

La percepción emocional como predictor estable del ajuste psicosocial en la adolescencia

(pp. 43-58)

Raquel Palomera¹, José Martín Salguero² y Desiree Ruiz-Aranda²

¹*Universidad de Cantabria;* ²*Universidad de Málaga (España)*

Las emociones son una fuente muy valiosa de información para nuestra adaptación y bienestar. Dentro de nuestras habilidades para procesar la información emocional, la literatura científica ha mostrado cómo la percepción emocional es fundamental para comenzar dicho proceso con éxito. Sin embargo, la mayoría de los estudios realizados en este ámbito han utilizado muestras adultas o clínicas. En este trabajo investigamos, mediante un estudio longitudinal prospectivo, la influencia de la percepción emocional sobre el ajuste psicosocial de una muestra de estudiantes de secundaria. Los resultados muestran que la habilidad para percibir emociones es un predictor estable de un menor desajuste clínico y emocional y de un mayor ajuste personal. Además, estos resultados se mantienen incluso tras controlar los niveles previos de ajuste. Igualmente, encontramos importantes diferencias de sexo y edad en la relación entre percepción emocional y el ajuste psicosocial. Se discute acerca de las posibles implicaciones educativas de los resultados y de futuras líneas de trabajo en el campo de la percepción emocional y la inteligencia emocional.