

Inteligencia Emocional y agresión: el papel mediador de la rumiación de la ira

García-Sancho, E., Salguero, J.M. y Fernández-Berrocal, P.

Universidad de Málaga

La Inteligencia Emocional (IE), definida como un conjunto de habilidades para percibir, utilizar, comprender y regular las emociones, se ha asociado de forma negativa con la agresión. Sin embargo, poco se conoce acerca de los mecanismos que explican esta relación. Dentro del campo de la agresión, diferentes autores han mostrado cómo el uso de estrategias de regulación ineficaces, como la rumiación de la ira, da lugar a más comportamientos agresivos. Es escasa la literatura existente acerca de la relación entre IE y las estrategias de regulación utilizadas en una situación de enfado, sin embargo, una baja IE ha estado estrechamente vinculada a un mayor uso de la rumiación depresiva. Teniendo en cuenta esto, y dada la relación entre rumiación de la ira y agresión (Denson, 2013), el propósito de este estudio fue examinar el papel mediador de la rumiación de la ira en la relación entre IE y agresión. Para ello, se utilizó una muestra de 261 estudiantes universitarios quienes completaron el MSCEIT (Mayer, Salovey y Caruso, 2002), el Cuestionario de Agresión (Buss y Perry, 1992) y la subescala de Rumiación de la ira del Cuestionario de Agresión Desplazada (Denson et al., 2006). Los resultados encontrados sugieren que rumiación de la ira media la relación entre IE y agresión. Se discuten las implicaciones de estos resultados en la explicación de las conductas agresivas y en el diseño de programas de intervención eficaces.

Palabras claves: Inteligencia Emocional, agresión, rumiación de la ira