

¿Abuelo, eres feliz?. La importancia de la Inteligencia Emocional y el Apoyo Social en personas mayores.

Lourdes Rey y Natalio Extremera
Universidad de Málaga
(Lrey@uma.es)

V JORNADAS EMOCIONES Y BIENESTAR



Tercera Edad



Ser una persona mayor conlleva cambios significativos en la vida de las personas (Prieto-Flores, et al., 2008)

Cambios en el bienestar de un modo multidimensional (Ryff, 1989). ¿Disminuye o aumenta? (Cartensen, 1998; Mroczek & Kolarz, 1998)

Importancia de poseer recursos personales que nos permitan una mejor adaptación a los cambios (Tovel & Carmen, 2013)

IE y bienestar

La IE considerada un aspecto importante del funcionamiento interpersonal así como del bienestar y crecimiento interpersonal (Mayer & Salovey, 1997).

Mayores niveles de IE están asociados a mayores niveles de bienestar hedónico y eudomónico (Augusto, Pulido-Martos & López-Zafra, 2011; Extremera, Ruiz-Aranda, Pineda-Galán y Salguero, 2011)

Apoyo Social

Obtención de ciertos recursos sociales del ambiente, que el individuo dispone en caso de que los necesite y que ayudan a reducir el impacto del estrés (Pierce, Sarason y Sarason, 1996)

Apoyo social, asociado positivamente a diversos indicadores de bienestar, mayor salud mental o menores niveles de estrés y enfermedades psicopatológicas (Wills & Fegan, 2001; Kong, et al., 2012)



PARTICIPANTES

64,99 años (SD=7,40)

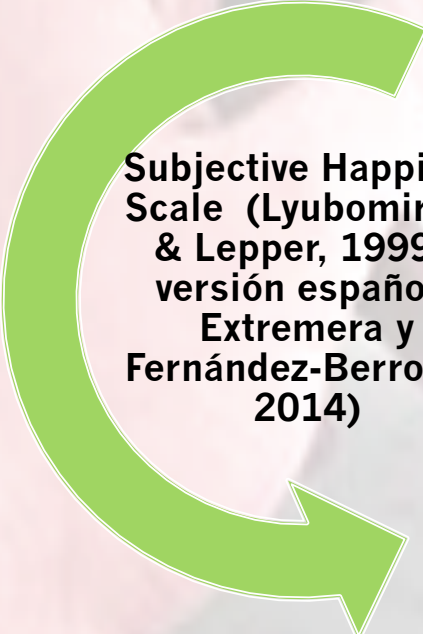


N= 350

Instrumentos



**Wong & Law
Emotional
Intelligence Scale
(WLEIS; Wong & Law,
2002; Versión
española, Fernández-
Berrocal, Pérez,
Repetto y Extremera,
2004)**



**Subjective Happiness
Scale (Lyubomirsky
& Lepper, 1999);
versión española
Extremera y
Fernández-Berrocal,
2014)**



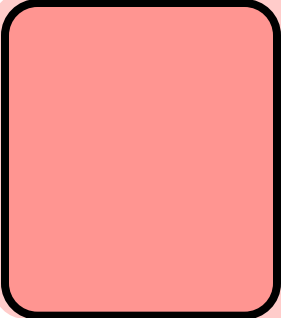
**Multidimensional
Scale of Perceived
Social Support
(MSPSS) Zimet et
al., 1988); Versión
española Landeta y
Calvete, 2002)**

Resultados

■ Análisis de correlación de Pearson

	1	2	3	4	5
1. IE total	--				
2. Felicidad Subjetiva	.42**	--			
3. Apoyo familiares	.43**	.45**	--		
4. Apoyo amigos	.32**	.34**	.56**	--	
5. Apoyo otros	.51**	.31**	.65**	.52**	--

Conclusiones



Este estudio proporciona información sobre los mecanismos subyacentes entre el funcionamiento emocional y el bienestar en una muestra de personas mayores