

Relación entre Inteligencia Emocional y salud mental en Orientadores Educativos

Introducción. El objetivo de la presente investigación está dirigido a estudiar la relación de la inteligencia emocional como capacidad y la inteligencia emocional como rasgo con salud mental en una muestra de orientadores educativos. **Método.** La muestra ha estado compuesta de 203 orientadores. Los instrumentos utilizados han sido: Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT), Trait Emotional Intelligence Questionnaire Short Form (TEIQue-SF) y la Escala de Salud Mental (MH5). En primer lugar, se analizaron las correlaciones entre las puntuaciones correspondientes a todas las variables. Posteriormente se estudiaron las diferencias de medias (t de Student) en función de la etapa educativa y en función del sexo. Finalmente, con el objetivo de explorar las variables que predicen la salud mental se realizó un análisis de regresión lineal múltiple, paso a paso. **Resultados.** Los resultados evidencian que las relaciones existentes entre la IE como rasgo y la salud mental son más elevadas que las relaciones entre IE como capacidad y salud mental. Por otro lado, se constatan puntuaciones significativamente más elevadas en los orientadores de Educación Secundaria en la variable de inteligencia emocional como capacidad en comprensión emocional. También se constatan puntuaciones significativamente más elevadas en la variable salud mental en los orientadores de Educación Primaria. Igualmente, se constatan puntuaciones significativamente más elevadas en las mujeres en la puntuación de la inteligencia emocional como capacidad en regulación emocional y puntuaciones significativamente más elevadas en la puntuación de la inteligencia emocional como rasgo de personalidad en los hombres. Por último, el análisis de regresión múltiple ha permitido identificar como variable predictora de la salud mental, la inteligencia emocional como rasgo. **Discusión.** El presente estudio supone uno de los primeros trabajos desarrollados en una muestra de orientadores educativos en los que se analiza la influencia de la inteligencia emocional como rasgo y la inteligencia emocional como capacidad, sobre la salud mental. Además aporta evidencias de validez predictiva de la IE como rasgo sobre un indicador de salud mental. **Palabras Clave:** inteligencia emocional capacidad, inteligencia emocional rasgo, salud mental, orientadores educativos.