



Inteligencia emocional en el perfil formativo y psicosocial de los estudiantes universitarios: una revisión sistemática¹

Emotional intelligence in the formative and psychosocial profile of university students: a systematic review

LIONEL SÁNCHEZ-BOLIVAR²

Universidad Isabel I de Castilla

lionel.sanchez@ui1.es

<https://orcid.org/0000-0003-0560-8261>

SERGIO ESCALANTE-GONZÁLEZ

Universidad de Granada

sescalante@correo.ugr.es

<https://orcid.org/0000-0002-8026-2371>

ASUNCIÓN MARTÍNEZ-MARTÍNEZ

Universidad de Granada

asuncionmm@ugr.es

<https://orcid.org/0000-0002-8826-235X>

FELIX ZURITA-ORTEGA

Universidad de Granada

felixzo@ugr.es

<https://orcid.org/0000-0002-1189-894X>

Resumen

Introducción: Dentro de la conducta humana, la inteligencia emocional tiene un papel fundamental sobre las decisiones que toma, relacionándose con competencias, su nivel de estrés y de resiliencia. Con esta revisión sistemática se pretende realizar un análisis del estado de la cuestión sobre la

Abstract:

Within human behavior, emotional intelligence has a fundamental role in the decisions we make. This systematic review aims to carry out an analysis of the state of the question about emotional intelligence in university students. Method: With this objective, a search was carried out in the

1 Como referenciar este artículo (How to reference this article):

Sánchez et al., (2023). Inteligencia emocional en el perfil formativo y psicosocial de los estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Educatio Siglo XXI*, 41(2), 147-164. <https://doi.org/10.6018/educatio.515181>

2 Dirección para correspondencia (Correspondence address):

Sergio Escalante-González. E-mail: sescalante@correo.ugr.es

inteligencia emocional en estudiantes universitarios. Método: Para ello se ha llevado a cabo una búsqueda en la base de datos Web of Science de los descriptores “emotional intelligence” y “university students”, haciendo uso de la estrategia PICO, se seleccionaron un total de 24 artículos. Resultados: La producción científica en este campo tiene una tendencia ascendente, por lo que existe un claro interés en la comunidad científica por su estudio. En este sentido, el país que más viene estudiando esta variable en población universitaria es España. Por otro lado, la mayoría de los estudios sobre esta materia tienen diseños descriptivos y de corte transversal. Discusión: Respecto al estado de la cuestión, la inteligencia emocional es una variable psicológica fundamental en las elecciones del alumnado y está relacionada con el rendimiento académico, el bienestar psicológico, la motivación, el estrés, la ansiedad y la resiliencia del alumnado, relacionándose altos niveles de inteligencia emocional con un mejor rendimiento académico, más bienestar, una alta motivación y alta resiliencia, reduciendo los niveles de estrés y ansiedad. Por tanto, este trabajo de revisión pone de relieve la importancia de trabajar la competencia emocional de los estudiantes como forma de mejora de su perfil formativo, psicosocial y profesional.

Palabras clave:

Estudiantes; inteligencia emocional; revisión; universidad.

Résumé:

Dans le comportement humain, l'intelligence émotionnelle joue un rôle fondamental dans les décisions prises et est liée aux compétences, au niveau de stress et à la résilience. L'objectif de cette revue systématique est d'analyser l'état de l'art en matière d'intelligence émotionnelle chez les étudiants universitaires. Méthode : Pour ce faire, une recherche a été effectuée dans la base de données Web of Science sur les descripteurs «intelligence émotionnelle» et «étudiants universitaires», en utilisant le champ «Sujet» et en établissant la période au cours des cinq dernières années. Au total, 24 articles ont été sélectionnés. Résultats : La production scientifique dans ce domaine a une tendance à la hausse, il y a donc un intérêt manifeste de la communauté scientifique pour son étude. En ce sens, le pays qui a le plus étudié cette variable dans la population universitaire est l'Espagne. D'autre part, la plupart des études sur ce sujet ont des conceptions descriptives et transversales. Discussion : En ce qui concerne l'état de la question, l'intelligence émotionnelle est une variable psychologique fondamentale dans les choix des étudiants et est liée aux performances académiques, au bien-être psychologique, à la motivation, au stress, à l'anxiété et à la résilience des étudiants, des niveaux élevés d'intelligence émotionnelle étant liés à de meilleures performances académiques, à un plus grand

Web of Science database for the descriptors “emotional intelligence” and “university students”, using the field “Topic”, and establishing the time period in the last five years. The search rendered a total of 719 results. After refining and applying the categories and inclusion criteria, a total of 24 articles were selected. Results: The scientific production in this field shows an upward trend, thus revealing a clear research interest in this topic. In this sense, Spain stands out as the country with the biggest number of articles targeting the university population. On the other hand, most of the studies on this subject have descriptive and cross-sectional designs. Discussion: Regarding the state of the question, emotional intelligence is a fundamental psychological variable in students' choices and is related to academic performance, psychological well-being, motivation, stress, anxiety and student resilience. Also, high levels of emotional intelligence are related with better academic performance, more well-being, high motivation and high resilience, and reduced levels of stress and anxiety. Therefore, this review highlights the importance of working on students' emotional competence as a way to improve their educational, psychosocial and professional profile.

Keywords:

Students; emotional intelligence; review; university.

bien-être, à une motivation élevée et à une résilience élevée, réduisant ainsi les niveaux de stress et d'anxiété. Par conséquent, ce travail de synthèse souligne l'importance de travailler sur la compétence émotionnelle des élèves comme moyen d'améliorer leur profil scolaire, psychosocial et professionnel.

Mots-clés: Étudiants ; intelligence émotionnelle ; révision ; université.

Fecha de recepción: 13-03-2022

Fecha de aceptación: 23-03-2022

Introducción

Uno de los factores fundamentales que vertebra las decisiones de las personas, son las emociones. Siempre que existe una decisión en la vida de un individuo, hay una emoción ligada a la misma.

Respecto al alumnado universitario, la capacidad de identificar, controlar y manejar las emociones propias y las de los demás, es decir, la inteligencia emocional, es fundamental en el proceso de selección de la titulación que desean cursar, durante la misma y en su conclusión, así como a la hora de enfrentar el mundo laboral al que la titulación le da acceso (Bisquerra-Alzina et al., 2015).

Cuando se habla de Inteligencia Emocional se ha de tener en cuenta, por un lado, el concepto de inteligencia, entendida como la capacidad cognitiva humana para aprender y actuar conforme a los conocimientos adquiridos (Steinmayr et al., 2014); y, por otro lado, el concepto de emoción, entendida como la respuesta psicofisiológica que el ser humano da como consecuencia de la exposición a un estímulo determinado (Morales-Rodríguez et al., 2020).

La inteligencia emocional se conceptualiza como la capacidad para entender las emociones, en uno mismo y en el resto de personas de la sociedad. Por tanto, la inteligencia emocional de una persona va a ser el resultado del uso de las emociones en beneficio propio, empleándolas en mayor o menor medida, es decir, autorregulándolas (Bisquerra-Alzina et al., 2015; Oliveros, 2018).

El proceso de autorregulación es un componente fundamental de la inteligencia emocional. Cuando una persona elige una opción impulsada por una emoción negativa tiene una mayor probabilidad de arrepentirse que aquel que la decide con una emoción positiva asociada a ella (Giacollini & Sabatello, 2019).

Al alumnado se le presentan innumerables situaciones en las que sus elecciones van a repercutir de forma significativa en su futuro académico, profesional y laboral, en tanto en cuanto, una opción que tome en el presente va a tener consecuencias para el estudiante en su futuro. Una decisión tomada de forma precipitada, causada por un bajo control emocional, tendrá efectos negativos en el proceso vital del alumno (Phang et al., 2018).

En el perfil del alumnado no sólo actúa como variable psicosocial la inteligencia emocional, sino que se encuentra relacionada con otras como las competencias profesionales genéricas y específicas, la motivación, las habilidades sociales, la resiliencia, el estrés y el burnout (Agarwal et al., 2020; Antinienè & Lekavi ienè, 2019; Jan et al., 2020; Malinauskas & Malinauskiene, 2020; Morales-Rodríguez et al., 2020; San Román-Mata et al., 2020; Trigueros et al., 2020).

Como parte del itinerario formativo, cada estudiante debe adquirir los conocimientos genéricos de la titulación que cursa y los conocimientos específicos de las profesiones a las que puede acceder desde la misma. En este sentido, el rendimiento académico del alumnado va a actuar como indicador de la adecuación de su perfil personal previo, al inicio de sus estudios universitarios, al perfil académico-profesional de la titulación (Alenezi et al., 2020; Phang et al., 2018).

El alumnado emocionalmente más inteligente va a contar con un mejor rendimiento académico que aquel que cuenta con un nivel inferior, por lo que la inteligencia emocional va a funcionar como predictor y regulador del rendimiento académico (Goh & Kim, 2020).

En lo que respecta al perfil competencial y psicosocial, por un lado, la inteligencia emocional es una competencia en sí misma, por otro lado, complementa la competencias profesionales básicas y avanzadas que el alumnado debe adquirir y desarrollar para la práctica profesional futura (Bisquerra-Alzina et al., 2015).

La inteligencia emocional influye sobre la motivación, las habilidades sociales, la resiliencia y el estrés del alumnado de forma positiva, actuando como facilitador motivacional (Castro-Sánchez et al., 2019), como promotor de la actitud prosocial (Llorent et al., 2020), aumentando la resiliencia (Agarwal et al., 2020), y reduciendo los niveles de estrés del alumnado, en su día a día personal, académico y social.

Un nivel de desarrollo avanzado de la inteligencia emocional va a mejorar el nivel de resiliencia del estudiantado, protegiéndolo de situa-

ciones negativas y aportando bienestar psicológico ante los eventos negativos que se presentan en el día a día (Abdollahi et al., 2018; Atkinson, 2020; Chow et al., 2018; Helmut, 2020).

Por tanto, dada la importancia y la relevancia que la inteligencia emocional tiene tanto en la toma de decisiones como en el resto de variables psicosociales del alumnado universitario, se propone este trabajo de revisión sistemática de la literatura científica que relaciona la inteligencia emocional del alumnado con el resto de variables y con el perfil formativo y social del mismo, aportando el actual estado de la cuestión en esta materia a nivel internacional.

Metodología

Para un mayor rigor científico y la reducción al máximo del riesgo de sesgo, sea optado por seguir las especificaciones de la Declaración PRISMA para revisiones sistemáticas (Urrutia & Bonfill, 2010; Hutton et al., 2015). Para establecer la pregunta de investigación se siguió la estrategia PICO. La población (P) seleccionada fue el alumnado universitario. La investigación (I) a desarrollar fue la revisión sistemática y exhaustiva de la producción científica en materia de inteligencia emocional. Posteriormente, se compararon (C) los estudios para establecer similitudes y divergencias que permitiesen su agrupación. Por último, se analizaron los resultados (O) de la muestra final para establecer las evidencias estadísticas.

Procedimiento

Para esta revisión sistemática se hizo uso de la base de datos científica Web of Science (WoS), realizándose la búsqueda durante el mes de diciembre de 2020. Se ha seleccionado la mencionada base de datos por el prestigio y el reconocimiento que ostenta en el ámbito científico y académico, así como por la repercusión y alcance que tiene a nivel internacional. Se optó por una sola base de datos para evitar la dispersión de datos a lo largo del tiempo, dado que es un tópico de investigación en continua evolución y ampliación.

La búsqueda se restringió a los idiomas inglés y español. Para la búsqueda se emplearon los descriptores “emotional intelligence” y “univer-

sity students”, combinándolos con el operador booleano “AND”, descartando los operadores “OR” y “NOT”, haciendo uso del campo “Tema” y limitando el periodo temporal a los últimos cinco años (2016-2020).

Muestra

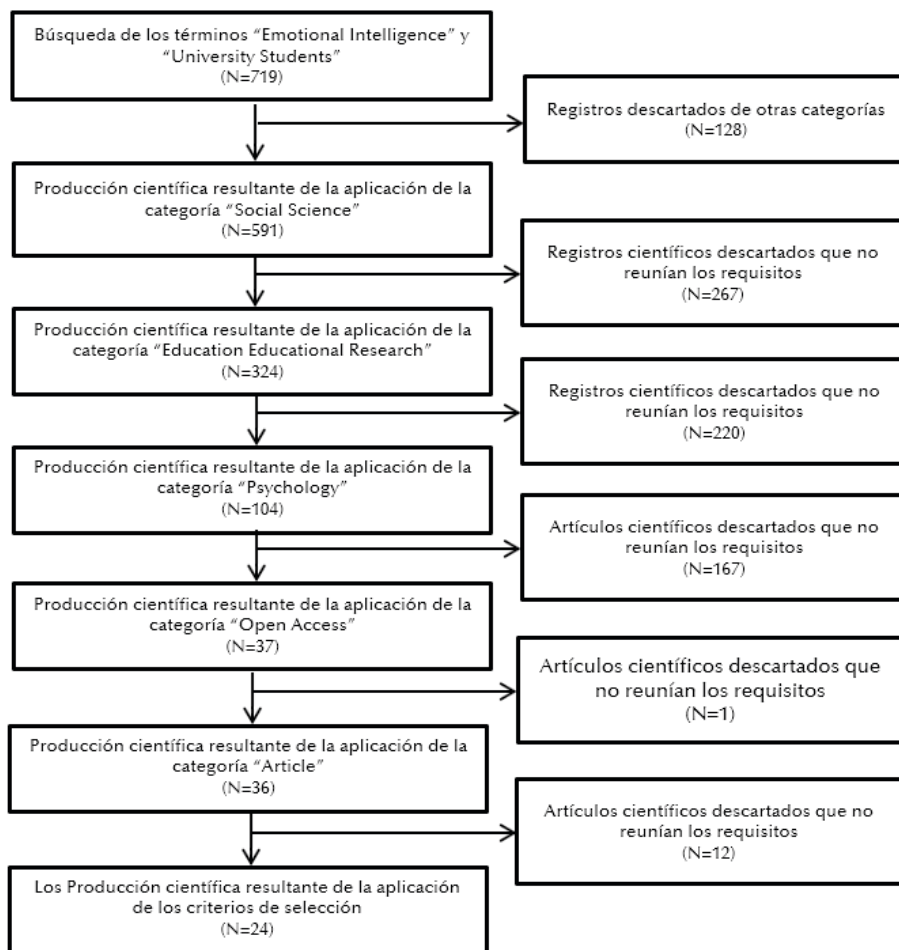
De la búsqueda se obtuvieron un total de 719 registros. Posteriormente, se procedió a refinar la búsqueda seleccionando la categoría “Social Sciences”, con lo que se obtuvo un total de 591 documentos. Tras esto se acotó, aún más, seleccionando la categoría “Education Educational Research”, resultando en un total de 324 recursos. Después de esto, se delimitó al campo de la psicología haciendo uso de la categoría “Psychology”. Finalmente se procedió a seleccionar aquellos registros en “Acceso Abierto”, del que resultaron un total de 37 registros y que estuviesen en formato artículo (“Article”), lo que resultó en un total de 36 artículos.

Para la selección de la muestra de estudio para esta revisión sistemática se hizo uso de los siguientes criterios de inclusión: 1) estudios sobre la inteligencia emocional en el alumnado universitario, excluyendo otras etapas educativas y cualquier población que no fuese estudiantil (profesores, trabajadores, etc.); 2) estudios cuantitativos descriptivos, experimentales o cuasiexperimentales, de corte transversal o longitudinal, excluyendo revisiones bibliométricas, sistemáticas y metaanálisis.

De la aplicación de estos criterios de selección se obtuvo una muestra definitiva de 24 artículos.

Figura 1

Diagrama de flujo PRISMA para la inclusión de los registros objeto de estudio



Fuente: elaboración propia.

Resultados

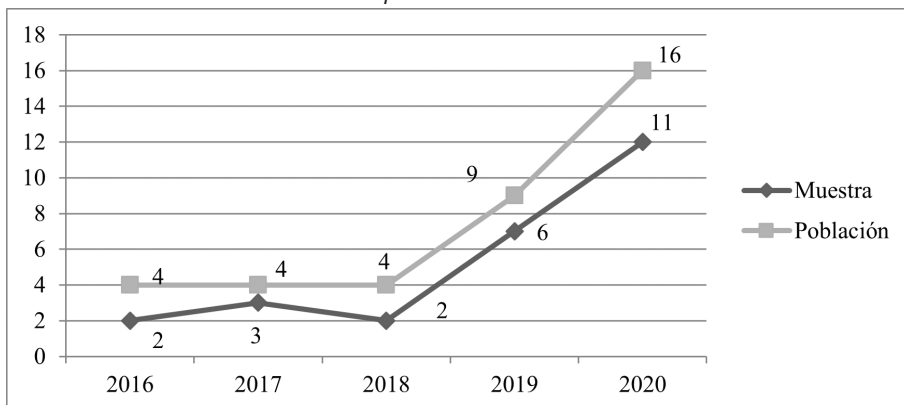
En el lustro de 2016 a 2020, la producción científica en WoS, en materia de inteligencia emocional, asciende a un total de 37 artículos.

Tal y como se puede observar en el gráfico 1, existe un continuo interés por esta temática mostrando una estabilidad desde 2016 a 2018, con un total de cuatro artículos por años. En los dos últimos años, la producción científica en esta materia ha experimentado un considera-

ble ascenso, llegando a cuadruplicar la tasa de producción científica en 2020 (n= 16).

Gráfico 1

Población y muestra de la producción científica sobre Inteligencia Emocional en Alumnado Universitario en el periodo 2016-2020.



Fuente: elaboración propia.

En cuanto a la producción científica sobre la inteligencia emocional del alumnado universitario, en formato artículo y siendo estudios cuantitativos descriptivos, experimentales o cuasiexperimentales (excluyendo revisiones y metaanálisis), el total de registros es de 24.

Como se observa en el gráfico 1, la tendencia de la muestra es similar a la de la población, existiendo interés en el estudio de la inteligencia emocional en el alumnado universitario, la producción científica actual (n= 11) quintuplica a la de los años 2016 (n=2) y 2018 (n=2). Por tanto, la producción científica en esta materia está experimentando un elevado incremento en el último bienio.

En cuanto al país donde se han desarrollado los estudios, tal y como se observa en la tabla 1, el 20.83% (n=5) de las investigaciones, sobre inteligencia emocional en estudiantes universitarios, se ha llevado a cabo en España, siendo Polonia, con un 12.5% (n=3) el país con más estudios realizados en esta materias, tras España. Representando un 8.33% (n= 2) de la muestra, se encuentran Lituania e Irán. El resto de investigaciones se encuentran diseminadas por diferentes países del mundo.

En lo que respecta a la tipología del estudio, un 87.5% (n= 21) son descriptivos. Por otro lado, según el tipo de corte del estudio, el 70.83% (n= 17) son transversales y el 29.17 (n= 7) son longitudinales. En este

sentido, la mayoría de los estudios son descriptivos de corte transversal, siendo estos el 70.83% (n=17) de la muestra.

Tabla 1

Artículos que forman la muestra del estudio ordenados alfabéticamente por autores

Autores y año	País	Muestra	Tipo de Estudio	Instrumentos (*)	Variables (**)
Abdollahi & Abu-Talib (2016)	Malasia	520	Descriptivo; Transversal	LSAS- RSES- BES- AES	IE-AE-A
Corti & Gelatti (2020)	Italia	45	Experimental; Longitudinal	AMOS- MAAS	IE- MI
El Othman et al. (2020)	Líbano	296	Descriptivo; Transversal	CGPA- BFPT- QEISAS- GDMSI	IE- P- DC
Ghahramani et al. (2019)	Irán	300	Descriptivo; Transversal	OHI- SSEIQ	IE-F
Gribble et al. (2019)	Australia	376	Descriptivo; Longitudinal.	EQi	IE
Gupta et al. (2017)	India	132	Descriptivo; Longitudinal.	SEIS- PSS	IE-E
Hajibabae et al. (2018)	Irán	320	Descriptivo; Transversal	SEIS- JSE	IE- EM
Hou et al. (2019)	China	641	Descriptivo; Transversal	PSS- CES-D- CD- RISK- PSSS- FIQ	IE- E- D- A- R- AS
Ke & Barlas (2020)	Singapur	142	Descriptivo; Transversal	TEIQue-SF- CSI- YSQ-S3	IE-I- EC
Kuk & Guskowska (2019)	Polonia	33	Cuasiexperimental, Longitudinal	LAP-R- KKS- INTE- GHQ-28	IE- AV- CS- S
Kusnierz et al. (2020)	Polonia y Ucrania	424	Descriptivo; Transversal	AMS- BPT	IE- MT- RA
Malinauskas & Malinauskiene (2020)	Lituania	437	Descriptivo; Longitudinal.	SSRI- MSPSS- PSS	IE- E- BP
Malinauskas et al. (2018)	Lituania	1214	Descriptivo; Transversal	SSRI- HBC	IE- SC
Mamcarz et al. (2020)	Polonia	158	Descriptivo; Transversal	INTE- ATEP	IE-APM
Morales-Rodríguez et al. (2020a)	España	164	Descriptivo; Transversal	RPWB- HLSQ- TMMS-24- SAI- AF-5- TECA	IE- BP- EA- HHSS- A- AC- E- EM

Autores y año	País	Muestra	Tipo de Estudio	Instrumentos (*)	Variables (**)
Morales-Rodríguez et al. (2020b)	España	170	Descriptivo; Transversal	SATGES- MHS- RS- RSES- TMMS-24- TECA- PSS	IE- IG- H- R- AE- E- EM
Ranasinghe et al. (2017)	Sri Lanka	471	Descriptivo; Transversal	SEIS- PSS	IE-E
San Román-Mata et al. (2020)	España	1095	Descriptivo; Transversal	CD-RISK- TMMS-24- KPDS	IE- E- R
Snowden et al. (2017)	EEUU	589	Descriptivo; Longitudinal.	SEIS- TEIQue-SF	IE- CP
Stenhouse et al. (2016)	UK	598	Cuasiexperimental, Longitudinal	SEIS- TEIQue-SF	IE-CP
Suleman et al. (2019)	Pakistán	186	Descriptivo; Transversal	EIS- CGPA	IE-EX
Suriá-Martínez et al. (2019)	España	102	Descriptivo; Transversal	TMMS-24- AF-5	IE- AC
Trigueros et al. (2020)	España	1347	Descriptivo; Transversal	TMMS-24- CD- RISK- TAI- SSISM	IE- R- A- E
Zhang et al. (2020)	China	30000	Descriptivo; Transversal	AD-HOC	IE- A- T- M- O

(*): AES: Assessing Emotions Scale; AF-5: Auto Form 5 Scale; AMOS: Abilities and Motivation to Study; AMS: Academic Motivation Scale; ATEP: Attitude Towards Elderly Patients Questionnaire; BES: Body-esteem Scale; BFPT: Big Five Personality Test; BPT: Big-Five Personality Traits; CD-RISK: Connor–Davidson Resilience Scale; CES-D: Center for Epidemiologic Studies Depression Scale; CGPA: Cumulative Grade Point Average; CSI: Coping Strategies Inventory; EIS: Emotional Intelligence Scale; EQi: Emotional Quotient Inventory; FIQ: Facebook Intrusion Questionnaire; GDMSI: General Decision-Making Style Inventory; GHQ-28: General Health Questionnaire; HBC: Health Behaviour Checklist; HLSQ: Honey-Alonso Learning Styles Questionnaire; INTE: Emotional Intelligence Questionnaire; JSE: Jefferson Scale of Empathy; KKS: Social Competencies Questionnaire; KPDS: Kessler Psychological Distress Scale; LAP-R: Life Attitude Profile-Revised; LSAS: Liebowitz Social Anxiety Scale; MAAS: Mindful Attention Awareness Scale; MHS: Modern Homophobia Scale; MSPSS: Multidimensional Scale of Perceived Social Support; OHI: Oxford Happiness Inventory; PSS: Perceived Stress Scale; PSSS: Perceived Social Support Scale; QEISAS: Quick Emotional Intelligence Self-Assessment scale; RPWBS: Ry 's Psychological Well-Being Scale; RS: Resilience Scale; RSES: Rosenberg Self-Esteem Scale; SAI: State-Trait Anxiety Inventory; SATGES: Student attitudes towards gender equality scale; SEIS: Schutte Emotional Intelligence Scale; SSEIQ: Siberia Schering's Emotional Intelligence Questionnaire; SSISM: Student Stress Inventory

Stress Manifestations; SSRI: Schutte Self-Report Inventory; TAI: Test Anxiety Inventory; TECA: Test of Cognitive and Affective Empathy; TEIQue-SF: Trait Emotional Intelligence Questionnaire Short Form; TMMS-24: Trait Meta Mood Scale; YSQ-S3: Young's Schema Questionnaire Short Form.

(**) A: Ansiedad; AC: Autoconcepto; AE: Autoestima; APM: Actitud hacia Personas Mayores; AS: Apoyo Social; AV: Actitud hacia la Vida; BP: Bienestar psicológico; CP: Cuidados Previos; CS: Competencia Scoail; D: Depresión; DC: Decisiones; E: Estrés; EA: Estrategias de Aprendizaje; EC: Estrategias de Afrontamiento; EM: Empatía; EX: Éxito Académico; F: Felicidad; H: Homofobia; HHSS: Habilidades Sociales; I: Inadaptación; IE: Inteligencia Emocional; M: Miedo; MI: Mindfulness; MT: Motivación; O: Optimismo; P: Personalidad; R: Resiliencia; RA: Rendimiento Académico; S: Salud; SC: Comportamiento Saludable; T: Tensión

En lo que respecta a los instrumentos empleados para la medición de la inteligencia emocional en el alumnado, el 20.83% (n=5) de los estudios han empleado el TMMS-24 (Trait Meta Mood Scale), otro 20.83% (n=5) han empleado el SEIS (Schutte Emotional Intelligence Scale), el 12.50% (n=3) han hecho uso del TEIQue-SF (Trait Emotional Intelligence Questionnaire Short Form) y, el resto de estudios, han empleado otros instrumentos con menor trayectoria en este campo científico.

En cuanto a las variables con las que se ha estudiado la inteligencia emocional, las principales han sido el estrés que se ha estudiado en un 33.33% (n=8) de los estudios, y la ansiedad que ha sido estudiada junto con la inteligencia emocional en un 16.67% (n=4) de los estudios.

Discusión

Dada la amplitud de niveles que abarca la inteligencia emocional en la vida del alumnado universitario, los resultados de la presente revisión se discutirán en torno a cuatro grandes aspectos de la misma: la inteligencia emocional en la toma de decisiones del alumnado, la regulación emocional, la influencia de la inteligencia emocional en el bienestar psicosocial del alumnado y, por último, la inteligencia emocional y estado de salud del alumnado.

La inteligencia emocional en la toma de decisiones del alumnado

Los estudiantes universitarios se enfrentan, diariamente, a numerosas situaciones que les llevan a tomar decisiones sobre su presente y futuro

académico y laboral. En este sentido, un buen nivel de inteligencia emocional va a tener un efecto positivo sobre sus decisiones, mientras que un bajo nivel de inteligencia emocional conllevaría un efecto negativo en las misma y, por tanto, arrepentimiento por haberlas tomado (El Othman et al., 2020; Trigueros et al., 2020).

De igual manera, un bajo nivel de inteligencia emocional va a provocar una falta de estabilidad en la vida de los estudiantes, así como la dificultad de establecer objetivos a largo plazo en el alumnado, actuando la inteligencia emocional como una variable de adaptación a las contingencias diarias a las que se enfrentan los alumnos (Kusnierz et al., 2020; Trigueros et al., 2020).

Regulación emocional

Relacionado con lo anterior, un aspecto fundamental, dentro de la inteligencia emocional, es la regulación emocional. La regulación emocional influye directamente sobre los resultados académicos del alumnado, así como en la reducción de los niveles de estrés y ansiedad en el mismo. Por tanto, la autorregulación emocional va a tener un papel axial en la estructuración de la vida del estudiante (Corti & Gelatti, 2020; Kuk & Guszowska, 2019).

En este sentido, un mayor nivel de inteligencia emocional va a favorecer el afrontamiento de los problemas cotidianos, mientras que un descenso de la misma implicaría una menor capacidad para afrontar estos hechos (Ke & Barlas, 2020).

La influencia de la inteligencia emocional en el bienestar psicosocial del alumnado

En función de cómo regulen los estudiantes sus emociones, estas tendrán un efecto diferente en el bienestar del mismo.

Los estilos de vida estresantes se relacionan con problemas emocionales, estados depresivos y cuadros de ansiedad (Hou et al., 2020). En este sentido, la inteligencia emocional va a influir directamente, y de forma positiva, sobre el desempeño académico del estudiantado, actuando como agente integrador y adaptador psicosocial del alumnado al contexto educativo, mejorando sus competencias académicas y profesionales (Gribble et al., 2019; Hajibabae et al., 20018; Hamcarz et

al., 2020; Malinauskas y Malinauskiene, 2020; Morales-Rodríguez et al., 2020^a; Morale-Rodríguez, 2020b; Ranasinghe et al., 2017; Snowden et al., 2017; Stenhouse et al., 2020; Suleman et al., 2019; Suriá-Martínez et al., 2019).

De igual manera, la inteligencia emocional actúa como amortiguador del estrés, por lo que un alto nivel de inteligencia emocional se relaciona con un bajo nivel de estrés y de ansiedad, mientras que un bajo nivel de inteligencia emocional implicaría un aumento de los mismos (Abdollahi & Abu-Talib, 2016; Corti y Gelati, 2019; Gupta et al., 2017; Ranasinghe et al., 2017; San Román-Mata et al., 2020).

Asimismo, niveles altos de inteligencia emocional van a tener un efecto positivo en el bienestar psicosocial de los estudiantes universitarios, relacionándose positivamente con el entusiasmo y la felicidad de los mismos (El Othman et al., 2020; Gharamani et al., 2018).

La inteligencia emocional y el estado de salud de los estudiantes universitarios

Relacionada con el bienestar psicosocial, la salud y los estilos de vida se ven influenciados por la inteligencia emocional.

En este sentido, Gharamani et al. (2018) concluyen que existe una correlación positiva entre la inteligencia emocional del alumnado universitario y la salud percibida por el mismo. San Román-Mata et al. (2020) y Trigueros et al. (2020) añaden que existe una relación positiva entre la inteligencia emocional, la práctica de actividad física y la resiliencia de los estudiantes, mientras que existe una relación negativa con el estrés.

Relacionado con lo anterior, Malinauskas et al. (2018) establecen que existe una relación positiva e intensa entre la inteligencia emocional y los estilos de vida saludables, y una relación negativa entre la inteligencia emocional del alumnado y hábitos de vida poco saludables como el consumo de tabaco y bebidas alcohólicas.

Por último, cabe destacar que en momentos sanitariamente complejos como la actual situación pandémica causada por la COVID-19, el estudio de la inteligencia emocional se ha convertido en un pilar fundamental a la hora de proveer de apoyo psicológico a la población universitaria, contextualizándose estos momentos como puntos de inflexión en el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes (Zhang et al., 2020).

Conclusiones

Esta revisión ha puesto de relieve que existe un alto interés, por parte de la comunidad científica, en el estudio de la inteligencia emocional en estudiantes universitarios. La tendencia a nivel nacional e internacional por el estudio de esta variable psicológica va en aumento, encontrando su punto álgido en la actualidad, lo que lo configura como un tema de interés científico actual.

La inteligencia emocional es un factor fundamental en la toma de decisiones. Relacionándose niveles superiores de inteligencia emocional con una buena toma de decisiones, y niveles más bajos con un mayor arrepentimiento posterior por las decisiones tomadas.

De igual manera, la regulación emocional va a actuar como factor determinante del desempeño académico y, por ende, del éxito o fracaso académico del alumnado.

Asimismo, la inteligencia emocional está intensamente relacionada con el bienestar psicosocial de los estudiantes universitarios. Por un lado, actúa como amortiguador del estrés percibido por el alumnado. Por otro lado, actúa como factor integrador, a nivel social.

Finalmente, la inteligencia emocional es un factor íntimamente relacionado con la salud del alumnado universitario y con los estilos de vida del mismo, relacionándose altos niveles de inteligencia emocional con estilos de vida saludables y la práctica de actividad física, mientras que los niveles bajos de esta variable se relacionan con consumo de tabaco y bebidas alcohólicas.

Por tanto, se puede concluir que la inteligencia emocional facilita el afrontamiento positivo de las eventualidades con carga psicosocial negativa que se le puedan presentar al estudiantado universitario, por lo que contar con un buen nivel de desarrollo emocional va a facilitar su progreso académico y su incorporación al mercado laboral para el que se está preparando.

En este estudio, la principal limitación ha sido centrar la búsqueda de recursos científicos en una sola base de datos, Web of Science, aunque se hayan seleccionado todas las colecciones de la misma. Esta limitación abre una posible línea de investigación futura, empleando otras bases de datos como SCOPUS o ERIC, así como llevar a cabo un estudio comparativo entre los recursos contenidos en las mismas y los que se repiten.

Referencias bibliográficas

- Abdollahi, A., Abu Talib, M., Carlbring, P., Harvey, R., Yaacob, S. N., & Ismail, Z. (201). Problem-solving skills and perceived stress among undergraduate students: The moderating role of hardiness. *Journal of Health Psychology*, 23(10), 1321–1331. <https://doi.org/10.1177/1359105316653265>
- Abdollahi, A. and Abu Talib, M. (2015). Self-esteem, body-esteem, emotional intelligence, and social anxiety in a college sample: the moderating role of weight. *Psychology, Health & Medicine*, 21(2), pp.221–225. <https://doi.org/10.1080/13548506.2015.1017825>
- Agarwal, A., Ali, H., Sa, S. and Hussain Shah, J. (2020). Resilience and Burnout: Relation of Emotional Intelligence (EI) and Stress Management Capabilities among Health Professional Students of Northern Border University -Arar, Kingdom of Saudi Arabia. *Journal of Medical and Health Sciences*, 14(1).
- Antiniene, D., & Lekaviciene, R. (2019). Some Psychological Factors That Affect Emotional Intelligence Of Lithuanian High School Students. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 1(9), 8. <https://doi.org/10.21277/sw.v1i9.378>
- Bisquerra-Alzina, R., Pérez-González, J. y García-Navarro, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Síntesis.
- Castro-Sánchez, M., Lara-Sánchez, A.J., Zurita-Ortega, F. y Chacón-Cuberos, R. (2019). Motivation, Anxiety, and Emotional Intelligence Are Associated with the Practice of Contact and Non-Contact Sports: An Explanatory Model. *Sustainability*, 11(16), p.4256. <https://doi.org/10.3390/su11164256>
- Chow, K. M., Tang, W. K. F., Chan, W. H. C., Sit, W. H. J., Choi, K. C., & Chan, S. (2018). Resilience and well-being of university nursing students in Hong Kong: a cross-sectional study. *BMC Medical Education*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-018-1119-0>
- Corti, L. and Gelati, C. (2020). Mindfulness and Coaching to Improve Learning Abilities in University Students: A Pilot Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), p.1935. <https://doi.org/10.3390/ijerph17061935>
- El Othman, R., El Othman, R., Hallit, R., Obeid, S. and Hallit, S. (2020). Personality traits, emotional intelligence and decision-making styles in Lebanese universities medical students. *BMC Psychology*, 8(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00406-4>
- Ghahramani, S., Jahromi, A. T., Khoshsoroor, D., Seifooripour, R., & Sepehrpoor, M. (2019). The relationship between emotional intelligence and happiness in medical students. *Korean journal of medical education*, 31(1), 29–38. <https://doi.org/10.3946/kjme.2019.116>.
- Giacolini, T. and Sabatello, U. (2019). Psychoanalysis and Affective Neuroscience. The Motivational/Emotional System of Aggression in Human Relations. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02475>
- Goh, E. and Kim, H.J. (2020). Emotional Intelligence as a Predictor of Academic Performance in Hospitality Higher Education. *Journal of Hospitality & Tourism Education*, pp.1–7. <https://doi.org/10.1080/10963758.2020.1791140>
- Gribble, N., Ladyshewsky, R.K. and Parsons, R. (2019). The impact of clinical placements

- on the emotional intelligence of occupational therapy, physiotherapy, speech pathology, and business students: a longitudinal study. *BMC Medical Education*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-019-1520-3>
- Gupta, R., Singh, N. and Kumar, R. (2017). Longitudinal predictive validity of emotional intelligence on first year medical students perceived stress. *BMC Medical Education*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-017-0979-z>
- Hajibabae, F., A. Farahani, M., Ameri, Z., Salehi, T. and Hosseini, F. (2018). The relationship between empathy and emotional intelligence among Iranian nursing students. *International Journal of Medical Education*, 9, pp.239–243. <https://doi.org/10.5116/ijme.5b83.e2a5>
- Helmut, S. (2020). *Oxidative stress : eustress and distress*. Amsterdam Elsevier Academic Press.
- Hou, X.-L., Wang, H.-Z., Hu, T.-Q., Gentile, D.A., Gaskin, J. and Wang, J.-L. (2019). The relationship between perceived stress and problematic social networking site use among Chinese college students. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(2), pp.306–317. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.26>
- Hutton, B., Catalá-López, F., & Moher, D. (2016). La extensión de la declaración PRISMA para revisiones sistemáticas que incorporan metaanálisis en red: PRISMA-NMA. *Medicina Clínica*, 147(6), 262–266. <https://doi.org/10.1016/j.medcli.2016.02.025>
- Ke, T. and Barlas, J. (2018). Thinking about feeling: Using trait emotional intelligence in understanding the associations between early maladaptive schemas and coping styles. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*. <https://doi.org/10.1111/papt.12202>
- Kuk, A. and Guskowska, M. (2018). Changes and Predictors of the Sense of Meaning in Life in Polish University Students Participating in Psychological Workshops Communication–Forgiveness–Love. *Journal of Religion and Health*, 58(4), pp.1095–1106. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0631-1>
- Kuśnierz, C., Rogowska, A.M. and Pavlova, I. (2020). Examining Gender Differences, Personality Traits, Academic Performance, and Motivation in Ukrainian and Polish Students of Physical Education: A Cross-Cultural Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), p.5729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17165729>
- Llorent, V.J., Zych, I. y Varo-Millán, J.C. (2019). Competencias socioemocionales auto-percibidas en el profesorado universitario en España. *Educación XX1*, 23(1). <https://doi.org/10.5944/educxx1.23687>
- Malinauskas, R., Dumciene, A., Sipaviciene, S. and Malinauskiene, V. (2018). Relationship Between Emotional Intelligence and Health Behaviours among University Students: The Predictive and Moderating Role of Gender. *BioMed Research International*, 2018, pp.1–11. <https://doi.org/10.1155/2018/7058105>
- Malinauskas, R. and Malinauskiene, V. (2020). The Relationship between Emotional Intelligence and Psychological Well-Being among Male University Students: The Mediating Role of Perceived Social Support and Perceived Stress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), p.1605. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051605>

- Mamcarz, I., Torres, K., Mamcarz, P., Jurek, K., Torres, A. and Szast, K. (2020). The role of emotional intelligence in attitudes towards elderly patients – Comparative study of medical students from rural and urban areas. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*, 27(1), pp.134–138. <https://doi.org/10.26444/aaem/110770>
- Morales Rodríguez, F.M., Rodríguez Clares, R., y García Muñoz, M.R. (2020). Influence of Resilience, Everyday Stress, Self-Efficacy, Self-Esteem, Emotional Intelligence, and Empathy on Attitudes toward Sexual and Gender Diversity Rights. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), p.6219. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176219>
- Morales-Rodríguez, F. M., Espigares-López, I., Brown, T. y Pérez-Mármol, J. M. (2020). The Relationship between Psychological Well-Being and Psychosocial Factors in University Students. *International journal of environmental research and public health*, 17(13), 4778. <https://doi.org/10.3390/ijerph17134778>
- Oliveros, V. (2018). La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra Emotional intelligence from the perspective of Rafael Bisquerra. *Revista de Investigación*, 42(93), pp.95–109.
- Phang, A., Fan, W. and Arbona, C. (2018). Secure Attachment and Career Indecision: The Mediating Role of Emotional Intelligence. *Journal of Career Development*, p.089484531881436. <https://doi.org/10.1177%2F0894845318814366>
- Ranasinghe, P., Wathurapatha, W.S., Mathangasinghe, Y. and Ponnampereuma, G. (2017). Emotional intelligence, perceived stress and academic performance of Sri Lankan medical undergraduates. *BMC Medical Education*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-017-0884-5>
- San Román-Mata, S., Puertas-Molero, P., Ubago-Jiménez, J.L. y González-Valero, G. (2020). Benefits of Physical Activity and Its Associations with Resilience, Emotional Intelligence, and Psychological Distress in University Students from Southern Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(12), p.4474. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124474>
- Snowden, A., Stenhouse, R., Duers, L., Marshall, S., Carver, F., Brown, N. and Young, J. (2017). The relationship between emotional intelligence, previous caring experience and successful completion of a pre-registration nursing/midwifery degree. *Journal of Advanced Nursing*, 74(2), pp.433–442. <https://doi.org/10.1111/jan.13455>
- Steinmayr, R., Wirthwein, L. and Schöne, C. (2014). Gender and numerical intelligence: Does motivation matter? *Learning and Individual Differences*, 32, pp.140–147. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.01.001>
- Stenhouse, R., Snowden, A., Young, J., Carver, F., Carver, H. and Brown, N. (2016). Do emotional intelligence and previous caring experience influence student nurse performance? A comparative analysis. *Nurse Education Today*, 43, pp.1–9. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2016.04.015>
- Suleman, Q., Hussain, I., Syed, M.A., Parveen, R., Lodhi, I.S. and Mahmood, Z. (2019). Association between emotional intelligence and academic success among undergraduates: A cross-sectional study in KUST, Pakistan. *PLOS ONE*, 14(7), p.e0219468. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0219468>
- Suriá-Martínez, R., Ortigosa Quiles, J.M. and Riquelme Marin, A. (2019). Emotional In-

- telligence Profiles of University Students with Motor Disabilities: Differential Analysis of Self-Concept Dimensions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(21), p.4073. <https://doi.org/10.3390/ijerph16214073>
- Trigueros, R., Padilla, A.M., Aguilar-Parra, J.M., Rocamora, P., Morales-Gázquez, M.J. and López-Liria, R. (2020). The Influence of Emotional Intelligence on Resilience, Test Anxiety, Academic Stress and the Mediterranean Diet. A Study with University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), p.2071. <https://doi.org/10.3390/ijerph17062071>
- Urrútia, G., & Bonfill, X. (2010). Declaración PRISMA: una propuesta para mejorar la publicación de revisiones sistemáticas y metaanálisis. *Medicina Clínica*, 135(11), 507–511. <https://doi.org/10.1016/j.medcli.2010.01.015>
- Zhang, Y., Cao, X., Wang, P., Wang, G., Lei, G., Shou, Z., Xie, S., Huang, F., Luo, N., Luo, M., Bian, Y., Zhang, J. and Xiao, Q. (2020). Emotional “inflection point” in public health emergencies with the 2019 new coronavirus pneumonia (NCP) in China. *Journal of Affective Disorders*, 276, pp.797–803. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.097>