



# I Congreso Virtual Internacional de Psicología

*del 15 marzo al 14 de abril de 2017*

## **RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN EN PAREJA EN ADULTOS**

María Dolores Alarcón Soriano, Lidia Aznar Balsalobre, Gloria Fernández Cano.

[m.dolores\\_alarcon@hotmail.com](mailto:m.dolores_alarcon@hotmail.com)

Inteligencia emocional, Satisfacción en pareja, Terapia de pareja

### **RESUMEN**

Esta investigación se propone analizar la relación existente entre Inteligencia Emocional y Satisfacción en Pareja en las relaciones de pareja en la etapa adulta. En el presente estudio han participado 36 parejas de edades comprendidas entre los 22 y los 87 años con una media de 41,6 años. Como instrumentos de medida se aplican un cuestionario de Datos sociodemográficos, la Escala de Ajuste Marital (EAM) y la Escala TMMS-24, todos ellos contestados de manera individual y anónima. Los datos han sido analizados con el programa estadístico SPSS. Los resultados muestran que existe una relación positiva significativa entre el componente comprensión de Inteligencia Emocional y el nivel de Satisfacción en Pareja, no observándose relación entre éste y los otros dos componentes de la Inteligencia Emocional.

### **INTRODUCCIÓN**

Haciendo un repaso a la historia de la IE, las investigaciones sobre los vínculos entre emociones e inteligencia no son nuevas, pero desde que Salovey y Mayer acuñaron el término en 1990 (Salovey & Mayer, 1990), el campo de estudio de la IE ha generado un progresivo desarrollo de estudios e investigaciones (Extremera & Fernández-Berrocal, 2004b).

A principios de los noventa, el término "Inteligencia Emocional", se definía como "la capacidad para supervisar los sentimientos y las emociones de uno/a mismo/a y de los demás, de discriminar entre ellos y de usar esta información para la orientación de la acción y el pensamiento propios" (Salovey & Mayer, 1990, p.189). Más adelante, estos mismos autores crearon el modelo de IE de Mayer y Salovey, estructuraron su concepto de IE a partir de las inteligencias intrapersonal e interpersonal de Gardner. Concretaron que la IE se conceptualiza a través de cuatro habilidades básicas, que son "la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual (Mayer & Salovey, 1997)

## RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN EN PAREJA EN ADULTOS

En cierta forma, la inteligencia emocional está formada por estas dos inteligencias, inter e intrapersonal. En otro orden de cosas, la inteligencia interpersonal tiende a coincidir con lo que otros autores han denominado inteligencia social. Mientras que la inteligencia intrapersonal tiende a coincidir con la inteligencia personal (Rodríguez, 2013). Desde los modelos de IE también se hace énfasis en las habilidades interpersonales. Las personas emocionalmente inteligentes no sólo serán más hábiles para percibir, comprender y manejar sus propias emociones, sino también serán más capaces de extrapolar sus habilidades de percepción, comprensión y manejo a las emociones de los demás.

La IE suele categorizarse en dos modelos diferentes; modelo mixto y modelo de habilidad:

- El modelo mixto es una visión muy amplia que concibe la IE como un compendio de rasgos estables de personalidad, competencias socio-emocionales, aspectos motivacionales y diversas habilidades cognitivas (Bar-On, 2000).
- El modelo de habilidad es una visión más restringida defendida por autores como Salovey y Mayer, que conciben la IE como una inteligencia genuina basada en el uso adaptativo de las emociones y su aplicación a nuestro pensamiento. Para ellos, las emociones ayudan a resolver problemas y facilitan la adaptación al medio (citado por Fernández-Berrocal & Extremera, 2005, p.68). En estos modelos, la habilidad es independiente de los rasgos estables de personalidad.

Nuestro estudio se basa en el modelo de Salovey y Mayer mencionado, siendo además los autores del test que hemos utilizado para evaluar la IE, el cual explicaremos más adelante. Profundicemos en las cuatro habilidades de este modelo, especialmente la de comprensión emocional, pues es la que más ha resaltado a lo largo este estudio.

1. *La percepción emocional*: esta habilidad de reconocer los sentimientos propios y los de los demás, analizándola en el terreno intrapersonal, se refiere al grado en que los individuos pueden identificar convenientemente sus propias emociones, así como los estados y sensaciones fisiológicas y cognitivas que éstas conllevan (FernándezBerrocal & Extremera, 2005, p.69). En relación a la inteligencia interpersonal, la percepción emocional ayuda a discriminar la honestidad y sinceridad en las emociones expresadas de los demás. Si las emociones no son adecuadamente percibidas, difícilmente las personas podrán hacer un uso adecuado de ellas. (Salguero, Fernández-Berrocal, Ruiz-Aranda, Castillo & Palomera, 2015).
2. *La facilitación o asimilación emocional*: implica la habilidad para tener en cuenta los sentimientos cuando razonamos o solucionamos problemas, se centra en cómo las emociones afectan al sistema cognitivo y cómo nuestros estados afectivos ayudan a la toma de decisiones, focalizando nuestra atención en lo que es realmente importante.
3. *La comprensión emocional*: se encarga de entender las emociones, saber qué estás sintiendo con cierta claridad. Es ordenar, clasificar, identificar y agrupar los sentimientos,

## RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN EN PAREJA EN ADULTOS

conociendo las causas de las emociones y anticipando cuáles serán las consecuencias que éstas nos provocarán en la conducta. Es necesaria para entender las emociones complejas. Por ejemplo, Lola siente rabia porque su pareja, José, no le ha ayudado en algo importante, identifica esa rabia, anticipa que va a desear no ayudar más José en cierto tema, entonces va entendiendo que hay una emoción compleja detrás, el orgullo, que aparece para ayudarle a darse cuenta de una situación que considera injusta.

La inteligencia emocional (IE) ha sido investigada, fundamentalmente en el ámbito académico y organizacional, donde se ha demostrado su efectividad aumentando la calidad de vida del alumno (Fernández-Berrocal & Extremera, 2002) y del trabajador (Goleman, 1999), respectivamente. Teniendo en cuenta los resultados positivos hallados en este tipo de estudios, emerge la inquietud de conocer la posible generalización de los mismos al campo de la pareja. Adentrándonos en el mundo de las relaciones de pareja, tengamos en cuenta que el ser humano es un ser social que necesita relacionarse con los seres que le rodean. La relación en pareja es una de las relaciones interpersonales más significativas que puede tener un sujeto a lo largo de su vida. Actualmente se denomina relación de pareja al vínculo sentimental de tipo romántico que une a dos personas, siendo las uniones más comunes el noviazgo y el matrimonio. Este vínculo sentimental puede ser satisfactorio o no.

La satisfacción en pareja puede ser definida de diferentes maneras, no obstante, por norma general, se entiende como la actitud positiva que los sujetos tienen tanto hacia su relación como a su cónyuge. Cuando en nuestro estudio nos referimos a la satisfacción en pareja también englobamos la satisfacción marital, es decir, a las parejas que están casadas. En lo concerniente a la satisfacción marital, la mayoría de los autores coinciden con la idea de que los miembros de una pareja estarán satisfechos con su relación, solo cuando en esta se cumplan las expectativas que se tenían con respecto a la convivencia. Para profundizar más todavía en el concepto de satisfacción marital debemos tener en cuenta a Moral (2008), quien afirma que se pueden observar tres modelos de acercamiento, son los modelos unidimensional, bidimensional y multidimensional:

- El modelo unidimensional parte de la consideración de una dimensión subyacente valorativa: placer-displacer. Bajo este modelo han trabajado Locke y Wallace (1959), de quienes hemos tomado la Escala de Ajuste Marital (EAM) para nuestro estudio. Estos autores definen la satisfacción marital en términos de acomodación al cónyuge y de un balance entre aspectos positivos y negativos del matrimonio (citado por Vera, 2010, p.23).
- El modelo bidimensional plantea que la felicidad en la vida marital es un estado complejo resultante de dos dimensiones independientes: satisfacciones e insatisfacciones; por lo que la felicidad sería el resultado del balance entre ambas dimensiones (Larson & Bahr, 1980, citado por Vera, 2010, p.23).

## **RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN EN PAREJA EN ADULTOS**

- El modelo multidimensional define la satisfacción como una actitud multidimensional hacia el cónyuge y la relación marital, donde existen aspectos como: interacción, expresión de afectos, aspectos de organización y estructura diádicos (Pick & Andrade, 1988, citado por Vera, 2010, p.23)

### **JUSTIFICACIÓN**

En el presente trabajo nos hemos propuesto buscar relaciones entre la inteligencia emocional (IE) y la satisfacción en pareja (SP). Según la literatura científica revisada, para que una pareja se sienta satisfecha, debe conseguirse cierto nivel de acuerdo respecto a varios aspectos de la vida en común, como el trato a familiares, formas de ocio o demostraciones de afecto. Creemos que la inteligencia emocional tiene un peso importante en muchos de estos aspectos. Por tanto, consideramos oportuno aportar nueva información sobre esta temática, buscando relación entre estos conceptos, y pudiendo aportar a la terapia de pareja nuevas consideraciones.

### **METODOLOGÍA**

*Participantes:* Para este estudio se estableció como criterio la participación de parejas de diferentes edades. El requisito imprescindible es que fueran parejas estables que llevaran un tiempo mínimo en la relación de un año y que tuvieran intención de continuar con dicha relación en el futuro. No tenían que ser parejas casadas, es decir, podían tener diferente estado civil y tampoco se consideró como fundamental el que se tratase de parejas heterosexuales. En el presente estudio han participado 36 parejas que constituyen un total de 72 sujetos procedentes de Albacete, Barcelona y Murcia. El 51,4 % (N=37) de los sujetos son varones y el 48,6% (N=35) son mujeres. Sus edades oscilan entre los 22 y los 87 años con una media de 41,6 años y una desviación típica de 15,95. Más de la mitad de la muestra ha realizado estudios medios o superiores y el resto, estudios primarios o formación profesional. Con respecto a la profesión un 30,6% (N=22) trabaja en el sector de profesionales, técnicos y similares, seguido de un 25% (N=18) que trabaja como personal de servicios administrativos, empresas y administración pública. La situación laboral de los sujetos señala que un 38,9% (N=28) posee un contrato indefinido, mientras que, con idénticas cifras (13,9%, N=10), encontramos a sujetos con contrato eventual, en paro (sin ser el primer empleo) y estudiantes. El 47,2% (N=34) están casados, mientras que el resto o están solteros, es decir, tienen pareja pero no se han casado ni divorciado (40,3%, N= 29), viven como pareja de hecho (8,3%, N=6), o han estado casados pero actualmente se encuentran divorciados (4,2%, N=3). Los sujetos llevan una media de 18 años en pareja y más de 15 años de convivencia.

## RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN EN PAREJA EN ADULTOS

### *Instrumentos:*

- Cuestionario de datos sociodemográficos. Se solicitaron datos tales como el estado civil, nivel de estudios, profesión, situación laboral y tiempo de convivencia, etc.
- Escala de Ajuste Marital (Marital Adjustment Test – Locke & Wallace, 1959; Adaptación española: Carrobbles, 1996). Esta escala evalúa la valoración subjetiva de la armonía conyugal en distintos ámbitos de la convivencia. Consta de 15 ítems que analizan el grado de felicidad marital de cada uno de los miembros de la pareja. El ítem 1 puede ser respondido desde 0 ('muy infeliz') hasta 35 ('completamente feliz'). En los restantes ítems (del 2 al 15) hay varias opciones de respuesta que van desde un máximo de ajuste ('siempre de acuerdo'), hasta un mínimo de ajuste ('siempre en desacuerdo'). La suma de las puntuaciones de los 15 ítems oscila entre 0 (nivel mínimo de ajuste en la pareja) hasta 158 (nivel máximo de ajuste).
- TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale – Salovey & Mayer, 1995; Adaptación española: Fernández-Berrocal, Extremera & Ramos, 2004). Se trata de un instrumento de 24 ítems, en cada uno de ellos encontramos cinco posibles opciones de respuesta dependiendo del nivel de conformidad con ese ítem. La escala en su versión original (Salovey & Mayer, 1995), es una escala rasgo que consta de 48 ítems que evalúan el metaconocimiento de los estados emocionales. La TMMS-24 contiene tres dimensiones claves de la IE con 8 ítems cada una de ellas: percepción emocional, comprensión de sentimientos y regulación emocional. La percepción emocional (ítems del 1 al 8), es la habilidad para percibir tanto las propias emociones como para percibir las en objetos, arte, historias, música y otros estímulos (Mayer & Salovey, 1997, citado en Extremera y Fernández-Berrocal, 2004, p.61).

### *Procedimiento:*

Tanto el cuestionario de datos sociodemográficos como las escalas EAM y TMMS-24 se pasaron a formato Word tras su selección. La consigna más importante fue que las escalas debían ser cumplimentadas individualmente; de ningún modo debían comentarse las respuestas con la pareja. La muestra se obtuvo a través de familiares y amigos de las responsables del estudio. Se realizó un documento guía que servía de hoja informativa en la que se indicaba cómo rellenar los diferentes instrumentos de evaluación. En un mismo archivo Word se juntaron la hoja informativa, seguida del cuestionario de datos sociodemográficos, la Escala de Ajuste Marital y la Escala TMMS-24. Puesto que no todos los sujetos disponían de conocimientos informáticos ni de ordenador, se imprimió el archivo Word para poder distribuirlo en papel a aquellos que así lo desearan. Para garantizar el anonimato, los entrevistados remitieron los cuestionarios, una vez contestados, de manera anónima e individual, bien por correo electrónico (un total de 22 sujetos), o mediante papel (50 sujetos) en sobres cerrados. Puesto que vía e-mail se podría haber sabido qué documento corresponde a cada sujeto, se optó por descargar todos los archivos

## RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN EN PAREJA EN ADULTOS

recibidos en una misma carpeta dentro del ordenador. De esta forma se preservaba el anonimato. Para el análisis experimental los datos de los sujetos se fueron clasificando de la siguientes manera: sujeto 1(1), sujeto 1 (2); sujeto 2 (1), sujeto 2 (2); sujeto 3 (1), sujeto 3(2)...etc., de modo que se pudiesen comparar las puntuaciones entre los dos miembros de cada pareja (véase Resultados, Tabla 4) y fueron analizados estadísticamente mediante el paquete estadístico SPSS v.20. Usando el citado paquete estadístico cruzamos las dos escalas utilizadas, es decir, la Escala de Ajuste Marital (EAM) y la Escala TMMS-24, con determinadas variables de segmentación (edad, años en pareja y años convivencia).

### RESULTADOS

#### Satisfacción en pareja

Para el análisis de los datos se realizaron correlaciones de Pearson, con el fin de determinar si existen correlaciones positivas significativas entre Inteligencia Emocional y Satisfacción en pareja. Los resultados de los análisis de correlación que se han realizado entre Satisfacción en Pareja, (EAM puntuación) y el componente Percepción de Inteligencia Emocional (TMMS-24 Percepción), no han resultado significativos. Sí que resulta significativa la correlación positiva entre Satisfacción en Pareja y el componente Comprensión de Inteligencia Emocional. De modo que, a mayor Comprensión en Inteligencia Emocional, mayor nivel de Satisfacción en pareja muestran los sujetos. Se observa un nivel de significación de 0,018 y una correlación de Pearson de 0,279. No aparece correlación significativa entre Satisfacción en Pareja y el componente Regulación de Inteligencia Emocional. (Ver Tabla 1)

**Tabla 1. Correlación entre el nivel del satisfacción en pareja y las subescalas del TMMS-24**

Satisfacción en pareja (EAM)* Inteligencia Emocional (TMMS-24)	EAM puntuación * TMMS-24 PERCEPCIÓN	EAM puntuación * TMMS-24 COMPRENSIÓN	EAM puntuación * TMMS-24 REGULACIÓN
Correlación de Pearson	-,089	,279(*)	,110
Sig. (bilateral)	,457	,018	,359
N	72	72	72

\* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

## RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN EN PAREJA EN ADULTOS

### El tiempo en relación con las variables de nuestro estudio

Otras correlaciones interesantes halladas en este estudio están relacionadas con el tiempo, concretamente con respecto a la edad de los sujetos, años en pareja y años en convivencia.

#### Tiempo y Satisfacción

Analizando la tabla 2, ésta muestra que a más años conviviendo, menor puntuación en Satisfacción en Pareja obtienen los sujetos. Con una significación de 0,007, la correlación de Pearson de -0,313 señala una relación inversa entre las variables mencionadas. Tal como muestra la puntuación -,298 en la Correlación de Pearson, se observa una correlación negativa entre las variables "años en pareja" y "EAM puntuación", con una significación de ,011. Esto nos muestra que, a menos años en pareja, mayor puntuación en la escala de ajuste marital EAM. Por otro lado se observa que, a mayor edad en los sujetos, menor Satisfacción en Pareja, con una significación de 0,004 y una correlación de Pearson de -0,332.

**Tabla 2. Correlación entre Satisfacción en Pareja (puntuación EAM) y las variables: años conviviendo, años en pareja, y edad.**

	EAM puntuación * Años conviviendo	EAM puntuación * Años en pareja	EAM puntuación * Edad
Correlación de Pearson	-,313(*)	-,298(**)	-,332(***)
Sig. (bilateral)	,007	,011	,004
N	72	72	72

\* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

\*\* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

\*\*\* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

#### Tiempo e Inteligencia Emocional

Los resultados más interesantes se han dado en relación a los años en convivencia y años en pareja con respecto a la subescala Comprensión. Se observa pues que cuantos más años conviviendo llevan los sujetos, menores puntuaciones muestran en Inteligencia Emocional-Comprensión (Ver Tabla 3), mostrando una relación negativa significativa. Se observa otra correlación negativa, cercana a ser significativa (con un nivel de significación de 0,055), entre la variable Inteligencia Emocional- Comprensión y la variable Años en pareja.

## RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN EN PAREJA EN ADULTOS

**Tabla 3. Correlación entre la subescala Comprensión de Inteligencia Emocional y las variables: años conviviendo y años en pareja**

	TMMS-24 COMPRENSIÓN * Años conviviendo	TMMS-24 COMPRENSIÓN * Años en pareja
Correlación de Pearson	-,259(*)	-,227
Sig. (bilateral)	,028	,055
N	72	72

- La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

### **Correlaciones entre los miembros de las parejas**

#### Nivel de satisfacción entre los miembros de las parejas

En cuanto a la puntuación EAM, se observa una correlación positiva significativa entre los miembros de las parejas, con una significación de 0,000 y una correlación de Pearson de 0,761. Por tanto, los sujetos muestran un nivel de Satisfacción significativamente parecido al de sus parejas. (Ver Tabla 4)

#### Nivel de Inteligencia Emocional entre los miembros de las parejas

Comparando a los miembros de las parejas respecto a las puntuaciones en inteligencia emocional, se observa una correlación significativa positiva únicamente en el componente Comprensión. Las parejas evaluadas muestran un nivel de Comprensión-Inteligencia Emocional significativamente similar entre sus miembros, no ocurriendo así en los otros dos componentes de Inteligencia Emocional (ni en Percepción ni en Regulación). (Ver Tabla 4)



## RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN EN PAREJA EN ADULTOS

**Tabla 4. Correlación entre puntuaciones EAM de sujetos y puntuaciones de sus parejas (EAM puntuación (2)). Correlaciones entre puntuaciones de sujetos en las distintas subescalas del TMMS-24 y puntuaciones de sus parejas en dichas subescalas.**

	EAM puntuación * EAM puntuación (2)	TMMS-24 PERCEPCIÓN * TMMS-24 PERCEPCIÓN (2)	TMMS-24 COMPRENSIÓN * TMMS-24 COMPRENSIÓN (2)	TMMS-24 REGULACIÓN * TMMS-24 REGULACIÓN (2)
Correlación de Pearson	,761(*)	,107	,492(**)	,287
Sig. (bilateral)	,000	,535	,002	,090
N	36	36	36	36

\* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

\*\* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

### DISCUSIÓN

Los resultados han mostrado que, a mayor comprensión emocional, más satisfacción en pareja. Son varios los autores que dan importancia a conocerse a uno mismo para estar satisfecho en pareja (Rojas, 1999b). Es de esperar que comprender el propio mundo emocional influirá en la satisfacción en la pareja, puesto que predice el conocimiento emocional del otro, por tanto promueve el entendimiento; ayuda a tener una buena comunicación y a expresarse ante el otro. Por el contrario, encontramos que las habilidades de percepción y regulación emocional no se relacionan significativamente con la SP. Son varios los estudios que indican una posible relación entre IE y SP. Por referir uno importante, Mirgain (2003) señaló que la IE permite el manejo de respuestas emocionales más acertadas en las relaciones interpersonales, y que esta, a su vez, se relaciona con la satisfacción marital y la intimidad. Sin embargo sólo hemos podido demostrarlo en el componente Comprensión Emocional. Esto puede deberse a que se necesita un mayor número de sujetos. También a que la SP se haya relacionado en demasía con el tiempo en pareja, y ello haya contaminado los resultados. O quizás puede deberse a que el test utilizado, TMMS-24, solo evalúe el componente intrapersonal, y no el interpersonal, de la IE.

## RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN EN PAREJA EN ADULTOS

También hemos encontrado relaciones negativas significativas entre SP con respecto a edad, años conviviendo, y años en pareja. Se ha observado pues que, a menos años en pareja más satisfacción se observa, al igual que sucede respecto a los años en convivencia. Una variable con la que se podría relacionar es la edad, pues también ha aparecido en nuestros resultados que, a menor edad, mayor satisfacción en pareja se observa. Podría ser que juventud tenga una relación positiva con la satisfacción en pareja pero, en este estudio nos hemos interesado en la satisfacción a lo largo del tiempo y, nuestros resultados son coherentes con la bibliografía revisada: a menos tiempo en pareja más satisfacción. No tenemos suficiente variedad en edad entre los sujetos para saber si esta relación es lineal como postularon Pick y Andrade (1988); los cuales encontraron un decremento lineal de la satisfacción marital a lo largo de los años (citado por Vera, 2010, p.28).

Los resultados obtenidos también nos muestran que cuantos más años conviviendo llevan los sujetos, menores puntuaciones muestran en Inteligencia Emocional-Comprensión. Estos resultados son algo desconcertantes, puesto que se podría esperar que a más años llevan los sujetos conviviendo, más comprensión de sus emociones han podido desarrollar, con la ayuda del otro y de la convivencia. De todos modos, en este estudio hemos buscado que la inteligencia emocional afecte a la relación de pareja, y no que la relación de pareja influya en la inteligencia emocional, no sin considerar que esa relación podría ser también interesante para otros estudios.

### BIBLIOGRAFÍA

1. Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2004a). El uso de las medidas de habilidad en el ámbito de la inteligencia emocional: Ventajas e inconvenientes con respecto a las medidas de auto-informe. *Boletín de Psicología*, 80, 59-77. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/28170922\\_El\\_uso\\_de\\_las\\_medidas\\_de\\_habilidad\\_en\\_el\\_ambito\\_de\\_la\\_inteligencia\\_emocional\\_ventajas\\_e\\_inconvenientes\\_con\\_respecto\\_a\\_las\\_medidas\\_de\\_auto-informe](https://www.researchgate.net/publication/28170922_El_uso_de_las_medidas_de_habilidad_en_el_ambito_de_la_inteligencia_emocional_ventajas_e_inconvenientes_con_respecto_a_las_medidas_de_auto-informe)
2. Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2004b). Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios<sup>1</sup> Emotional intelligence, quality of interpersonal relationships and empathy in. *Clínica y salud*, 15(2), 117-137.
3. Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, (54), 63-94.
4. Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación*, 29(1), 1-6.
5. Goleman, D. (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Editorial Kairós.
6. Mayer, J.D & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds). *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp. 3-

## **RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN EN PAREJA EN ADULTOS**

- 31). New York: Basic Books.
7. Moral, J. (2008). Validación de la Escala de Valoración de la Relación en una muestra mexicana. *Revista Electrónica de Metodología Aplicada*, 13 (1), 1-12. Recuperado de <http://www.psico.uniovi.es/rema/v13n1/vol13n1a1.pdf>
  8. Rojas, E. (1999b). *La conquista de la voluntad. Claves para alcanzar el éxito en la vida y hacer realidad tus sueños*. Madrid: Ediciones Temas de Hoy, S.A.
  9. Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D., Castillo, R., & Palomera, R. (2015). Inteligencia emocional y ajuste psicosocial en la adolescencia: El papel de la percepción emocional. *European Journal of Education and Psychology*, 4(2).
  10. Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación cognición y personalidad*, 9, 185-211.
  11. Vera, C. (2010). "Satisfacción Marital: Factores Incidentes". Universidad del Bío-Bío. Facultad