







Original

El Papel del Afrontamiento Reactivo en la Relación Entre Inteligencia Emocional y Ajuste Psicológico en la Adolescencia

Beatriz Gil-Juliá¹, Sergio Murgui², Yolanda Andreu¹, Cristina Serrano¹,
Carmen Picazo^{3,*}, Ana Soto-Rubio⁴

¹Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos, Universidad de Valencia, 46010 Valencia, España

²Departamento de Psicología Social, Universidad de Valencia, 46010 Valencia, España

³Departamento de Psicología y Sociología, Universidad de Zaragoza, 44003 Teruel, España

⁴Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación, Universidad de Valencia, 46010 Valencia, España

*Correspondencia: carmen.picazo@unizar.es (Carmen Picazo)

Editor Académico: Vicente E. Caballo

Enviado: 6 Noviembre 2024 Revisado: 17 Enero 2025 Aceptado: 15 Mayo 2025 Publicado: 31 Octubre 2025

Resumen

Antecedentes: Este estudio examina la relación entre la inteligencia emocional (IE), el afrontamiento y dos indicadores de ajuste psicológico (Bienestar Subjetivo/Estrés Percibido), así como el papel mediador del afrontamiento en la relación entre IE y ajuste psicológico. **Método:** Se incluyeron en el estudio 611 adolescentes españoles (14–18 años). **Resultados:** Las dimensiones de la IE mostraron diferentes patrones de asociación con las variables de afrontamiento y criterio. La Claridad emocional y la Reparación mostraron asociaciones independientes y positivas con el afrontamiento adaptativo y negativas con el no adaptativo. También se relacionaron negativamente con el Estrés Percibido y positivamente con el Bienestar Subjetivo. La Atención Emocional se asoció positivamente con el afrontamiento no adaptativo, así como con el Socialmente apoyado. De igual forma se relacionó positivamente con el Estrés Percibido y negativamente con el Bienestar Subjetivo. Los resultados del modelo de efectos indirectos pusieron de manifiesto la existencia de dos mecanismos relacionados con el afrontamiento a través de los cuales se transmite el impacto de la IE en el ajuste de los adolescentes. **Conclusiones:** En primer lugar, la vía relativa a un menor uso de estrategias de afrontamiento desadaptativas/disfuncionales. En segundo lugar, la búsqueda de Apoyo social como mecanismo de acción de la IE en el ajuste. Estos datos tienen implicaciones significativas, permitiendo el desarrollo de programas a medida que aborden estos mecanismos. La implementación de medidas preventivas en el entorno escolar de los adolescentes para desincentivar la Desvinculación/Autoculpabilización, al tiempo que se promueve la búsqueda de Apoyo social como mecanismo de afrontamiento—particularmente para aquellos con mayor Atención Emocional—puede desempeñar un papel fundamental en la mitigación de la creciente prevalencia de trastornos de salud mental durante la adolescencia.

Palabras Claves: inteligencia emocional; afrontamiento reactivo; bienestar subjetivo; estrés percibido; adolescentes

The Role of Reactive Coping on the Relationship Between Emotional Intelligence and Adolescent Psychological Adjustment

Abstract

Background: This study examines the relationship between emotional intelligence (EI), coping, and two psychological adjustment indicators (Subjective Well-being/Perceived Stress) and the mediating role of coping on the relationship between EI and psychological adjustment. **Method:** 611 Spanish adolescents (14–18 years) were included in the study. **Results:** EI dimensions showed different patterns of association with coping and psychological adjustment. Emotional Clarity and repair showed independent and positive associations with adaptive coping and negative with non-adaptive coping. They were also negatively related to Perceived Stress and positively to Subjective Well-being. Emotional Attention was positively related to non-adaptive as well as to Socially supported coping. Likewise, it was positively associated with Perceived Stress and negatively with Subjective Well-being. Results of the indirect effects model highlighted two coping-related mechanisms through which the impact of EI on psychological adjustment is conveyed. **Conclusions:** Firstly, the pathway regarding a reduced use of maladaptive/dysfunctional coping strategies. Secondly, the search for social support as an action mechanism of EI in adjustment. These data have meaningful implications, allowing the development of tailored programmes that tackle these mechanisms. Implementing preventive measures within adolescents' school environments to discourage Disengagement/Self-blame while promoting seeking social support as a coping mechanism—particularly for those with heightened Emotional Attention—can play a pivotal role in mitigating the rising prevalence of mental health disorders during adolescence.



Keywords: emotional intelligence; reactive coping; subjective well-being; perceived stress; adolescents

1. Introducción

El número de adolescentes que informan tener una pobre salud mental va en aumento. Los datos indican un incremento significativo en la prevalencia de trastornos mentales como la ansiedad y la depresión en este grupo de edad (Duffy et al, 2019; Klaufus et al, 2022). Aunque la pandemia de Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) ha tenido un fuerte impacto negativo en la salud mental de los adolescentes (Panchal et al, 2023), esta tendencia de empeoramiento de la salud mental ya se venía observando desde tiempo atrás. En los 10 años anteriores a la pandemia, los sentimientos persistentes de tristeza y desesperanza— así como los pensamientos y comportamientos suicidas— aumentaron alrededor de un 40% entre los jóvenes, según el informe de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) (Abrams, 2023). En este escenario, resulta de especial importancia identificar qué factores personales pueden influir en el ajuste psicológico, sobre todo teniendo en cuenta que la adolescencia es un periodo de transición y desarrollo caracterizado por múltiples cambios y demandas cuya gestión ineficaz podría impactar en el ajuste psicológico del individuo y afectar a su bienestar (Alderman et al, 2019; Cunsolo, 2017).

En esta línea, dos constructos destacan como variables importantes entre las estudiadas con capacidad para influir en los resultados de ajuste psicológico: el afrontamiento y la inteligencia emocional.

El afrontamiento se ha definido como los esfuerzos cognitivos y conductuales realizados por las personas para gestionar demandas específicas externas y/o internas que se valoran como gravosas o que exceden los recursos (Carver y Connor-Smith, 2010; Lazarus y Folkman, 1984). Los resultados de investigación muestran que el afrontamiento juega un papel clave en el ajuste psicológico de los adolescentes al influir en la gestión de los estresores (Markova y Nikitskaya, 2017) y actuar, en consecuencia, como mediador y/o modulador de los efectos que el estrés puede tener sobre el ajuste psicológico presente y futuro (Compas et al, 2001). En particular, estudios previos han demostrado que el afrontamiento centrado en el problema está vinculado a un mejor ajuste psicológico (Compas et al, 2001; Seiffge-Krenke, 2011), mientras que el afrontamiento de evitación/Desvinculación predice un aumento de trastornos psicológicos y malestar emocional (Cicognani, 2011; Herres, 2015; Markova y Nikitskaya, 2017; Seiffge-Krenke, 2011).

Basándose en estos hallazgos, la investigación en población adolescente ha hecho hincapié en un modelo que clasifica las estrategias de afrontamiento en tres dimensiones generales: Afrontamiento autosuficiente, Afrontamiento Socialmente apoyado y Afrontamiento

desvinculado (Frydenberg y Lewis, 1997; Frydenberg, 1997; Seiffge-Krenke, 2011). Estas dimensiones proporcionan un marco integral para comprender el afrontamiento y resaltar su conexión con otro factor crucial en el ajuste psicológico de los adolescentes: la inteligencia emocional. La inteligencia emocional (IE) se define en términos generales como el conocimiento y las competencias de un individuo para manejar eficazmente las emociones con el fin de regular sus comportamientos sociales y emocionales (Petrides, 2010; Salovey y Mayer, 1990; Zeidner et al, 2008). El equilibrio adecuado de las habilidades incluidas en la IE desempeña un papel adaptativo y funcional en múltiples dominios de la vida (Gómez-Baya y Mendoza, 2018). En adolescentes, la literatura ha mostrado el papel adaptativo y funcional de la IE en el ajuste psicológico (Gómez-Baya y Mendoza, 2018; Salguero et al, 2012). La IE actúa como factor protector frente al desarrollo de desajuste psicológico al reducir la experiencia y duración de emociones negativas (Mayer y Salovey, 1997; Zeidner et al, 2009). En concreto, estudios previos han revelado una relación negativa entre la IE y el Estrés Percibido (Jung et al, 2016; Urquijo et al, 2016; Villanueva et al, 2022; Zysberg et al, 2017) y positiva con el Bienestar Subjetivo (Azpiazu et al, 2023; Llamas-Díaz et al, 2022; Tejada-Gallardo et al, 2022).

Los resultados de investigaciones anteriores también han sugerido una relación entre la IE y el afrontamiento. En concreto, la IE (i) influiría en la selección y el control de las estrategias de afrontamiento durante situaciones estresantes (Matthews y Zeidner, 2000) y (ii) determinaría la eficacia de estas estrategias, amplificando los efectos beneficiosos del afrontamiento activo y minimizando los efectos del afrontamiento evitativo con el fin de reducir los trastornos psicológicos (Davis y Humphrey, 2012). Gran parte de la investigación científica se ha centrado en probar y confirmar estas relaciones. En este sentido, los datos revelan que una IE elevada se asocia a un afrontamiento más adaptativo y centrado en el problema (MacCann et al, 2011; Mikolajczak et al, 2008; Petrides et al, 2007), lo que conduce a la experiencia de emociones positivas y, asimismo al manejo de las emociones negativas, favoreciendo en última instancia la retención de una valoración cognitiva positiva de la vida en general (Palmer et al, 2002).

La idea que subyace a lo anterior es que un mecanismo clave de la influencia de la IE en el ajuste psicológico sería el uso de un afrontamiento más eficaz. Es decir, la IE favorecería la selección de estrategias adaptativas que conducirían, a su vez, a un mejor ajuste psicológico. Sin embargo, hay una falta de investigación empírica sobre el papel específico del afrontamiento en el vínculo IE-ajuste psicológico. Los pocos estudios que han abordado esta cuestión revelan que el mecanismo por el que la IE afecta al Bienestar puede deberse en mayor medida al uso menos

frecuente de estrategias de afrontamiento ineficaces que al uso más frecuente de estrategias eficaces (Downey et al, 2010; MacCann et al, 2022). Es decir, no son las estrategias de afrontamiento adaptativas que utilizan las personas con alta IE, sino las estrategias de afrontamiento desadaptativas que no utilizan (por ejemplo, estrategias de afrontamiento evitativas/no productivas) las que están relacionadas con su menor malestar.

A la luz de lo anterior, el presente estudio tratará de ampliar los hallazgos anteriores dado el importante vacío de conocimiento, particularmente en la población adolescente. Para ello, el presente estudio se centrará en dos objetivos principales: (i) examinar la relación entre IE, afrontamiento y dos indicadores de ajuste psicológico (Bienestar Subjetivo y Estrés Percibido); y (ii) comprobar el papel del afrontamiento en la relación entre la IE y las variables de ajuste psicológico.

2. Método

2.1 Participantes

Los participantes fueron 611 adolescentes españoles (303 mujeres y 308 varones) con edades comprendidas entre los 14 y los 18 años ($M = 15,49$; $DT = 1,00$). El 40,9% de los estudiantes cursó el 3er año de secundaria, el 32,9% el 4º año de secundaria y el 26,2% el 1er año de bachillerato.

2.2 Instrumentos

Escala rasgo de metaconocimiento emocional (Trait Meta-Mood Scale -TMMS-24-; Salovey et al, 1995; adaptación española de Fernández-Berrocal et al, 1998) es un instrumento de autoinforme de inteligencia emocional. Consta de 24 ítems cuyas respuestas se recogen mediante una escala Likert de 5 puntos. Evalúa las siguientes dimensiones de la inteligencia emocional: Atención, la capacidad de atender adecuadamente a los sentimientos; Claridad, la capacidad de comprender los sentimientos; y Reparación, la capacidad de regular los estados de ánimo. Los valores alfa de Cronbach para las escalas de este instrumento en la muestra actual oscilaron entre 0,83 y 0,89.

Inventario breve de afrontamiento de los problemas experimentados (Brief Coping Orientation to Problems Experienced -Brief-COPE-; Carver, 1997; versión española de Morán et al, 2010) es una medida de autoinforme de estrategias de afrontamiento. Contiene 28 ítems valorados en una escala Likert de 4 puntos. La baja fiabilidad de algunas escalas de afrontamiento no siempre ha permitido su uso como escalas diferentes y ha dado lugar a una considerable variabilidad en las estructuras «ad hoc» del Brief-COPE presentes en la literatura (por ejemplo, Baumstarck et al, 2017; Doron et al, 2014; Mate et al, 2016). Su uso en el presente trabajo seguirá la estructura de 5 factores apoyada en un estudio reciente en población adolescente (Serrano et al, 2021). Esta estructura mantiene Autoculpabilidad y Religión como subescalas independientes, a la vez que apoya la agrupación del resto de estrategias en las

tres dimensiones más comúnmente utilizadas en población adolescente: (1) Afrontamiento de Desvinculación, que incluye las subescalas de negación, consumo de sustancias y Desvinculación conductual; (2) Afrontamiento autosuficiente, que engloba las subescalas de re-evaluación positiva, humor, aceptación, autodistracción, afrontamiento activo y planificación; (3) Afrontamiento socialmente apoyado, que representa las subescalas de apoyo instrumental, apoyo emocional y desahogo. En la muestra actual, los valores alfa de Cronbach para los cinco factores fueron aceptables (α entre 0,65 y 0,78).

Escala de Estrés percibido (Perceived Stress Scale -PSS-) (Cohen et al, 1983; versión española de Remor y Carrobles, 2001) es un instrumento autoinformado de 14 ítems valorados en una escala Likert de 5 puntos que evalúa el grado de Estrés Percibido en el último mes. El valor alfa de Cronbach para este estudio fue satisfactorio ($\alpha = 0,79$).

Escala de Felicidad Subjetiva (Subjective Happiness Scale -SHS-; Lyubomirsky y Lepper, 1999; versión española de Extremera et al, 2009) es un instrumento de autoinforme de cuatro ítems valorados en una escala Likert de 7 puntos. Dos ítems piden a los encuestados que se describan a sí mismos utilizando tanto valoraciones absolutas como valoraciones en comparación con sus compañeros. Los otros dos ítems ofrecen breves descripciones de individuos felices e infelices y preguntan a los encuestados hasta qué punto cada descripción les describe a ellos. Este instrumento mostró un valor alfa de Cronbach adecuado en este estudio ($\alpha = 0,76$).

2.3 Procedimiento

Se contactó por correo electrónico con varios centros de enseñanza secundaria de la Comunidad Valenciana (España) para informarles del estudio y solicitar su participación. Los cuestionarios se administraron en grupos en aquellos centros que aprobaron el estudio. Tras dar su consentimiento por escrito, los adolescentes completaron una encuesta de papel y lápiz de aproximadamente 45 minutos bajo la supervisión de un colaborador de la investigación. La investigación recibió la aprobación del Comité de Ética de la Universidad de Valencia (Código de registro: H1542116174900).

2.4 Análisis de los Datos

Se calcularon estadísticos descriptivos para resumir las características sociodemográficas y psicológicas. Los resultados del análisis multivariante de varianza (MANOVA) mostraron un efecto principal significativo para el sexo, $\Lambda = 0,807$; $F(10, 600) = 14,31$; $p < 0,001$ (ver Tabla 1). Según el análisis univariante, los chicos presentaron niveles superiores de Afrontamiento Socialmente apoyado, Autoculpabilización, Estrés Percibido y Atención Emocional, pero mostraron una puntuación inferior a las chicas en Reparación Emocional.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos y MANOVA en función del género

	α	Muestra total		Chicos		Chicas		F valor
		M (DT)	Rango	M (DT)	Rango	M (DT)	Rango	
Desvinculación	0,68	3,36 (0,91)	2,00–7,00	3,36 (0,89)	2,00–6,00	3,37 (0,94)	2,00–7,00	0,016
Socialmente apoyado	0,78	17,07 (3,44)	6,00–24,00	18,21 (3,31)	7,00–24,00	15,95 (3,20)	6,00–24,00	7,85***
Autosuficiente	0,67	33,21 (4,35)	17,00–45,00	32,94 (4,36)	22,00–24,00	33,48 (4,34)	17,00–45,00	2,33
Autoculpabilización	0,65	5,10 (1,59)	2,00–8,00	5,37 (1,54)	2,00–8,00	4,83 (1,61)	2,00–8,00	17,91***
Religión	0,76	2,97 (1,43)	2,00–8,00	2,93 (1,42)	2,00–8,00	3,01 (1,45)	2,00–8,00	0,47
Estrés percibido	0,79	27,24 (7,18)	6,00–50,00	29,18 (7,42)	11,00–50,00	25,33 (6,39)	6,00–48,00	47,10***
Bienestar subjetivo	0,76	20,00 (4,40)	5,00–28,00	19,59 (4,43)	6,00–28,00	20,40 (4,33)	5,00–28,00	5,28
Atención emocional	0,89	24,45 (6,70)	8,00–40,00	26,22 (6,50)	8,00–40,00	22,72 (6,44)	8,00–40,00	44,61***
Claridad emocional	0,87	25,03 (6,19)	8,00–40,00	24,95 (6,58)	9,00–40,00	25,11 (5,80)	8,00–40,00	0,11
Reparación emocional	0,83	26,56 (6,31)	11,00–40,00	25,92 (6,36)	11,00–40,00	27,19 (6,22)	12,00–40,00	6,24*

Nota: α , alpha de Cronbach; M, media; DT, desviación típica; IE, inteligencia emocional; MANOVA, análisis de varianza multivariado.

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

Tabla 2. Correlaciones entre las variables evaluadas.

	AE	CE	RE	BS	EP
Desvinculación	0,094*	–0,100*	–0,143***	–0,218***	0,340***
Socialmente apoyado	0,401***	0,196***	0,058	0,096*	0,173***
Autosuficiente	0,169***	0,278***	0,480***	0,292***	–0,263***
Autoculpabilización	0,161***	–0,091*	–0,143***	–0,240***	0,364***
Religión	0,114**	–0,038	0,005	–0,045	0,100*
Estrés percibido	0,248***	–0,342***	–0,394***	–0,507***	–
Bienestar subjetivo	0,021	0,347***	0,503***	–	–

Nota: AE, atención emocional; CE, claridad emocional; RE, reparación emocional; BS, bienestar subjetivo; EP, estrés percibido.

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

Se calcularon correlaciones entre las variables de IE, estrategias de afrontamiento, Estrés Percibido y Bienestar Subjetivo para comprobar si existía una relación previa entre las variables objetivo (ver Tabla 2). A continuación, se calcularon varios modelos de ecuaciones estructurales utilizando variables latentes. Así, se utilizaron como indicadores los ítems correspondientes a cada estrategia (2 ítems) y al Bienestar Subjetivo (4 ítems). Al mismo tiempo, las variables latentes de Atención Emocional, Claridad, Reparación y Estrés Percibido se definieron a partir de los clusters de los ítems, dada la no existencia de factores definidos. Todos los ítems del factor se distribuyeron secuencialmente en tres conglomerados, en cada uno de los cuales se sumó un tercio de los ítems.

Para examinar el efecto de la IE sobre el Bienestar Subjetivo, el Estrés Percibido y el papel de las estrategias de afrontamiento, se utilizó el procedimiento de [Holmbeck \(1997\)](#) para el cálculo de efectos indirectos junto con la técnica de bootstrapping, evitando así los problemas de las pruebas de significación ([Hayes, 2009](#)). Esta estrategia se complementó con los pasos de [Baron y Kenny \(1986\)](#) para, a pesar de sus limitaciones, tratar de asegurar la existencia de una relación previa entre las variables objeto de estudio y tener una visión completa de la relación entre las variables ([MacKinnon, 2008](#)).

Se extrajeron 3000 muestras bootstrap de los datos originales ($N \leq 611$) para calcular el intervalo de cada uno de los efectos indirectos de la IE sobre el Estrés Percibido y el Bienestar Subjetivo. Supongamos que el cero no cae entre los intervalos de confianza resultantes de los límites inferior y superior del método bootstrapping. En ese caso, el investigador puede concluir que el efecto indirecto no es cero con un CI de confianza. En este sentido, se comprobó si los factores de la IE predecían el Estrés Percibido, el Bienestar Subjetivo o ambos ($A \rightarrow C$, o modelo de efectos directos) y si todos los factores de afrontamiento predecían el Estrés Percibido, el Bienestar Subjetivo o ambos ($B \rightarrow C$). También se estimó el modelo $A \rightarrow B$, es decir, si cada factor de la IE predecía alguna o todas las estrategias de afrontamiento. Asimismo, se estimó el modelo de efectos indirectos ($A \rightarrow B \rightarrow C$), donde los efectos directos ($A \rightarrow C$) se restringen a cero y se examinan los coeficientes de las relaciones $A \rightarrow B$ y $B \rightarrow C$, teniendo en cuenta que todas estas relaciones deben ser significativas en las direcciones señaladas. Por último, se analiza el ajuste de un modelo de efectos mediadores ($A \rightarrow B \rightarrow C$, incluida la relación $A \rightarrow C$). En este último paso, comprobamos si el modelo mediador mejora el ajuste con respecto al modelo indirecto anterior (diferencia entre los estadísticos χ^2 de los dos modelos). Si existe un efecto de mediación completo,

Tabla 3. Índices de ajuste de los modelos calculados.

Modelo*	S-B χ^2	df	SB/df	CFI	IFI	NNFI	RMSEA (CI)
Medida	357,99	190	1,88	0,96	0,96	0,95	0,038 (0,032–0,044)
A→C (1)	82,91	43	1,93	0,99	0,99	0,98	0,039 (0,026–0,051)
B→C	201,36	101	1,99	0,95	0,96	0,94	0,040 (0,032–0,048)
A→B	252,44	127	1,99	0,96	0,96	0,95	0,040 (0,033–0,047)
A→B→C (2)	590,37	205	2,88	0,91	0,91	0,89	0,056 (0,050–0,061)
A→B→C ($A \rightarrow C$) (3)	392,58	200	1,96	0,96	0,96	0,94	0,040 (0,034–0,045)

* Los pasos de Holmbeck se muestran entre paréntesis.

Nota: Modelo A→C incluye la correlación entre dos ítems de Bienestar; Modelo B→C y los modelos sucesivos no incluyen la religión en el grupo de variables B. Incluye una correlación entre dos ítems en reparación y Socialmente apoyado; también dos correlaciones para autosuficiente; una correlación para Desvinculación; Modelo A→B incluye la correlación dentro de la reparación y también el Socialmente apoyado; dos correlaciones en Autosuficiente.

S-B χ^2 , Chi-cuadrado escalado de Satorra-Bentler; gl, grados de libertad; CFI, índice de ajuste comparativo; IFI, índice de ajuste incremental; NNFI, Índice de ajuste no normativo; RMSEA, error cuadrático medio de aproximación.

añadir la relación A→C no mejorará el ajuste del modelo, y la relación significativa observada en el primer paso entre A y C no será significativa en el tercer paso.

Cabe mencionar que en el modelo B→C, la variable Religión (en cuanto estrategia de afrontamiento) no mostró relación con Bienestar Subjetivo ni con Estrés Percibido, por lo que fue omitida del análisis. En consecuencia, las variables latentes con las que finalmente se construyeron los modelos fueron Atención Emocional, Claridad y Reparación (grupo A); Desvinculación, Autosuficiente, Afrontamiento Socialmente apoyado y Autoculpabilización (grupo B); Estrés Percibido y Bienestar Subjetivo (grupo C). Por último, en un cálculo previo, todas las variables latentes independientes de cada modelo se relacionaron con cada variable latente dependiente. Si alguno de estos caminos no era significativo, se recalculaba el modelo eliminando el camino no significativo.

3. Resultados

Las Tablas 1,2 se presentan los estadísticos descriptivos del TMMS-24, Brief-COPE, SHS y PPS, las correlaciones y el análisis MANOVA. Una vez examinadas las correlaciones, se calcularon los sucesivos modelos de ecuaciones estructurales con EQS (Bentler and Wu, 2002). Debido a la desviación de la multinormalidad de los datos (Coeficiente de Mardia normalizado: 32,78), el método de estimación utilizado fue el de Máxima Verosimilitud robusta.

En primer lugar, se estimó el modelo de medida para garantizar la adecuación de los factores latentes creados. El ajuste del modelo de medida fue adecuado e incluyó la correlación entre factores, así como entre cuatro pares de errores (los modelos sucesivos incorporan dicha correlación entre factores; véase la Tabla 3 para más detalles).

A continuación, se estimaron los distintos modelos que relacionaban IE, afrontamiento y Bienestar Subjetivo y Estrés Percibido. En los párrafos siguientes nos referiremos

al Bienestar Subjetivo y al Estrés Percibido simplemente como Bienestar y Estrés.

Modelo A→C (Paso 1 de Holmbeck). Este modelo tiene un buen ajuste y todas las relaciones son significativas, como se ve en la Tabla 4. Las tres dimensiones de la IE (Atención Emocional, Claridad y Reparación) muestran asociaciones significativas con el Bienestar y el Estrés.

Modelo B→C. En este modelo, la Desvinculación sólo se relaciona positivamente con el Estrés y el Afrontamiento Socialmente apoyado con el Bienestar; el Afrontamiento autosuficiente se relaciona positivamente con el Bienestar y negativamente con el Estrés, mientras que la Autoculpabilización muestra el patrón opuesto (se relaciona negativamente con el Bienestar y positivamente con el Estrés) (véase la Tabla 4).

Modelo A→B. En este modelo, la Atención Emocional se relaciona positivamente con la Desvinculación, el Afrontamiento Socialmente apoyado y la Autoculpabilización; la Claridad Emocional se relaciona positivamente con el Afrontamiento Socialmente apoyado y negativamente con la Autoculpabilización; finalmente, la Reparación Emocional se relaciona negativamente con la Desvinculación y positivamente con la Autosuficiente (ver Tabla 4).

Modelo A→B→C (Paso 2 de Holmbeck) y Modelo A→B→C($A \rightarrow C$) (Paso 3 de Holmbeck). En el Modelo A→B→C, la Atención Emocional fue un predictor de la Desvinculación y el Afrontamiento Socialmente apoyado; la Claridad Emocional estaba relacionada con el Afrontamiento Socialmente apoyado, mientras que la Reparación Emocional tenía relaciones significativas con la Desvinculación, la Autosuficiente y la Autoculpabilización. En este modelo también se encontraron relaciones significativas entre Bienestar, Afrontamiento Socialmente apoyado y Autoculpabilización. La Desvinculación y la Autosuficiente predijeron el estrés.

Tabla 4. Efectos directos e indirectos de los cinco modelos calculados.

Modelo (Holmbeck)	Dependiente	Variables Independientes			
A→C (1)		Atención emocional	Claridad emocional	Reparación emocional	
	Bienestar	−0,118*	0,206***	0,549***	
	Estrés	0,450***	−0,384***	−0,410***	
B→C		Desvinculación	Autosuficiente	Socialmente apoyado	Autoculpabilización
	Bienestar	--	0,410***	0,192**	−0,418***
	Estrés	0,305***	−0,320***	--	0,374***
A→B		Atención emocional	Claridad emocional	Reparación emocional	
	Desvinculación	0,200***	--	−0,358***	
	Autosuficiente	--	--	0,786***	
	Socialmente apoyado	0,387***	0,175***	--	
	Autoculpabilización	0,241***	−0,288***	--	
A→B→C (2) y A→B→C (A→C) (3)		Desvinculación	Autosuficiente	Socialmente apoyado	Autoculpabilización
	Bienestar	--	--	0,186*** (0,459***)	−0,215*** (−0,571***)
	Estrés	0,421*** (0,758)	0,221* (−0,097*)	--	--
		Atención emocional	Claridad emocional	Reparación emocional	
	Desvinculación	0,131*** (0,313***)	--	−0,304*** (−0,614***)	
	Autosuficiente	--	--	0,744*** (0,740***)	
	Socialmente apoyado	0,363*** (0,299***)	0,170*** (0,268***)	--	
	Autoculpabilización	--	--	−0,193** (−0,342***)	
	Bienestar	−0,168***	--	0,674***	
	Estrés	0,381***	−0,249***	−0,601***	
	Efectos Indirectos	Beta	CI Inferior	CI Superior	B
	Estrés ← Desvinculación ← Atención	0,055	−0,001	0,119	0,055
	Bienestar ← Socialmente ap. ← Atención	0,056	0,009	0,118	0,057
	Bienestar ← Socialmente ap. ← Claridad	0,024	0,001	0,060	0,025
	Estrés ← Autosuficiente ← Reparación	0,193	−0,002	0,700	0,220
	Estrés ← Desvinculación ← Reparación	−0,129	−0,248	−0,070	−0,146
	Bienestar ← Autoculpabilización ← Reparación	0,040	0,011	0,077	0,039

Nota: los valores beta del paso 2 de Holmbeck se muestran entre paréntesis.

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

Una vez calculado el modelo de efectos indirectos $A \rightarrow B \rightarrow C_{(A \rightarrow C)}$, se comprobó que la diferencia entre este modelo y $A \rightarrow B \rightarrow C$ era significativa ($\Delta\chi^2_5 = 197,79$). Es necesario, por tanto, mantener los caminos directos que relacionan la Reparación Emocional tanto con el Bienestar (0,674) como con el Estrés (-0,601), también la relación entre la Claridad Emocional y el Estrés (-0,249) y, por último, la relación entre la Atención Emocional y el Bienestar (-0,168) y el Estrés (0,381). Así, desaparece la relación anterior entre Claridad Emocional y Bienestar, y la Claridad Emocional muestra un efecto indirecto sobre el Bienestar a través del Afrontamiento Socialmente apoyado (0,024). La Atención Emocional también tiene un efecto indirecto significativo sobre el Bienestar a través del Afrontamiento Socialmente apoyado (0,056). En cuanto a la Reparación Emocional, se encuentra un efecto indirecto sobre el Bienestar y el Estrés. En el primero, su efecto se produce a través de la Autoculpabilización (0,040); en el segundo, el efecto indirecto se produce a través de la Desvinculación (-0,129).

4. Discussion

Este estudio examinó la relación entre todas las variables incluidas, es decir, los diferentes efectos directos o modelos predictivos entre la IE, el afrontamiento y el ajuste psicológico, así como el papel mediador del afrontamiento en la relación entre la IE, el Bienestar Subjetivo y el Estrés Percibido en una muestra de adolescentes españoles.

En consonancia con estudios previos, las dimensiones de la IE mostraron diferentes patrones de asociación con el afrontamiento y el ajuste psicológico. La claridad emocional y la reparación mostraron asociaciones independientes y positivas con las estrategias de afrontamiento adaptativo y negativas con las estrategias de afrontamiento no adaptativo (Downey et al, 2010; MacCann et al, 2022; Macías-Espinoza et al, 2022). Al mismo tiempo, se relacionaron negativamente con el Estrés Percibido y positivamente con el Bienestar Subjetivo (Azpiazu et al, 2023; De la Barrera et al, 2023; Serrano y Andreu, 2016). Por otro lado, la Atención Emocional, debido a los pensamientos rumiativos y negativos que conlleva (Martínez-Marín y Martínez, 2019), se asoció positivamente con el Estrés Percibido (Veytia-López et al, 2019; Villanueva et al, 2017) y negativamente con el Bienestar Subjetivo (De la Barrera et al, 2023; Fernández-Berrocal y Extremera, 2008; Guerra-Bustamante et al, 2019; Martínez-Marín y Martínez, 2019; Vergara et al, 2015). Por último, y también en línea con la literatura previa (Moskowitz et al, 2009; Serrano et al, 2021; Sirois y Kitner, 2015), el Afrontamiento Autosuficiente y el Afrontamiento Socialmente apoyado mostraron relaciones (positivas con el Bienestar y negativas con el Estrés Percibido) que apoyan su naturaleza funcional y adaptativa, mientras que la Desvinculación y la Autoculpabilización mostraron el patrón opuesto de relaciones (relación negativa con el Bienestar y positiva con el Estrés Percibido), respaldando así su caracterización como estrate-

gias de afrontamiento desadaptativas (Garnefski et al, 2001, 2002, 2003; Massey et al, 2009; Panahi et al, 2016; Waugh et al, 2021).

Los resultados también mostraron que la Autoculpabilización y la Desvinculación mediaban parcialmente el efecto de la Reparación Emocional sobre el Bienestar y el Estrés Percibido, respectivamente. En concreto, las personas con un alto nivel de Reparación Emocional utilizan en menor medida ambas estrategias de afrontamiento, favoreciendo así un mejor ajuste. Estos datos están en consonancia con los escasos estudios que han abordado el efecto mediador del afrontamiento en la relación entre IE y ajuste, que se han centrado en estudiantes universitarios de psicología de entre 17 y 51 años (MacCann et al, 2022) y adolescentes de entre 11 y 13 años (Downey et al, 2010). Los resultados obtenidos en estos estudios llevan a los autores a argumentar que lo que realmente explica el mecanismo por el cual la IE incide en un mayor Bienestar y un menor malestar es el uso menos frecuente de estrategias de afrontamiento desadaptativas o ineficaces. En esta línea, cabe destacar la ausencia de respaldo empírico para el papel como mediador del afrontamiento Autosuficiente.

Además del menor uso de estrategias de afrontamiento desadaptativas, nuestros resultados también mostraron el papel relevante del Afrontamiento Socialmente apoyado en la relación entre la IE y los resultados de ajuste. Esta estrategia de afrontamiento asume el efecto total de la Claridad Emocional y parte de la influencia de la Atención Emocional sobre el Bienestar, incrementándolo en ambos casos. Estos resultados subrayan la alta funcionalidad de este tipo de afrontamiento en la población adolescente. No sólo es el mecanismo por el que la Claridad Emocional parece aumentar el Bienestar, sino que también fue capaz de invertir la asociación negativa directa entre Atención Emocional y Bienestar. La búsqueda de Apoyo Social promovida por la Atención Emocional no disminuyó el Bienestar de los adolescentes, sino que lo aumentó. Estos resultados tienen mucho sentido si tenemos en cuenta que la búsqueda de Apoyo Social como estrategia de afrontamiento implicaría entre otros, aspectos como el compromiso emocional, la ayuda instrumental, la comunicación, etc. (Montes-Berges y Augusto, 2007), lo que sin duda redundaría en un mayor ajuste psicológico.

Nuestros resultados también apoyan el comportamiento diferente que suele caracterizar al componente de Atención Emocional en comparación con los otros dos componentes de IE evaluados (Fernández-Abascal y Martín-Díaz, 2015; Macías-Espinoza et al, 2022). Ya sea directa o indirectamente relacionadas, la Claridad Emocional y la Reparación se asocian con un mayor Bienestar y un menor Estrés. Sin embargo, dado que una elevada Atención Emocional puede conducir a cierta rumiación (Blasco-Belled et al, 2020; Guerra-Bustamante et al, 2019; Palomera et al, 2011), su relación directa con el Estrés y el Bienestar es disfuncional. Sólo cuando su influencia se vehicula a

través del Apoyo Social como estrategia de afrontamiento, favorece el incremento del Bienestar.

En definitiva, este estudio pone de manifiesto la existencia de dos mecanismos relacionados con el afrontamiento a través de los cuales se vehicula el impacto de la IE en el ajuste psicológico de los adolescentes y que permitirían el desarrollo de intervenciones para incrementarlos. En primer lugar, se apoya la vía sugerida por otros autores relativa a un menor uso de estrategias de afrontamiento desadaptativas o disfuncionales (Downey et al, 2010; MacCann et al, 2022). En este sentido, aunque los niveles de Desvinculación entre los participantes no fueron elevados, sí lo fueron los niveles de Autoculpabilización. Es posible que, en el rango de edad adolescente estudiado, reducir el uso de esta estrategia disfuncional deba ser un foco de atención particular. En segundo lugar, la búsqueda de Apoyo Social emerge como un mecanismo de acción de la IE en el ajuste. Aunque esta variable fue incluida en el estudio realizado por MacCann et al (2022) en estudiantes universitarios, no mostró ningún papel mediador. Las diferencias de edad entre los participantes estudiados puede ser un factor relevante a considerar. Por lo tanto, podría ser que mientras que un menor uso de estrategias de afrontamiento desadaptativas repercute de forma generalizada en un mayor ajuste de la IE, el papel desempeñado por las estrategias de afrontamiento funcionales podría ser diferente según la etapa vital, ya que el uso de diferentes estrategias de afrontamiento evoluciona y cambia con la edad (Diehl et al, 1996; Skinner y Zimmer-Gembeck, 2007). La búsqueda de apoyo social puede ser una estrategia aún en desarrollo en la adolescencia, cuando el sujeto está estableciendo las relaciones con sus iguales. De hecho, su uso parece aumentar con la edad, especialmente al final de la adolescencia y al principio de la edad adulta (Amirkhan y Auyeung, 2007). Futuros estudios podrían explorar el papel mediador de diferentes estrategias de afrontamiento en la relación entre IE y Bienestar, y también en función de la edad.

Al igual que ocurre con las habilidades de afrontamiento, la capacidad para gestionar y controlar las emociones, adaptarse a los cambios y resolver problemas personales e interpersonales también tiende a mejorar con la edad (Bar-On, 2006; Sharma, 2017). Además de la posibilidad de acelerar su desarrollo en etapas más tempranas de la vida caracterizadas por múltiples cambios y demandas, como la adolescencia, los resultados obtenidos permiten ampliar el foco de dichas intervenciones a algunas de las estrategias de afrontamiento utilizadas por el adolescente. Este es un hallazgo interesante, dada la evidencia que sugiere que el afrontamiento puede ser un modulador que aumenta o disminuye la probabilidad de desarrollar problemas de salud mental en respuesta a un estresor (Cheng et al, 2022; Compas et al, 2005). Las intervenciones preventivas en el entorno escolar del adolescente dirigidas a desincentivar el uso de la Desvin-

culación y la Autoculpabilización al mismo tiempo que se fomenta la búsqueda de Apoyo Social como estrategia de afrontamiento (especialmente en aquellos sujetos con alta Atención Emocional) pueden ser elementos clave en el intento de paliar el aumento de la prevalencia de trastornos mentales como la ansiedad y la depresión en este grupo de edad (Duffy et al, 2019; Klaufus et al, 2022).

Hasta donde sabemos, éste es el primer estudio que ha evaluado el papel mediador del afrontamiento en la relación entre la IE y el ajuste en una amplia muestra de adolescentes. Además, el modelo utilizado para explorar el afrontamiento (Serrano et al, 2021) se basa en una larga tradición de estudios sobre distinciones y agrupaciones de afrontamiento, así como se corresponde estrechamente con el modelo enfatizado por la investigación realizada en población adolescente (Frydenberg y Lewis, 1997; Frydenberg, 1997; Seiffge-Krenke, 2011). El uso de este modelo aumenta la pertinencia, aplicabilidad y comparabilidad de los resultados. No obstante, cabe señalar algunas limitaciones, como la evaluación únicamente mediante medidas de autoinforme y la naturaleza transversal del diseño del estudio. En el futuro deberían realizarse estudios longitudinales que utilicen una evaluación temporal secuencial de las variables con el fin de poder demostrar una relación causal entre la IE y la Percepción del Estrés y el Bienestar Subjetivo a través del afrontamiento. Asimismo, aunque el tamaño de la muestra era grande, se limitaba a una población específica de adolescentes de entre 14 y 18 años. Como se ha señalado anteriormente, quizás algunas estrategias de afrontamiento, como la búsqueda de Apoyo Social, sean especialmente relevantes sólo en esta subpoblación, y a edades más tempranas o más avanzadas, puedan entrar en juego otras estrategias de afrontamiento. Futuras investigaciones deberían explorar si estos resultados pueden ser replicados en diferentes contextos y edades en un intento de obtener una comprensión más amplia en cuanto a la estabilidad del papel mediador del afrontamiento entre la IE y el Estrés Percibido y el Bienestar Subjetivo; es decir, obtener un panorama general sobre los efectos directos e indirectos de la IE sobre el ajuste psicológico en diferentes etapas de la vida.

A pesar de estas limitaciones, este estudio constituye un paso adelante en la comprensión de los mecanismos por los que la IE influye en el ajuste psicológico de los adolescentes. Los datos obtenidos tienen implicaciones prácticas significativas, en la medida en que pueden orientar el desarrollo de programas de intervención dirigidos a los mecanismos por los que la IE influye en el Estrés Percibido y el Bienestar Subjetivo de los adolescentes, facilitando así un buen ajuste psicológico en una etapa tan desafiante como la adolescencia.

5. Conclusiones

Los datos de este trabajo respaldan dos mecanismos de acción de la IE en el ajuste del adolescente

vía el afrontamiento: (1) un menor uso de estrategias de afrontamiento desadaptativas/disfuncionales y (2) un mayor uso de la búsqueda de Apoyo Social. Estos hallazgos son relevantes de cara a la implementación de programas preventivos de intervención en el entorno escolar de los adolescentes dirigidos a desincentivar la Desvinculación/Autoculpabilización, al tiempo que se promuevan la búsqueda de Apoyo social como mecanismo de afrontamiento -particularmente para aquellos con mayor Atención Emocional.

Disponibilidad de Datos y Materiales

Los datos que respaldan las conclusiones de este estudio están disponibles a través del autor de correspondencia, previa solicitud razonable.

Contribuciones de los Autores

BGJ: Liderazgo en la redacción del artículo y participación activa en el proyecto de investigación. BGJ, SM, YA, CS, CP y ASR contribuyeron a la conceptualización, la metodología, el trabajo de campo, la recopilación de datos, la selección de datos y la revisión bibliográfica. Todos los autores participaron en la redacción del borrador original, la revisión y edición del manuscrito, aprobaron la versión final y se responsabilizan de todos los aspectos del trabajo.

Aprobación Ética y Consentimiento Informado

El estudio se llevó a cabo de acuerdo con las directrices de la Declaración de Helsinki, y el protocolo fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad de Valencia (número de aprobación: H1542116174900). Tras otorgar su consentimiento por escrito, los adolescentes completaron una encuesta escrita de aproximadamente 45 minutos de duración bajo la supervisión de un colaborador de la investigación.

Agradecimientos

No aplicable.

Financiación

Esta investigación no recibió financiación externa.

Conflicto de Intereses

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

Referencias

- Abrams Z. Kids' mental health is in crisis. Here's what psychologists are doing to help. *Monitor on Psychology* (American Psychological Association). 2023; 54: 63.
- Alderman EM, Breuner CC, COMMITTEE ON ADOLESCENCE. Unique Needs of the Adolescent. *Pediatrics*. 2019; 144: e20193150. <https://doi.org/10.1542/peds.2019-3150>
- Amirkhan J, Auyeung B. Coping with stress across the lifespan: Absolute vs. relative changes in strategy. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 2007; 28: 298–317. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2007.04.002>
- Azpiazu L, Fernández-Zabala A, Rodríguez-Fernández A, Ramos-Díaz E. Perceived emotional intelligence and subjective well-being during adolescence: The moderating effect of age and sex. *Current Psychology*. 2023; 42: 31048–31063. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-04128-1>
- Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006; 18: 13–25.
- Baron RM, Kenny DA. The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1986; 51: 1173–1182. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.51.6.1173>
- Bentler PM, Wu EJC. EQS 6 for Windows guide. Encino. 2002. https://mvsoft.com/wp-content/uploads/2021/04/EQS_6_User_Guide_R8.pdf (Accessed: 10 February 2024).
- Baumstarck K, Alessandrini M, Hamidou Z, Auquier P, Leroy T, Boyer L. Assessment of coping: a new french four-factor structure of the brief COPE inventory. *Health and Quality of Life Outcomes*. 2017; 15: 8. <https://doi.org/10.1186/s12955-016-0581-9>
- Blasco-Belled A, Rogoza R, Torrelles-Nadal C, Alsinet C. Emotional intelligence structure and its relationship with life satisfaction and happiness: New findings from the bifactor model. *Journal of Happiness Studies*. 2020; 21: 2031–2049. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00167-x>
- Carver CS. You want to measure coping but your protocol's too long: consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*. 1997; 4: 92–100. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6
- Carver CS, Connor-Smith J. Personality and coping. *Annual Review of Psychology*. 2010; 61: 679–704. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100352>
- Cheng WLS, Young PMC, Luk KKH. Moderating Role of Coping Style on the Relationship between Stress and Psychological Well-Being in Hong Kong Nursing Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022; 19: 11822. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811822>
- Cicognani E. Coping Strategies With Minor Stressors in Adolescence: Relationships With Social Support, Self-Efficacy, and Psychological Well-Being. *Journal of Applied Social Psychology*. 2011; 41: 559–578. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2011.00726.x>
- Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*. 1983; 24: 385–396.
- Compas BE, Champion JE, Reeslund K. Coping with Stress: Implications for Preventive Interventions with Adolescents. *The Prevention Researcher*. 2005; 12: 17–20.
- Compas BE, Connor-Smith JK, Saltzman H, Thomsen AH, Wadsworth ME. Coping with stress during childhood and ado-

- lescence: problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*. 2001; 127: 87–127.
- Cunsolo S. Subjective wellbeing during adolescence: A literature review on key factors relating to adolescents' subjective wellbeing and education outcomes. *Studi Sulla Formazione*. 2017; 20: 81–94. https://doi.org/10.13128/Studi_Formaz-20941
- Davis SK, Humphrey N. The influence of emotional intelligence (EI) on coping and mental health in adolescence: divergent roles for trait and ability EI. *Journal of Adolescence*. 2012; 35: 1369–1379. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.05.007>
- De la Barrera U, Villanueva L, Montoya-Castilla I, Prado-Gascó V. How much emotional attention is appropriate? The influence of emotional intelligence and subjective well-being on adolescents' stress. *Current Psychology*. 2023; 42: 5131–5143. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01763-y>
- Diehl M, Coyle N, Labouvie-Vief G. Age and sex differences in strategies of coping and defense across the life span. *Psychology and Aging*. 1996; 11: 127–139. <https://doi.org/10.1037//0882-7974.11.1.127>
- Doron J, Trouillet R, Gana K, Boiché J, Neveu D, Ninot G. Examination of the hierarchical structure of the brief COPE in a French sample: empirical and theoretical convergences. *Journal of Personality Assessment*. 2014; 96: 567–575. <https://doi.org/10.1080/00223891.2014.886255>
- Downey LA, Johnston PJ, Hansen K, Birney J, Stough C. Investigating the mediating effects of emotional intelligence and coping on problem behaviours in adolescents. *Australian Journal of Psychology*. 2010; 62: 20–29. <https://doi.org/10.1080/00049530903312873>
- Duffy ME, Twenge JM, Joiner TE. Trends in Mood and Anxiety Symptoms and Suicide-Related Outcomes Among U.S. Undergraduates, 2007–2018: Evidence From Two National Surveys. *The Journal of Adolescent Health: Official Publication of the Society for Adolescent Medicine*. 2019; 65: 590–598. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.04.033>
- Extremera N, Fernández-Berrocal P, González-Herrero V, Cabello R. Una validación preliminar de la versión española de la Subjective Happiness Scale. In Fernández-Berrocal P (ed.) *Avances en el estudio de la inteligencia emocional* (pp. 39–44). Fundación Marcelino Botín: Santander. 2009.
- Fernández-Abascal EG, Martín-Díaz MD. Dimensions of emotional intelligence related to physical and mental health and to health behaviors. *Frontiers in Psychology*. 2015; 6: 317. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00317>
- Fernández-Berrocal P, Alcaide R, Domínguez E, Fernández-McNally C, Ramos NS, Ravira M. Adaptación al castellano de la escala rasgo de metaconocimiento sobre estados emocionales de Salovey et al.: datos preliminares. *Libro de Actas del V Congreso de Evaluación Psicológica*. 1998; 1: 83–84. Barcelona.
- Fernández-Berrocal P, Extremera N. A review of trait meta-mood research. In Columbus MA (ed.) *Advances in psychology research* (pp. 17–45). Nova Science: Nueva York. 2008.
- Frydenberg E. *Adolescent coping: Theoretical and research perspectives*. Routledge: Nueva York. 1997.
- Frydenberg E, Lewis R. *Manual: Escalas de afrontamiento para adolescentes (ACS) [Adolescent Coping Scale, ACS: Manual]*. TEA Ediciones: Madrid. 1997.
- Garnefski N, Boon S, Kraaij V. Relationships between cognitive strategies of adolescents and depressive symptomatology across different types of life events. *Journal of Youth Adolescence*. 2003; 32: 401–408. <https://doi.org/10.1023/A:1025994200559>
- Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*. 2001; 30: 1311–1327. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6)
- Garnefski N, Legerstee J, Kraaij VV, Van Den Kommer T, Teerds J. Cognitive coping strategies and symptoms of depression and anxiety: a comparison between adolescents and adults. *Journal of Adolescence*. 2002; 25: 603–611. <https://doi.org/10.1006/jado.2002.0507>
- Gómez-Baya D, Mendoza R. Trait Emotional Intelligence as a Predictor of Adaptive Responses to Positive and Negative Affect During Adolescence. *Frontiers in Psychology*. 2018; 9: 2525. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02525>
- Guerra-Bustamante J, León-Del-Barco B, Yuste-Tosina R, López-Ramos VM, Mendo-Lázaro S. Emotional Intelligence and Psychological Well-Being in Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2019; 16: 1720. <https://doi.org/10.3390/ijerph16101720>
- Hayes AF. Beyond Baron and Kenny: Statistical mediation analysis in the new millennium. *Communication Monographs*. 2009; 76: 408–420. <https://doi.org/10.1080/03637750903310360>
- Herres J. Adolescent coping profiles differentiate reports of depression and anxiety symptoms. *Journal of Affective Disorders*. 2015; 186: 312–319. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.07.031>
- Holmbeck GN. Toward terminological, conceptual, and statistical clarity in the study of mediators and moderators: examples from the child-clinical and pediatric psychology literatures. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1997; 65: 599–610. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.65.4.599>
- Jung YH, Ha TM, Oh CY, Lee US, Jang JH, Kim J, et al. The Effects of an Online Mind-Body Training Program on Stress, Coping Strategies, Emotional Intelligence, Resilience and Psychological State. *PloS One*. 2016; 11: e0159841. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0159841>
- Klaufus L, Verlinden E, van der Wal M, Cuijpers P, Chinapaw M, Smit F. Adolescent anxiety and depression: burden of disease study in 53,894 secondary school pupils in the Netherlands. *BMC Psychiatry*. 2022; 22: 225. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03868-5>
- Lazarus RS, Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. Springer: New York. 1984.
- Llamas-Díaz D, Cabello R, Megías-Robles A, Fernández-Berrocal P. Systematic review and meta-analysis: The asso-

- ciation between emotional intelligence and subjective well-being in adolescents. *Journal of Adolescence*. 2022; 94: 925–938. <https://doi.org/10.1002/jad.12075>
- Lyubomirsky S, Lepper H. A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*. 1999; 46: 137–155. <https://doi.org/10.1023/A:1006824100041>
- MacCann C, Double KS, Clarke IE. Lower Avoidant Coping Mediates the Relationship of Emotional Intelligence With Well-Being and Ill-Being. *Frontiers in Psychology*. 2022; 13: 835819. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.835819>
- MacCann C, Fogarty GJ, Zeidner M, Roberts RD. Coping mediates the relationship between emotional intelligence (EI) and academic achievement. *Contemporary Educational Psychology*. 2011; 36: 60–70. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2010.11.002>
- MacKinnon DP. Introduction to statistical mediation analysis. Erlbaum: New York. 2008. <https://doi.org/10.4324/9780203809556>
- Macías-Espinoza F, Brambila-Tapia AJL, Reyes-Domínguez YA, Ramírez-García ML. Association between Emotional Intelligence and Stress Coping Strategies According to Sex in Mexican General Population. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022; 19: 7318. <https://doi.org/10.3390/ijerph19127318>
- Markova S, Nikitskaya E. Coping strategies of adolescents with deviant behaviour. *International Journal of Adolescence and Youth*. 2017; 22: 36–46. <https://doi.org/10.1080/02673843.2013.868363>
- Martínez-Marín MD, Martínez C. Subjective well-being and gender-typed attributes in adolescents: The relevance of emotional intelligence. *Australian Journal of Psychology*. 2019; 71: 296–304. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12247>
- Massey EK, Garnefski N, Gebhardt WA. Goal frustration, coping and well-being in the context of adolescent headache: a self-regulation approach. *European Journal of Pain* (London, England). 2009; 13: 977–984. <https://doi.org/10.1016/j.ejpain.2008.11.012>
- Mate AI, Andreu JM, Peña ME. Psychometric properties of the Spanish version of the Brief-COPE Inventory (COPE-28) in a sample of teenagers. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*. 2016; 24: 305–318.
- Matthews G, Zeidner M. Emotional intelligence, adaptation to stressful encounters, and health outcomes. In Bar-On R, Parker JDA (eds.) *The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace* (pp. 459–489). Jossey-Bass/Wiley: Nueva York. 2000.
- Mayer JD, Salovey P. What is emotional intelligence? In Salovey P, Sluyter D (eds.) *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp. 3–31). Basic Books: Nueva York. 1997.
- Mikolajczak M, Nelis D, Hansenne M, Quoidbach J. If you can regulate sadness, you can probably regulate shame: Associations between trait emotional intelligence, emotion regulation and coping efficiency across discrete emotions. *Personality and Individual Differences*. 2008; 44: 1356–1368. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.12.004>
- Montes-Berges B, Augusto JM. Exploring the relationship between perceived emotional intelligence, coping, social support and mental health in nursing students. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2007; 14: 163–171. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2850.2007.01059.x>
- Morán C, Landero R, González MT. COPE-28: A psychometric analysis of the Spanish version of the Brief-COPE. *Universitas Psychologica*. 2010; 9: 543–552.
- Moskowitz JT, Hult JR, Bussolari C, Acree M. What works in coping with HIV? A meta-analysis with implications for coping with serious illness. *Psychological Bulletin*. 2009; 135: 121–141. <https://doi.org/10.1037/a0014210>
- Palmer B, Donaldson C, Stough C. Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*. 2002; 33: 1091–1100. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00215-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00215-X)
- Palomera R, Salguero JM, Fernández-Berrocal P. ¿Es importante la inteligencia emocional percibida para la adaptación y bienestar infanto-juvenil? In Fernández-Berrocal P, Extremera N, Palomera R, Ruíz-Aranda D, Salguero JM, Cabello R (eds.) *Inteligencia Emocional: 20 años de investigación y Desarrollo* (61-66). Fundación Marcelino Botín, Santander. 2011.
- Panahi S, Yunus ASM, Roslan S, Jaafar RAK, Jaafar WMW, Panahi MS. Predictors of Psychological Well-being among Malaysian Graduates. *The European Journal of Social & Behavioural Sciences*. 2016; 16: 122–137. <https://doi.org/10.15405/ejbsbs.186>
- Panchal U, Salazar de Pablo G, Franco M, Moreno C, Parellada M, Arango C, et al. The impact of COVID-19 lockdown on child and adolescent mental health: systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry*. 2023; 32: 1151–1177. <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01856-w>
- Petrides KV. Trait Emotional Intelligence Theory. *Industrial and Organisational Psychology*. 2010; 3: 136–139. <https://doi.org/10.1111/j.1754-9434.2010.01213.x>
- Petrides KV, Pita R, Kokkinaki F. The location of trait emotional intelligence in personality factor space. *British Journal of Psychology* (London, England: 1953). 2007; 98: 273–289. <https://doi.org/10.1348/000712007120618>
- Remor EA, Carrobbles JA. Versión española de la escala de estrés percibido (PSS-14): estudio psicométrico en una muestra VIH+. *Ansiedad y Estrés*. 2001; 7: 195–201.
- Salguero JM, Palomera R, Fernández-Berrocal P. Perceived emotional intelligence as predictor of psychological adjustment in adolescents: a 1-year prospective study. *European Journal of Psychology of Education*. 2012; 27: 21–34. <https://doi.org/10.1007/s10212-011-0063-8>
- Salovey P, Mayer JD. Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*. 1990; 9: 185–211.
- Salovey P, Mayer JD, Goldman SL, Turvey C, Palfai TP. Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional in-

- telligence using the Trait Meta-Mood Scale. In Pennebaker JW (ed.) *Emotion, Disclosure, & Health* (pp. 125–154). American Psychological Association: Washington. 1995. <https://doi.org/10.1037/10182-006>
- Seiffge-Krenke I. Coping with relationships stressors: A decade review. *Journal of Research on Adolescence*. 2011; 21: 196–210. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00723.x>
- Serrano C, Andreu Y. Perceived Emotional Intelligence, Subjective Well-Being, Perceived Stress, Engagement and Academic Achievement of Adolescents. *Revista de Psicodidáctica*. 2016; 21: 357–374. <https://doi.org/10.1387/RevPsicodidact.14887>
- Serrano C, Andreu Y, Martínez P, Murgui S. Improving the comparability of brief-cope results through examination of second-order structures: a study with Spanish adolescents. *Behavioral Psychology*. 2021; 29: 437–454. <https://doi.org/10.51668/bp.8321213n>
- Sharma D. Impact of Age on Emotional Intelligence and Its Components. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*. 2017; 1: 13–20.
- Sirois FM, Kitner R. Less adaptive or more maladaptive? A meta-analytic investigation of procrastination and coping. *European Journal of Personality*. 2015; 29: 433–444. <https://doi.org/10.1002/per.1985>
- Skinner EA, Zimmer-Gembeck MJ. The development of coping. *Annual Review of Psychology*. 2007; 58: 119–144. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085705>
- Tejada-Gallardo C, Blasco-Belled A, Torrelles-Nadal C, Alsinet C. How does emotional intelligence predict happiness, optimism, and pessimism in adolescence? Investigating the relationship from the bifactor model. *Current Psychology*. 2022; 41: 5470–5480. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01061-z>
- Urquijo I, Extremera N, Villa A. Emotional intelligence, life satisfaction, and psychological well-being in graduates: The mediating effect of perceived stress. *Applied Research in Quality of Life*. 2016; 11: 1241–1252. <https://doi.org/10.1007/s11482-015-9432-9>
- Vergara AI, Alonso-Alberca N, SanJuan C, Aldas J, Voz-mediano L. Be water: Direct and indirect relations between perceived emotional intelligence and subjective well-being. *Australian Journal of Psychology*. 2015; 67: 47–54. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12065>
- Veytia-López M, Calvete E, Sánchez-Álvarez N, Guadarrama-Guadarrama R. Relationship between stressful life events and emotional intelligence in Mexican adolescents: Male vs. female comparative study. *Salud Mental*. 2019; 42: 261–268. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2019.034>
- Villanueva L, Montoya-Castilla I, Prado-Gascó V. The importance of trait emotional intelligence and feelings in the prediction of perceived and biological stress in adolescents: hierarchical regressions and fsQCA models. *Stress (Amsterdam, Netherlands)*. 2017; 20: 355–362. <https://doi.org/10.1080/10253890.2017.1340451>
- Villanueva L, Prado-Gascó V, Montoya-Castilla I. Longitudinal analysis of subjective well-being in preadolescents: The role of emotional intelligence, self-esteem and perceived stress. *Journal of Health Psychology*. 2022; 27: 278–291. <https://doi.org/10.1177/1359105320951605>
- Wagh CE, Leslie-Miller CJ, Shing EZ, Furr RM, Nightingale CL, McLean TW. Adaptive and maladaptive forms of disengagement coping in caregivers of children with chronic illnesses. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*. 2021; 37: 213–222. <https://doi.org/10.1002/smi.2985>
- Zeidner M, Roberts R, Matthews G. The science of emotional intelligence: Current consensus and controversies. *European Psychologist*. 2008; 13: 64–78. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.13.1.64>
- Zeidner M, Matthews G, Roberts RD. What we know about emotional intelligence: How it affects learning, work, relationships, and our mental health. MIT Press: Cambridge. 2009.
- Zysberg L, Orenshtein C, Gimmon E, Robinson R. Emotional intelligence, personality, stress, and burnout among educators. *International Journal of Stress Management*. 2017; 24: 122–136. <https://doi.org/10.1037/str0000028>