se relaciona con la inteligencia emocional, evaluada con los dos instrumentos, es la eficacia académica, siendo una relación positiva y fuertemente significativa ($p\leq.001$) es decir, a mayor puntuación en inteligencia emocional se obtienen valores más elevados en eficacia académica. Podemos decir, que los estudiantes con puntuaciones más altas en inteligencia emocional, se consideran más eficaces en sus estudios.

Los resultados también indican que todas las dimensiones del MBI-SS se relacionan entre si excepto el agotamiento y el cinismo, para estas variables no se han encontrado correlaciones estadísticamente significativas. Además, en el caso de la eficacia académica, la relación estadística es negativa y significativa con cinismo ($r=-.233$, $p\leq.01$), por lo que menores puntuaciones en cinismo se relacionan con mayores puntuaciones de eficacia.

Tabla 2 - *Correlaciones de Pearson entre la inteligencia emocional y el burnout en los estudiantes de enfermería*

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
1. SSEI	.590**	.378**	.416**	.408**	.494**	.634**	-.023	-.093	.398**	.150	
EIE-25	2. Conciencia	1	.318**	.613**	.232**	.485**	.750**	.048	-.063	.451**	.241**
	3. Control		1	.300**	.283**	.299**	.607**	-.085	-.067	.203*	.013
	4. Empatía			1	.327**	.509**	.772**	-.039	-.053	.259**	.090
	5. Motivación				1	.409**	.585**	-.136	-.177*	.228**	-.063
	6. Habilidades Sociales					1	.709**	.022	-.085	.306**	.130
	7. Total EIE						1	-.053	-.141	.419**	.114
	MBI-SS	8. Agotamiento						1	.478**	-.079	.802**
9. Cinismo								1	-.233**	.678**	
10. Eficacia									1	.340**	
11. Total MBI-SS										1	

Nota: * La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).
 ** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Para las variables demográficas se ha encontrado una única correlación positiva entre edad y motivación ($r=.18$, $p=.038$), parece indicar que a mayor edad mayor puntuación en la escala de motivación de la EIE-25.

Se realizó la prueba t para buscar las diferencias de sexo en las variables estudiadas, no encontrando ninguna diferencia significativa.

Tras la evidencia de correlaciones entre la eficacia académica y el resto de las variables estudiadas se realiza un análisis de regresión lineal múltiple, que muestra que el modelo 2 explica el 21.7% de la varianza de la eficacia académica, tal y como se muestra en la tabla 3.

Tabla 3. *Regresión lineal para la variable dependiente eficacia académica en los estudiantes de enfermería*

	Variables predictoras	Modelo 1 Beta	Modelo 2 Beta
EIE-25	Conciencia Emocional		.336*
SSEI-33	Puntuación total	.451	.197*
	R	.451	.479
	R ²	.204	.229
	R ² corregida	.198	.217

Para este análisis, se ha seguido el modelo por pasos (criterio: Prob. de F para entrar $\leq .050$, Prob. de F para salir $\geq .100$). Las variables conciencia emocional (beta=.336, $t=3.531$ y $p<.001$) y EIE-33 (beta=.197, $t=2.068$ y $p=.041$) son las que explican más variabilidad de eficacia académica. El aumento en la puntuación conciencia emocional y la medida general de EIE-33 percibido por los estudiantes, predicen puntuaciones más altas en eficacia académica.

Discusión y Conclusiones

Ramos et al. (2007) realizaron un estudio sobre la inteligencia emocional con 120 estudiantes pertenecientes a titulaciones de psicología, psicopedagogía y enfermería, donde obtuvieron unos resultados con el EIE-25 muy similares a los nuestros, tanto en las puntuaciones medias y desviaciones típicas, como en la fiabilidad de la escala y de las subescalas que la conforman. También en la SSEI se obtuvo una puntuación muy igualada en inteligencia emocional entre las dos muestras.

En nuestro estudio no hemos hallado diferencias por razón de sexo ni en inteligencia emocional ni en burnout, aunque otros autores como Extremera et al. (2006) y Belhumeur, Barrientos et al. (2016) afirman que existen evidencias de que en estas variables emocionales, en inteligencia emocional y en burnout, puntúan de manera diferente en razón del sexo de los participantes, al igual se expresan en otros estudios como los de Morán (2005b), Cazalla-Luna et al. (2014) y Erbil, Murat y Senkal (2016).

En este estudio, los valores alcanzados para las dimensiones del MBI-SS son ligeramente superiores en agotamiento y eficacia profesional y ligeramente inferiores en cinismo que en la muestra de Extremera et al (2007). Sin embargo, los datos obtenidos en nuestro estudio son ligeramente inferiores en agotamiento y cinismo y levemente superiores en eficacia que la muestra de Martínez y Salanova (2003). Es posible que las distintas titulaciones de los estudiantes universitarios puedan influir en las diferencias de estos resultados puesto que los datos son muy variables en la distintas investigaciones analizadas como afirman Cabanach, Gestal, Rodríguez, Cervantes y Doniz (2016).

Las investigaciones sobre inteligencia emocional, manifiestan en repetidas ocasiones Fernández-Berrocal et al. (1999; 2001; 2003 y 2006), las relaciones en positivo y negativo de este constructo con otras variables que pueden influir en el bienestar de los estudiantes. También Shutte et al. (2001) hallan que la satisfacción con la vida, la autoestima, la felicidad, la salud mental, la calidad de las redes sociales y la estabilidad emocional han sido relacionadas positivamente entre ellas, mientras que la ansiedad, la depresión o el burnout han encontrado una correlación negativa con las habilidades emocionales (Durán et al., 2006). Extremera et al. (2004a) encontraron que los estudiantes con mayores puntuaciones en inteligencia emocional tenían también mejor puntuación en empatía. También se ha hallado (Extremera et al., 2007) que las puntuaciones altas de inteligencia emocional en los estudiantes, se correlacionaban con puntuaciones menores en los niveles de agotamiento, cinismo, mayores en eficacia académica, es decir, en una menor percepción de estrés. En contraste, Erbil et al. (2016) han revelado una fuerte relación en la misma dirección, entre los niveles de la inteligencia emocional de los estudiantes y su estado de agotamiento. Parece no haber unanimidad, así en los resultados con la población de estudio de la presente investigación, no se hallaron relaciones entre el agotamiento y el cinismo con la inteligencia emocional, sin embargo, si se obtuvieron relaciones en positivo entre la inteligencia emocional, la eficacia académica y la conciencia emocional con la puntuación global del burnout del MBI-SS.

A lo largo de este trabajo se han recogido evidencias de que los estudiantes de enfermería estudiados que puntúan más alto en inteligencia emocional identifican (conciencia) y controlan mejor sus emociones y las de los demás (empatía), logran más fácilmente sus

objetivos (motivación), tienen mayores habilidades sociales y además se perciben con mayor autoeficacia en las tareas académicas.

En particular, la relación entre estos dos constructos de inteligencia emocional y burnout pone de manifiesto la influencia positiva de la inteligencia emocional y conciencia emocional (reconocimiento de las propias emociones y sus efectos) en la eficacia académica del estudiante: universitarios con niveles elevados de inteligencia emocional y conscientes de sus emociones se sienten más eficaces en sus estudios, lo que puede implicar un mayor rendimiento para enfrentarse a situaciones de estrés y traducirse en éxito académico en el presente y en un futuro el logro profesional.

En definitiva, estos resultados son alentadores y apoyan la importancia de favorecer el desarrollo de habilidades emocionales en el contexto de las aulas universitarias para construir a individuos plenos y preparados para la sociedad del futuro. Además, los estudios sobre estas variables deben continuar y ampliarse a investigaciones sobre la eficacia de programas de prevención y tratamiento, contar con el apoyo de instituciones no debe resultar complicado puesto que las universidades están preocupadas por ofrecer una enseñanza de calidad y esto implica considerar todas las variables relacionadas con el proceso de aprendizaje-enseñanza.

Limitaciones

Los resultados obtenidos no permiten obtener conclusiones acerca de la causalidad existente entre las variables estudiadas, sería para ello necesario desarrollar estudios longitudinales o de carácter experimental que permitan ahondar en esta cuestión. Existe también un sesgo en cuanto al sexo, ya que la muestra no es homogénea para esta variable, por lo que los resultados y conclusiones sobre las diferencias de género deben ser tomados con cautela. En las limitaciones relativas a los instrumentos de evaluación utilizados se contempla la posibilidad de problemas de sesgo debido a la deseabilidad social por fingir mejores respuestas. Sería interesante corroborar los resultados obtenidos utilizando medidas de ejecución o incluyendo criterios conductuales más objetivos.

Agradecimientos

Al Dr. Dionisio Manga Rodríguez, por su orientación y apoyo.

Referencias

- Belhumeur, S., Barrientos, A., y Renata-Salazar, A. P. (2016). Niveles de estrés de la población estudiantil en Costa Rica. Diferencias en función de las variables nivel socioeconómico, rendimiento académico, nivel académico y zona geográfica. *Psychology, Society, & Education*, 8(1), 13-22.
- Bresó, E., Llorens, S., y Salanova, M. (2005). Creencias de eficacia académica y engagement en estudiantes universitarios. *Jornades de Foment de la Investigació*.
- Bresó, E., Salanova, M., y Schaufeli, W. B. (2007). In Search of the “Third Dimension” of burnout: efficacy or inefficacy. *Applied psychology An International Review*, 56(3), 460-478.

- Bresó, E., Schaufeli, W. B., y Salanova, M. (2011). Can a Self-efficacy-Based Intervention Decrease Burnout, Increase Engagement, and Enhance Performance? A Quasi-experimental Study. *Higher Education*, 61(4), 339-355. doi 10.1007/s10734-010-9334-6.
- Cabanach, R. G., Gestal, A. J. S., Rodríguez, C. F., Cervantes, R. F., y Doniz, L. G. (2016). Self-esteem as a Protective Factor against Burnout in Students of Physiotherapy. *Estudios sobre educación*, 30, 95-113.
- Cazalla-Luna, N., y Molero, D. (2014). Perceived emotional intelligence, anxiety and affect on university students. *Revista Espanola de Orientacion y Psicopedagogia*, 25(3), 56-73.
- Durán, A., Extremera, N., Rey, L., Fernández-Berrocal, P., y Montalbán, F. M. (2006). Predicting academic burnout and engagement in educational settings: assessing the increment validity of perceived emotional intelligence beyond perceived and general self-efficacy. *Psicothema*, 18, 158-164.
- Erbil, Y., Murat, D., y Senkal, F. (2016). The Relationship Between Emotional Intelligence and Burnout Levels Among Architecture Students. *Megaron* 11(4), 491-501.
- Extremera, N., Durán, A., y Rey, L. (2007). Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios. *Revista de Educación*, 239-256.
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2004a). Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Clínica y Salud*, 15, 117-137.
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2004b). Perceived emotional intelligence and life satisfaction: predictive and incremental validity using Trait-Meta-Mood Scale. *Personality and Individual Differences*, 39, 937-948.
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2005). Inteligencia emocional percibida y diferencias individuales en el metaconocimiento de los estados emocionales: Una revisión de los estudios con el TMMS. *Ansiedad y Estrés*, 11(2-3), 101-122.
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2006). Emotional Intelligence as Predictor of Mental, Social and Physical Health in University Students. *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 45-51.
- Extremera, N., y Rey, L. (2016). Ability emotional intelligence and life satisfaction: Positive and negative affect as mediators. *Personality and Individual Differences* 102, 98-101.
- Fernández-Berrocal, P., Alcaide, R., Extremera, N., y Pizarro, D. A. (2006). The role of emotional intelligence in anxiety and depression among adolescents. *Individual Differences Reserch*, 4, 16-27.
- Fernández-Berrocal, P., Alcaide, R., y Ramos, N. (1999). The influence of emotional intelligence on the emotional adjustment in highschool students. *Bulletin og Kharkov State University*, 434(1-2), 119-123.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., y Ramos, N. (2003). Inteligencia emocional y depresión. *Encuentros en Psicología*, 1, 251-254.
- Fernández-Berrocal, P., Ramos, N., y Extremera, N. (2001). Inteligencia emocional, supresión crónica de pensamientos y ajuste psicológico. *Boletín de Psicología*, 70, 79-95.
- Fernández-Berrocal, P., y Ruíz-Aranda, D. (2008). Inteligencia emocional en la educación. *Revista electrónica de Investigación Psico-educativa*, 15, 421-436.
- Gallego Y. B., y Hervías R. G. (2014). La salud emocional y el desarrollo del bienestar enfermero. *Metas de Enfermería*, 17(10), 12-16.

- Gil-Monte, P. R. (2003). El síndrome de quemarse por el trabajo (Síndrome de Burnout) en profesionales de Enfermería. *Revista Eletrónica InterAção Psy*, 1, 19-33.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam.
- Hodzic, S., Ripoll, P., Costa, H., y Zenasni, F. (2016). Are emotionally intelligent students more resilient to stress? The moderating effect of emotional attention, clarity and repair. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 24(2), 253-272.
- Liébana, C., Fernández, M. E., Bermejo, J. C., Carabias, M. A., Rodríguez, M. A., y Villacieros, M. (2012). Inteligencia Emocional y vínculo laboral en trabajadores del centro San Camilo. *Gerokomos*, 23(2), 63-68.
- López-Fernández, C. (2015). Inteligencia emocional y relaciones interpersonales en los estudiantes de enfermería. *Educ Med.*, 16(1), 83-9234.
- Martínez, I., Marqués, A., Salanova, M., y Lopes da Silva, A. (2002). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal. Un estudio transcultural. *Ansiedad y Estrés*, 8(1), 1-21.
- Martínez, I., y Salanova, M. (2003). Niveles de Burnout y engagement en estudiantes universitarios. Relación con el desempeño y desarrollo profesional. *Revista de Educación*, 330, 361-384.
- Maslach, C. (1982). *Burn-out. The cost of caring*. Nueva York: Prentice Hall.
- Mayer, J. D., y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. J. Sluyter (eds), *Emotional development and emotional intelligence: implications for educators*. Nueva York: Basic Books.
- Mestre, J. M., Guil, R., Lopes, P. N., Salovey, P., y Gil-Olarte, P. (2006). Emotional intelligence and social and academic adaptation to school. *Psicothema*, 18, 112-117.
- Morán, C. (2005a). Relación entre variables de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés laboral. León: Universidad de León.
- Morán, C. (2005b). Personalidad, afrontamiento y burnout en profesionales de atención a personas con discapacidad intelectual. *Siglo Cero*, 36(1), 213, 30-39.
- Nunnally, J. C., y Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3ed.). Nueva York: McGraw-Hill.
- Palmero, F., Fernández-Abascal, E. G., Martínez, F., y Chóliz, M. (2002). *Psicología de la motivación y de la emoción*. Madrid: Mc-Graw Hill.
- Pérez, N., y Castejón, J. L. (2007). La inteligencia emocional como predictor del rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y Estrés*, 13(1), 119-129.
- Peterken, C. I. (1996). *The health promoting university. A needs assessment: the potential for change*. Portsmouth: University of Portsmouth.
- Pulido-Martos, M., Augusto-Landa, J. M., y Lopez-Zafra, E. (2016). Nursing students in their clinical practice: The role of emotional intelligence on occupational stressors and well-being. *Index de Enfermería*, 25, 3, 215-219 <http://scielo.isciii.es/pdf/index/v25n3/academia.pdf>.
- Ramos, F., Manga, D., y Morán, C. (2005). Escala de Cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios. Propiedades psicométricas y asociación con medidas de personalidad y de salud psicológica. *Interpsiquis*.
- Ramos, F., Morán, C., Pérez, M., y Manga, D. (2007). Relaciones entre la inteligencia emocional, la personalidad y el cansancio emocional en estudiantes universitarios. *Interpsiquis*.
- Reig, A., Cabero, J., Ferrer, R., y Richard, M. (2001). *La calidad de vida y el estado de salud de los estudiantes universitarios*. Universidad de Alicante. Servicio de publicaciones.

- Salanova, M., Martínez, I. M., Bresó, E., Llorens, S., y Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales de Psicología*, 21(1), 170-180.
- Salovey, P., y Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9: 185-211.
- Schaufeli, W. B. y Salanova, M. (2007). Efficacy or inefficacy, that's the question: Burnout and engagement, and their relationships with efficacy beliefs. *Anxiety, Stress and Coping*, 20(2), 177-196.
- Schaufeli, W. B., Salanova, M., González-Roma, V., y Bakker, A. B. (2002). The measurement of engagement and burnout: a confirmative and analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71-92.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., y Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Difference*, 25, 167-77.
- Schutte, N. S., Malouff, J., Bobik, C., Coston, T., Greeson, C., Jedlicka, C., Rhodes, E., y Wendorf, G. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *Journal of Social Psychology*, 141, 523-536.