

## INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPRESIÓN EN LA INFANCIA

Inmaculada Montoya-Castilla<sup>1</sup>, Tamara Jiménez, Ana Ordóñez  
y Remedios González

*Universitat de València, España*

**RESUMEN. Antecedentes:** La inteligencia emocional refiere a un conjunto de habilidades y capacidades que permiten reconocer, expresar las emociones, identificar las emociones en los otros y crear relaciones interpersonales satisfactorias. La sintomatología depresiva en la infancia se caracteriza por: baja autoestima, alteraciones del sueño, aislamiento social, alteraciones del apetito y peso, hiperactividad, disforia, anhedonia e ideación suicida. El objetivo del presente trabajo es estudiar la relación entre la inteligencia emocional y la depresión en la infancia. **Método:** Los participantes fueron 421 alumnos de colegios de la Comunidad Valenciana, de entre 10 y 12 años. La evaluación se realizó en horario escolar. La participación fue voluntaria y se informó de la confidencialidad. Se utilizó el *Emotional Quotient Inventory: Youth Version* (EQ-i:YV) y el *Children's Depression Inventory-Short* (CDI-S). El análisis estadístico de los datos se realizó mediante pruebas t y correlaciones. **Resultados:** Los resultados indican que existen diferencias según sexo. Respecto a la inteligencia emocional, las mujeres muestran mayores niveles de inteligencia interpersonal, mientras los hombres destacan en adaptabilidad. En cuanto a la depresión, los hombres manifiestan mayores niveles. La edad se relaciona negativamente con algunos factores de inteligencia emocional y positivamente con depresión. Todas las escalas del cuestionario de inteligencia emocional se relacionan negativamente con depresión. **Conclusiones:** En este trabajo se ponen de manifiesto las diferencias en inteligencia emocional y depresión según sexo y edad. El nivel de inteligencia emocional de los niños está relacionado con los síntomas depresivos. Estos resultados aportan claridad a la relación entre emociones y salud. En este sentido, es importante realizar una buena educación emocional para prevenir trastornos psicológicos, como la depresión. En la medida en que los niños hagan un buen manejo de sus emociones se favorece el bienestar psicológico.

**Palabras clave:** inteligencia emocional, depresión, infancia, psicopatología.

**ABSTRACT. Background:** Emotional intelligence is defined as a set of skills and abilities that allow us to recognize and express emotions, identify emotions in others and create satisfying relationships. Depressive symptomatology in childhood is characterized by low self-esteem, sleep disturbances, social withdrawal, changes in appetite and weight, hyperactivity, dysphoria, anhedonia, and suicidal ideation. The aim of this work is to study the relationship between emotional intelligence and depression in childhood. **Method:** The participants

<sup>1</sup>Correspondencia: Inmaculada Montoya Castilla. Dpto. de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos. Facultad de Psicología. Universitat de València. Avda. Blasco Ibáñez, 21. 46010. Valencia. E-mail: inmaculada.montoya@uv.es

were 421 students from schools in Valencia, between 10 and 12 years old. The evaluation was conducted during school hours. Participation was voluntary and confidentiality was reported. The Youth Version (EQ-i: YV) of the Emotional Intelligence Questionnaire was used, as was the Children's Depression Inventory-Short (CDI-S). The statistical analysis of the data was performed using t test correlations. **Results:** The results indicate that there are differences depending on the sex. As regards emotional intelligence, women show higher levels of interpersonal intelligence, while men excel in adaptability. As for as depression is concerned, men manifest higher levels. Age was negatively related with some factors of emotional intelligence and positively with depression. All of the subscales of emotional intelligence are negatively related with depression. **Conclusions:** In this paper, we show the differences in emotional intelligence and depression by sex and age. The level of emotional intelligence of children is related with depressive symptoms. These results add clarity to the relationship between emotions and health. In this regard, it is important to provide a good emotional education to prevent psychological disorders, such as depression. The better children can deal with their emotions, the greater their psychological wellbeing.

**Keywords:** Emotional intelligence, depression, childhood, psychopathology.

### Introducción

La inteligencia emocional se asocia con un mayor desajuste psicológico (Resurrección, Salguero y Ruiz-Aranda, 2014; Roswell, Ciarrochi, Heaven y Deane, 2014; Trentacosta y Fine, 2010). El concepto de inteligencia emocional fue propuesto por Salovey y Mayer (1990), quienes la definieron como la habilidad para supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminando entre ellas y usando esta información para guiar el comportamiento y las actuaciones. Actualmente, existen definiciones de inteligencia emocional que incorporan aspectos intelectuales y de personalidad (Bar-On, 2006; Ferrando et al., 2010). Estos son los modelos de rasgo o mixtos. Así, en el modelo propuesto por Bar-On (2000, 2006), se define la inteligencia emocional como el conjunto interrelacionado de competencias, habilidades emocionales y sociales facilitadoras, que determinan el grado en que la persona se expresa y comprende a sí misma, a los demás, se relaciona con ellos y afronta las demandas de la vida cotidiana. Este modelo combina habilidades cognitivas y características emocionales o disposicionales.

La depresión consiste en un estado de ánimo caracterizado por la tristeza, la desesperanza, el cansancio, la melancolía, la incapacidad para concentrarse y la falta de entusiasmo y disfrute (Del Barrio y Carrasco, 2013). La depresión infantil tiene características propias como la irritabilidad (Comeche y Vallejo, 2012; Del Barrio y Carrasco, 2013). En la infancia, las consecuencias de la depresión pueden afectar a la vida adulta, ya que generalmente interfiere en el proceso de crecimiento y maduración (Comeche y Vallejo, 2012).

Se ha puesto de manifiesto que existen diferencias de sexo en relación a la inteligencia emocional, en concreto las chicas poseen mayores competencias al expresar y comprender emociones (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004; Joseph y Newman, 2010; Sánchez, Fernández-Berrocal, Montañés, y Latorre, 2008). En el caso de la depresión, las niñas presentan un mayor malestar emocional y sintomatología depresiva

que los varones (Stansfeld, Clark, Rodgers, Caldwell y Power, 2011; Wade, Cairney y Pevalin, 2002). Con respecto a la edad, se ha observado que aumenta la inteligencia emocional con el desarrollo (Eastabrook, Flynn y Hollenstein, 2014). Así mismo, se observa una relación positiva entre edad y problemas depresivos, aumentando estos con la edad (Aláez, Martínez-Arias y Rodríguez-Sutil, 2000).

Se considera que aquellas personas con menor inteligencia emocional tienen más problemas de salud (Fernández-Berrocal, Salovey, Vera, Ramos y Extremera, 2002), aislamiento social, ansiedad, depresión, problemas de atención o de pensamiento, delincuencia, agresividad, ira (Goleman, 1996; Salguero e Iruarrizaga, 2006), estrés, y conductas agresivas (Siu, 2009). En concreto, se observa cómo las personas con depresión grave y ligera muestran menos habilidades emocionales (Extremera, Fernández-Berrocal, Ruiz-Aranda y Cabello, 2006), indicando una asociación negativa entre la inteligencia emocional y la psicopatología depresiva y ansiosa (Martín, Harillo y Mora, 2008). En este sentido, en la actualidad se está investigando cómo prevenir problemas psicopatológicos, y cómo promover el bienestar entre los menores (Fazel, Hoagwood, Stephan y Ford, 2014; Fazel, Patel, Thomas y Tol 2014; González y Villanueva, 2014).

Los objetivos de la presente investigación son estudiar las diferencias de sexo y edad en inteligencia emocional y depresión, así como la relación entre ambas variables. A partir de los objetivos, las hipótesis planteadas son: 1) las niñas presentarán mayores puntuaciones en inteligencia emocional y depresión; 2) la edad se relacionará positivamente con la inteligencia emocional y la depresión; y 3) la inteligencia emocional se relacionará negativamente con la depresión.

## Método

### Participantes

Los participantes fueron 421 escolares (49,6% niñas,  $n = 209$ ; 50,4% niños,  $n = 212$ ), entre 10 y 12 años de edad ( $M = 10,77$ ;  $DT = 0,68$ ), procedentes de centros educativos de la Comunidad Valenciana y de Castilla-La Mancha (Tabla 1).

**Tabla 1.** Estadísticos descriptivos de las variables sociodemográficas.

Edad	Niños		Niñas		Total	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>N</i>	%
10 años	68	16,2	90	21,4	158	37,6
11 años	107	25,4	94	22,3	201	47,7
12 años	37	8,8	25	5,9	62	14,7
Total	212	50,4	209	49,6	421	100

### Instrumentos utilizados

Se evaluaron las variables demográficas (sexo y edad) a través de un breve cuestionario creado ad-hoc.

La inteligencia emocional se evaluó con el *Emotional Intelligence Inventory: Young Version* (EQ-i:YV, Bar-On, 2000), para niños y adolescentes (7-18 años). Valora cinco dimensiones: intrapersonal, interpersonal, manejo del estrés, adaptabilidad y estado de ánimo general. El cuestionario posee buenas propiedades psicométricas, oscilando la fiabilidad de las dimensiones entre  $\alpha = 0,63$  y  $\alpha = 0,80$ , y una adecuada validez concurrente (Ferrándiz, Hernández, Bermejo, Ferrando y Sainz, 2012).

Para evaluar la depresión se utilizó el *Children's Depression Inventory-Short* (CDI-S) (Del Barrio, Roa, Olmedo y Colodrón, 2002; Kovacs, 1992), para niños y adolescentes (7-17 años). Está diseñado para identificar síntomas de relevancia clínica en la depresión, en torno a tres factores: falta de autoestima, desesperanza y anhedonia. Consta de 10 preguntas tipo Likert, con 3 anclajes de respuesta (0 a 2). El niño debe escoger aquella afirmación que mejor describe su situación en las últimas dos semanas. Sus propiedades psicométricas son apropiadas, dado que tiene una fiabilidad de  $\alpha = 0,71$ , y una adecuada validez concurrente (Del Barrio et al., 2002).

#### *Procedimiento*

Se contactó con los centros escolares, ofreciéndoles información sobre la investigación y se solicitó su colaboración. Se solicitó el consentimiento informado a los padres y/o tutores legales. La evaluación se realizó en sus aulas, de manera colectiva y en horario lectivo, por una psicóloga con experiencia y un docente del grupo. El estudio de los datos se hizo con el programa SPSS v.22, realizándose pruebas t para muestras independientes y correlaciones bivariadas de Pearson.

#### *Diseño*

Esta investigación es un estudio cuasi-experimental, de corte transversal. La muestra que se ha utilizado es incidental, seleccionándose los participantes directamente para la investigación.

### **Resultados**

En cuanto a la inteligencia emocional, se observa que los participantes puntúan más alto en Estado de ánimo ( $M = 3,36$ ;  $DT = 0,46$ ), seguido de Inteligencia interpersonal ( $M = 3,19$ ;  $DT = 0,46$ ), Inteligencia emocional (global) ( $M = 3,01$ ;  $DT = 0,34$ ), Manejo del estrés ( $M = 2,85$ ;  $DT = 0,45$ ), Adaptabilidad ( $M = 2,84$ ;  $DT = 0,52$ ) y finalmente, Inteligencia intrapersonal ( $M = 2,43$ ;  $DT = 0,62$ ). Respecto a la variable depresión, predomina la Desesperanza ( $M = 0,32$ ;  $DT = 0,32$ ), seguida de Depresión (global) ( $M = 0,27$ ;  $DT = 0,25$ ), Anhedonia ( $M = 0,25$ ;  $DT = 0,32$ ) y Falta de autoestima ( $M = 0,23$ ;  $DT = 0,31$ ).

Los niños puntúan significativamente más alto en Adaptabilidad ( $t = -2,04$ ;  $p = 0,042$ ) y en Depresión (global) ( $t = -2,04$ ;  $p = 0,042$ ), que las niñas. Mientras que éstas muestran mayores puntuaciones en Inteligencia interpersonal ( $t = 3,07$ ;  $p = 0,002$ ) (Tabla 2).

**Tabla 2.** Diferencias según sexo en inteligencia emocional y depresión.

	Variables	Niños		Niñas		t
		M	DT	M	DT	
Inteligencia emocional	Escala Global	2,99	0,36	3,03	0,32	0,97
	Intrapersonal	2,41	0,60	2,45	0,64	0,61
	Interpersonal	3,12	0,50	3,26	0,40	3,07**
	Manejo del estrés	2,85	0,48	2,85	0,41	-0,11
	Adaptabilidad	2,89	0,54	2,79	0,50	-2,04*
	Estado de ánimo	3,32	0,49	3,39	0,42	1,58
Depresión	Escala Global	0,29	0,27	0,24	0,21	-2,04*
	Falta de Autoestima	0,25	0,35	0,21	0,26	-1,58
	Desesperanza	0,34	0,33	0,30	0,32	-1,33
	Anhedonia	0,28	0,34	0,23	0,30	-1,84

*Nota.* Abreviaturas. *M* = Media, *DT* = Desviación típica.

\* $p \leq 0,05$ , \*\* $p \leq 0,01$ , \*\*\* $p \leq 0,001$ .

Se observó una correlación negativa entre la edad y la Inteligencia emocional (global) ( $r = -0,19$ ;  $p = 0,000$ ), Inteligencia interpersonal ( $r = -0,13$ ;  $p = 0,007$ ), Adaptabilidad ( $r = -0,14$ ;  $p = 0,004$ ) y Estado de ánimo ( $r = -0,20$ ;  $p = 0,000$ ). Y también en Depresión (global) ( $r = 0,2$ ;  $p = 0,000$ ), y sus factores: Falta de autoestima ( $r = 0,13$ ;  $p = 0,008$ ), Desesperanza ( $r = 0,13$ ;  $p = 0,000$ ) y Anhedonia ( $r = 0,16$ ;  $p = 0,001$ ) (Tabla 3).

Por último, se puede observar la relación negativa entre la Inteligencia emocional y la Depresión (Tabla 3). En concreto, la Inteligencia emocional (global) se relaciona negativamente con Depresión (global) ( $r = -0,47$ ;  $p = 0,000$ ), Falta de autoestima ( $r = -0,40$ ;  $p = 0,000$ ), Desesperanza ( $r = -0,54$ ;  $p = 0,000$ ) y Anhedonia ( $r = -0,16$ ;  $p = 0,001$ ). De forma similar se relacionan los factores de inteligencia emocional con la depresión y sus distintas dimensiones.

**Tabla 3.** Relación entre las variables evaluadas (correlación bivariada de Pearson).

		Inteligencia emocional						
		Inteligencia emocional (global)	Intra	Inter	Manejo del estrés	Adapta	Estado de Ánimo	Edad
Depresión	Depresión (global)	-0,47***	-	-0,18***	-0,31***	-0,28***	-0,57***	0,20** *
	Falta de Autoestima	-0,40***	0,23**	-0,16***	-0,26***	-0,24***	-0,49***	0,13**
	Desesperanza	-0,54***	0,24**	-0,32***	-0,25***	-0,41***	-0,57***	0,18** *
	Anhedonia	-0,56***	-	0,06	-0,20***	-0,01	-0,27***	0,15** *
	Edad	-0,19***	0,10*	-0,13**	-0,09	-0,14**	-0,20***	-

Nota. Abreviaturas. Intra.= Intrapersonal, Inter.= Interpersonal, Adapta.= Adaptabilidad.

\* $p \leq 0,05$ , \*\* $p \leq 0,01$ , \*\*\* $p \leq 0,001$ .

### Discusión/Conclusiones

Las habilidades emocionales influyen en el bienestar de las personas (Resurrección et al., 2014; Salovey y Mayer, 1990; Trentacosta y Fine, 2010).

Respecto a la primera hipótesis, en la misma línea que investigaciones previas, las niñas obtienen mayores puntuaciones en Inteligencia interpersonal (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004; Joseph y Newman, 2010). Las puntuaciones en depresión son mayores en los niños que en las niñas. Este dato es contrario a lo que se hipotetizaba y a los resultados de estudios previos, en los que se observa que las niñas tienen mayor riesgo de padecer depresión (Stansfeld et al., 2011; Wade et al., 2002). Estos resultados muestran la importancia de tener en cuenta las edades de comparación y los instrumentos utilizados para evaluar la depresión

Se han observado relaciones negativas entre la Inteligencia emocional y la mayoría de sus dimensiones con la edad (Interpersonal, Adaptabilidad y Estados de ánimo), un resultado opuesto a lo planteado en la segunda hipótesis (Eastabrook et al., 2014). Es posible explicar éste resultado si atendemos al momento evolutivo crítico de la adolescencia. En la línea de investigaciones previas, se ha observado una relación positiva entre Depresión y edad (Aláez et al., 2000).

Se han observado relaciones negativas entre la Inteligencia emocional y la depresión, así como entre todas sus dimensiones (Extremera et al., 2006; Martín et al., 2008; Resurrección et al., 2014; Salguero e Iruarrizaga, 2006; Trentacosta y Fine, 2010), según lo planteado en la tercera hipótesis.

En cuanto a las aportaciones del trabajo, destacar por un lado que el estudio ha sido realizado en la infancia, dado que la mayoría de las investigaciones se centran en población adolescente o adulta. Y por otro lado, teniendo en cuenta las relaciones observadas entre Inteligencia emocional y Depresión, señalar la necesidad de potenciar el papel de las emociones en el desarrollo de los menores. Una intervención precoz supone, en general, un mejor pronóstico en el caso de que el problema ya exista. Es importante también la prevención, dado que al desarrollar competencias emocionales pueden tener más estrategias y habilidades en la etapa posterior de la adolescencia.

### Agradecimientos

Los autores agradecen la financiación otorgada por el Ministerio de Ciencia e Innovación (Proyecto PSI2010-18742), la *Conselleria de Educació de la Generalitat Valenciana* (PROMETEO/2011/009) y la *Universitat de València* (Ayuda para investigadores en formación predoctoral *Atracció de Talent*).

### Referencias

- Aláez, M., Martínez-Arias, R. y Rodríguez-Sutil, C. (2000). Prevalencia de trastornos psicológicos en niños y adolescentes, su relación con la edad y género. *Psicothema*, 12, 525-532.
- Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: insights from the Emotional Quotient Inventory (EQ-i). En R. Bar-On y J. D. A. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence: theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace* (pp. 363-387). San Francisco: Jossey-Bass.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of emotional-social intelligence. *Psicothema*, 18, 13-25.
- Comeche, M. I. y Vallejo, M. A. (2012). *Manual de terapia de conducta en la infancia*. Madrid: Dykinson.
- Del Barrio, M. V. y Carrasco, M. A. (2013). *Depresión en niños y adolescentes*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Del Barrio, M. V., Roa, L., Olmedo, M. y Colodrón, F. (2002). Primera adaptación del CDI-S a población española. *Acción Psicológica*, 1, 263-272.
- Eastabrook, J., Flynn, J. y Hollenstein, T. (2014). Internalizing symptoms in female adolescents: associations with emotional awareness and emotion regulation. *Journal of Child and Family Studies*, 23, 487-496.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la IE en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6.
- Extremera, N., Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D. y Cabello, R. (2006). Inteligencia emocional, estilos de respuesta y depresión. *Ansiedad y Estrés*, 12, 191-205.
- Fazel, M., Hoagwood, K., Stephan, S. y Ford, T. (2014). Mental health interventions in schools in high-income countries. *The Lancet Psychiatry*, 1, 377-387.
- Fazel, M., Patel, V., Thomas, S. y Tol, W. (2014). Mental health interventions in schools in low-income and middle-income countries. *The Lancet Psychiatry*, 1, 388-398.
- Fernández-Berrocal, P., Salovey, P., Vera, A., Ramos, N. y Extremera, N. (2002). Cultura, inteligencia emocional percibida y ajuste emocional: un estudio preliminar. *Revista Española de Motivación y Emoción*, 3, 159-167.
- Ferrándiz, C., Hernández, D., Bermejo, R., Ferrando, M. y Sáinz, M. (2012). Social and emotional intelligence in childhood and adolescence: Spanish validation of a measurement instrument. *Revista de Psicodidáctica*, 17, 309-338.
- Ferrando, M., Prieto, M. D., Almeida, L., Ferrándiz, C., Bermejo, M. R., López-Pina, J. A., Hernández, D., Sainz, M. y Fernández, M. C. (2010). TEIQue-ASF and academic performance: a study with adolescents. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29, 150-159.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Paidós.
- González, R. y Villanueva, L. (Eds.) (2014). *Recursos para educar en emociones. De la teoría a la acción*. Madrid: Pirámide.

- Joseph, D. L. y Newman, D. A. (2010). Emotional intelligence. an integrative meta-analysis and cascading model. *Journal of Applied Psychology*, 95, 54-78.
- Kovacs, M. (1992). *The Children's Depression Inventory (CDI) manual North Tanawanda*. New York: Multi-health Systems.
- Martín, M., Harillo, D. y Mora, J. (2008). Relaciones entre inteligencia emocional y ajuste psicológico en una muestra de alumnos de enseñanza secundaria. *Ansiedad y Estrés*, 14, 31-41.
- Resurrección, D., Salguero, J. y Ruiz-Aranda, D. (2014). Emotional intelligence and psychological maladjustment in adolescence: a systematic review. *Journal of Adolescence*, 37, 461-472.
- Roswell, H. C., Ciarrochi, J., Heaven, C. L. y Deane, F. (2014). The role of emotion identification skill in the formation of male and female friendships: a longitudinal study. *Journal of adolescence*, 37, 103-111.
- Salguero, J. e Iruarrizaga, I. (2006). Relaciones entre inteligencia emocional percibida y emocionalidad negativa: ansiedad, ira y tristeza/depresión. *Ansiedad y Estrés*, 12, 207-221.
- Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Sánchez, M. T., Fernández-Berrocal, P., Montañés, J. y Latorre, J. M. (2008). ¿Es la inteligencia emocional una cuestión de género? Socialización de las competencias emocionales en hombres y mujeres y sus implicaciones. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 15, 455-474.
- Siu, A. (2009). Trait emotional intelligence and its relationships with problems behavior in Hong Kong adolescents. *Personality and Individual Differences*, 47, 553-557.
- Stansfeld, S. A., Clark, C., Rodgers, B., Caldwell, T. y Power, C. (2011). Repeated exposure to socioeconomic disadvantage and health selection as life course pathways to mid-life depressive and anxiety disorders. *Social Psychology and Psychiatric Epidemiology*, 46, 549-558.
- Trentacosta, C. J. y Fine, S. E. (2010). Emotion knowledge, social competence, and behavior problems in childhood and adolescence: a meta-analytic review. *Social Development*, 19, 1-28.
- Wade, T., Cairney J. y Pevalin, D. (2002). Emergence of gender differences in depression during adolescence: national panel results from three countries. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 41, 190-198.