



Cibervictimización e inteligencia emocional: el papel de los estados de ánimo

Elisa Giménez Fita¹; José Martí Parreño²; Teresa Mayordomo Rodríguez³

Recibido: Enero 2022 / Evaluado: Mayo 2022 / Aceptado: Junio 2022

Resumen. El análisis de la relación entre inteligencia emocional, estados de ánimo y cibervictimización constituye una línea de investigación prometedora para comprender mejor los mecanismos subyacentes que afectan los comportamientos relacionados con el ciberacoso y, por tanto, para prevenirla. Los estados de ánimo intervienen en el comportamiento de los individuos y la inteligencia emocional puede ser utilizada para mejorar la autorregulación de estos. El objetivo principal de esta investigación es analizar el efecto de la inteligencia emocional en la cibervictimización entre iguales a través de su efecto en los estados de ánimo de los individuos. Se utilizó una muestra de 779 adolescentes para probar un modelo de investigación basado en ecuaciones estructurales. Los resultados sugieren que la inteligencia emocional tiene un efecto negativo y significativo sobre los estados de ánimo negativos que, a su vez, influyen en la cibervictimización entre iguales. En términos generales, los estados de ánimo negativos de los individuos son menores para las personas con una puntuación más alta en inteligencia emocional y esto influye en la cibervictimización entre iguales.

Palabras clave: ciberacoso; cibervictimización; inteligencia emocional; estados de ánimo; adolescentes.

[en] Cybervictimization and emotional intelligence: the role of moods

Abstract. The analysis of the relationship between emotional intelligence, moods and cybervictimization constitutes a promising line of research to better understand the underlying mechanisms that affect behaviors related to cyberbullying and, therefore, to prevent it. Moods intervene in the behavior of individuals and emotional intelligence can be used to improve their self-regulation. The main objective of this research is to analyze the effect of emotional intelligence in peer-cybervictimization through its effect on individuals' mood states. To do so a sample of 779 adolescents was used to test a research model using structural equation modelling. Main results suggest that emotional intelligence has a negative and significant effect in negative mood states which in turn influences peer-cybervictimization. Broadly speaking, individuals' negative mood states are lower for individuals scoring higher in emotional intelligence and this influences peer-cybervictimization.

Keywords: cyberbullying; peer-cybervictimization; emotional intelligence; mood states; adolescents.

Sumario. 1. Introducción y estado de la cuestión. 1.1. Cibervictimización. 1.2. Estados de ánimo. 1.3. Inteligencia emocional. 1.4. Hipótesis y modelo de investigación. 2. Metodología. 2.1. Participantes y tipo de muestreo. 2.2. Instrumentos de medida. 2.3. Procedimiento de recogida de datos. 3. Análisis y resultados. 4. Discusión. 5. Conclusiones. 6. Referencias bibliográficas.

Cómo citar: Giménez Fita, E.; Martí Parreño, J.; Mayordomo Rodríguez, T. (2023). Cibervictimización e inteligencia emocional: el papel de los estados de ánimo. *Revista Complutense de Educación*, 34(3), 679-689.

1. Introducción y estado de la cuestión

Los nuevos desarrollos y diversidad tecnológica representan un reto cada vez mayor para las escuelas y para la sociedad en general, haciéndose imprescindible promover la capacitación tecnológica en todos los ámbitos de la educación (Prendes y Cerdán, 2021). El acceso a las nuevas tecnologías permite una mayor apertura al conocimiento y a las relaciones sociales pero, indiscutiblemente, es necesario señalar los peligros y los efectos desastrosos derivados de su mal uso, como es la aparición de nuevas formas de violencia escolar, como el ciberacoso (García et al., 2020). El uso masivo de internet entre los adolescentes hace del acoso tecnológico

¹ Universidad Europea de Valencia (España)
E-mail: elisa.gimenez@universidadeuropea.es
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4593-0132>

² Universidad Internacional de Valencia (España)
E-mail: jmartip@universidadviu.com
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5928-7956>

³ Universidad Católica de Valencia (España)
E-mail: teresamayordomor@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1873-4910>

un problema de salud pública, que puede implicar importantes consecuencias psicológicas, sociales y clínicas tanto en las víctimas como en los acosadores (Aboujaoude et al., 2015; Alonso y Romero, 2020; De Pasquale et al., 2021).

Este hecho alerta sobre el carácter pernicioso del ciberacoso, que para algunos autores puede ser tan dañino como el acoso físico (Davison y Stein, 2014).

Entre las variables que han sido vinculadas al acoso tecnológico se encuentra la inteligencia emocional, especialmente su relación y efectos en conductas de ciberacoso (Baroncelli y Ciucci, 2014; Elipe et al., 2015; Extremera et al., 2018; García, et al., 2020). Asimismo, la inteligencia emocional también se ha relacionado con los estados de ánimo (Extremera et al., 2012; Gohm, 2003; Guerra et al., 2021; Hovanitz, et al., 2011), siendo los programas de inteligencia emocional una herramienta efectiva para regular mejor los estados de ánimo (Salovey, 2001) y para mediar en los efectos producidos por la cibervictimización entre iguales (Elipe et al., 2015; Extremera et al., 2018; García et al., 2020).

La inteligencia emocional puede convertirse en un factor de protección contra los efectos perjudiciales de la victimización tanto en el acoso tradicional como en el tecnológico (Elipe et al., 2015; Extremera et al., 2018; Quintana-Orts et al., 2019), al promover formas más positivas de afrontamiento ante situaciones estresantes (Domínguez-García y Fernández-Berrocal, 2018; Estévez et al., 2019; Extremera et al., 2018; Gómez-Baya et al., 2017; Quintana-Orts et al., 2019).

Por ello, el objetivo prioritario de esta investigación es analizar la relación entre los tres constructos, concretamente entre las tres dimensiones de la inteligencia emocional, los estados de ánimo y la cibervictimización entre iguales.

1.1. Cibervictimización

La mayoría de investigadores están de acuerdo en que el ciberacoso es una forma específica de acoso entre escolares que consiste en el uso de las tecnologías de comunicación para intimidar a otros (Kowalski et al., 2014).

Las características diferenciadoras como la invisibilidad y el anonimato característico del cyberbullying (Slonje y Smith, 2008) implican subyugar a las cibervíctimas a un acoso continuo, del que no es sencillo escapar ni refugiarse en un lugar seguro, ya que, constantemente, se está sometido al mismo y a sus efectos (Kowalski et al., 2010; Polo del Río et al., 2017) y es, por tanto, un problema que es necesario abordar plenamente por sus implicaciones en la salud mental de los adolescentes (De Pasquale et al., 2021).

El ciberacoso está asociado con importantes efectos en las víctimas y alteraciones en la convivencia escolar (Calmaestra et al., 2016; Eyuboglu et al., 2021; Iranzo et al., 2019).

La literatura académica relaciona la cibervictimización entre iguales con graves problemas psicosociales y consecuencias tan diversas como la ansiedad, depresión, vergüenza, miedo, así como con la falta de confianza, sentimientos de indefensión, culpa, desesperanza, soledad, ira e irritabilidad (Cañas et al., 2019; Elipe et al., 2015; Fahy et al., 2016; Ortega et al., 2012; Selkie et al., 2015). También se han encontrado asociaciones con el impacto negativo en la salud física y psicológica (Chen et al., 2017; Extremera et al., 2018; Palermi et al., 2017), con mayores niveles de soledad y menores niveles de bienestar social (Halpern et al., 2017), sintomatología psicosomática (Garaigordobil, 2019) y con ideación suicida (Bai et al., 2021; Extremera et al., 2018; Iranzo et al., 2019).

1.2. Estados de ánimo

Los estados de ánimo, entendidos como estados afectivos difusos o globales, que aparecen sin causa aparente y con una intensidad generalmente baja (Scherer, 2005), constituyen una construcción compleja que requiere un enfoque multidimensional. Investigaciones previas han analizado el efecto de los estados de ánimo en el desempeño diario del individuo (Extremera et al., 2012; Fuller-Tyszkiewicz et al., 2017), en los estilos de afrontamiento (Jiménez et al., 2012), y en su relación con problemas de estrés, depresión y ansiedad (Barra et al., 2006; Reynoso-Sánchez et al., 2021) e incluso en el periodo de confinamiento que se vivió debido a la COVID-19 (Reigal et al., 2021). Podemos decir que los estados de ánimo negativos, especialmente cuando son intensos y/o prolongados, se relacionan con conductas no saludables (Díaz-Geada et al., 2020; Weinstein y Mermelstein, 2013) y pueden influir tanto en la recepción como en la percepción del apoyo social (Barra, 2003).

En cuanto al estilo de afrontamiento y los estados de ánimo, se ha detectado que los sujetos con estados de ánimo más elevados y positivos optan por estrategias más optimistas y con mayor grado de confianza (Durmus y Tezer, 2001) y muestran conductas más conciliadoras y cooperativas, frente a los comportamientos más competitivos que suelen utilizar personas con estados de ánimo más negativos (Forgas y Cromer, 2004).

Esto es fundamental tenerlo en cuenta a la hora de analizar la relación con la victimización entre iguales, que ha sido asociada con emociones negativas como tristeza, vergüenza, culpa, soledad e impotencia (Moore et

al., 2017; Ortega et al., 2009, Ortega et al., 2012; Sahin, 2012) y, especialmente, con sintomatología depresiva (Cañas et al., 2019), y ansiosa (Garaigordobil, 2018; Sontag et al., 2011).

Por todo ello, y basándonos en que los estados de ánimo pueden afectar el funcionamiento fisiológico, las estrategias de regulación emocional, la participación en comportamientos saludables y no saludables y la percepción del apoyo social (Salovey et al., 2000) y que los individuos implicados en situaciones de ciberacoso presentan dificultades para comprender y regular sus estados emocionales (Guerra et al., 2021), se asume una relación entre los estados de ánimo y la cibervictimización entre iguales que es interesante seguir explorando, como recientemente lo han hecho diferentes autores (De Pasquale et al., 2021).

1.3. Inteligencia emocional

La inteligencia emocional, entendida como la capacidad de percibir, asimilar, entender y regular las emociones de uno mismo y de los demás para promover el crecimiento emocional e intelectual (Mayer y Salovey, 1997) comprende tres dimensiones (Salovey et al., 1995): atención, claridad y reparación emocional. La atención se refiere al grado en que los individuos tienden a observar y pensar en sus sentimientos y estados de ánimo. La claridad se refiere a la comprensión de los estados emocionales de uno mismo. La reparación se refiere a la creencia del individuo en su capacidad para interrumpir y regular los estados emocionales negativos y prolongar los positivos.

En este enfoque de inteligencia emocional rasgo de Mayer y Salovey, se obtienen medidas de inteligencia emocional basadas en una percepción subjetiva del sujeto que estima su propio nivel de competencia (Extremera et al., 2004) y representa una manera efectiva de conocer los aspectos emocionales de los individuos, medidos a través de autoinformes (Fernández-Berrocal y Extremera-Pacheco, 2005).

En cuanto a la relación entre estados de ánimo e inteligencia emocional, investigaciones previas sugieren una relación entre ambos constructos (Acosta y Clavero, 2019; Balluerka et al., 2013; Cabras et al., 2020; Gohm, 2003; Hovanitz et al., 2011; Saadi et al., 2012). De hecho, la capacidad de regulación emocional está considerada como una de las facetas relacionadas con los estados de ánimo y su impacto (Elipe et al., 2015) que más puede contribuir al ajuste físico y mental del individuo y a la calidad de las relaciones interpersonales (Hovanitz et al., 2011; Salovey, 2001). Por tanto, aquellas personas que presentan un peor ajuste emocional a menudo muestran gran atención a sus sentimientos, baja claridad emocional y la creencia de no poder cambiar su estado de ánimo (Elipe et al., 2009; Salovey, 2001). De la misma manera, las personas con estados de ánimo positivos más altos suelen obtener puntuaciones más altas en diferentes factores de la inteligencia emocional, como la regulación emocional (Salovey et al., 1995; Schutte et al., 2002) y la claridad (Extremera y Fernández-Berrocal, 2005; Palmer et al., 2002). Gohm y Clore (2002) detectaron una relación negativa entre la inteligencia emocional percibida y la emotividad negativa, y una relación positiva con mayores niveles de felicidad.

La inteligencia emocional también parece actuar como un factor protector de la salud mental, reduciendo los estados de ánimo negativos (Delhom et al., 2022; Martínez et al., 2010). Algunos autores como Balluerka et al. (2013) detectaron que la claridad emocional y la capacidad para regular las emociones son factores importantes para explicar el estado de ánimo deprimido. Más concretamente, Elipe et al., (2015) encontraron que altos niveles de claridad emocional pero bajos niveles de reparación en las cibervíctimas implicaban un impacto emocional negativo, y altos niveles de atención junto con altos niveles de reparación emocional ayudaban a reducir la ira y la depresión entre estudiantes universitarios. Ortega et al., (2009) indicaron que las víctimas de cyberbullying parecían tener mayores puntuaciones en atención y menores en reparación.

El adecuado entrenamiento en habilidades emocionales se considera un factor clave que puede ayudar a prevenir la violencia y a mejorar la capacidad de adaptación social e individual (Elipe et al., 2015; Saadi et al., 2012).

1.4. Hipótesis y modelo de investigación

La literatura académica refleja una relación entre la inteligencia emocional y el ciberacoso. Por ejemplo, se ha detectado que los adolescentes que se mostraban deficientes para percibir, expresar y regular las emociones tenían más probabilidades de sufrir ciberacoso (Baroncelli y Ciucci, 2014). Asimismo, también se relaciona la inteligencia emocional con los estados de ánimo (Acosta y Clavero, 2019; Salovey, 2001). En cuanto a la relación entre los estados de ánimo y el ciberacoso, investigaciones previas también han sugerido mayores niveles de estados de ánimo negativos en los procesos de cibervictimización (Ortega et al., 2009; Sahin, 2012). Estos antecedentes permiten plantear una investigación plausible que analice la relación entre los tres constructos: inteligencia emocional, estados de ánimo y cibervictimización entre iguales, con el objetivo de explorar cómo interactúan estas variables y la aplicación que puedan tener en el desarrollo de programas de intervención orientados a afrontar el ciberacoso.

Por lo tanto, y a partir de lo expuesto anteriormente, se establecen las siguientes hipótesis:

- H1: la inteligencia emocional afectará los estados de ánimo de los adolescentes.
- H2: el estado de ánimo influirá en la cibervictimización entre iguales.

2. Metodología

2.1. Participantes y tipo de muestreo

Los participantes están compuestos por una muestra de conveniencia formada por un total de 779 estudiantes españoles procedentes de centros concertados (77,27%) y públicos (22,73%) de 4º curso de educación secundaria. La mayor parte de los encuestados pertenecen a la Comunidad Valenciana (81,26%), siendo Valencia la provincia más representada (59,09%) y el resto a Baleares (16,56%) y Murcia (2,18%). Un 45,7% de la muestra son hombres ($N = 356$). La edad de los participantes oscila entre los 14 y los 18 años, con una media de 15,04 años ($SD = 2,56$).

2.2. Instrumentos de medida

La inteligencia emocional se midió mediante el Spanish modified Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24) (Fernández-Berrocal et al., 2004). Es una escala rasgo de metaconocimiento de los estados emocionales que proporciona una estimación personal de los aspectos reflexivos de la experiencia emocional del individuo. Evalúa las diferencias individuales en la autopercepción de las destrezas con las que los individuos tienden a prestar atención a sus propias emociones, discriminar entre ellas y regularlas (Salovey et al., 1995). Según los autores, la escala presenta adecuadas propiedades psicométricas ($\alpha = 0.85$) (Fernández-Berrocal et al., 2004), encontrando una consistencia interna de 0.86 para Atención, 0.87 para Claridad y 0.82 para Reparación, mejorando las propiedades de la versión extensa. En nuestro estudio, se encontró una consistencia interna análoga de 0.86 para Atención, 0.85 para Claridad y 0.81 para Reparación,

El ciberacoso entre iguales fue medido mediante el test Cyberbullying Screening de acoso entre iguales (Garaigordobil, 2013), que permite medir las 4 dimensiones de acoso tecnológico (físico, verbal, social y psicológico), a través de 15 conductas de acoso cibernético, y si la persona evaluada está en situación de riesgo o si presenta un problema de ciberacoso. El cuestionario permite obtener 4 indicadores respectivamente: cibervictimización, ciberagresión, ciberobservación y cibervictimización-agresiva y ha demostrado unas buenas propiedades psicométricas en la sección de Cyberbullying: Fiabilidad total ($\alpha = 0.91$), cibervictimización ($\alpha = 0.82$), ciberagresión ($\alpha = 0.91$) y ciberobservación ($\alpha = 0.87$) (Garaigordobil, 2013). En nuestro estudio se encontró una consistencia interna de cibervictimización ($\alpha = 0.90$).

Los estados de ánimo fueron medidos mediante el MOOD Questionnaire (Rieffe et al., 2004), concretamente con la versión española del cuestionario adaptada por Górriz, Prado, Badenes, López y Barrón en 2013, que evalúa la frecuencia de cuatro estados de ánimo (Miedo, Tristeza, Felicidad y Enfado) en las últimas cuatro semanas. La escala está diseñada para edades comprendidas entre 8 y 16 años. La consistencia interna para los factores se ha mostrado aceptable (α entre 0.69 y 0.78). En el presente estudio se obtuvo una consistencia interna de miedo ($\alpha = 0.66$), felicidad ($\alpha = 0.8$), enfado ($\alpha = 0.75$) y tristeza ($\alpha = 0.74$).

2.3. Procedimiento de recogida de datos

La participación de los estudiantes fue voluntaria y previamente se solicitó el consentimiento informado y compromiso de conformidad de los padres/tutores legales. Los datos se recabaron en el centro escolar. Se dieron instrucciones verbales y escritas describiendo el procedimiento a los estudiantes y asegurando la confidencialidad de los datos.

3. Análisis y resultados

Previamente al proceso de análisis de los resultados se evaluaron las propiedades psicométricas del instrumento de medida, mediante un análisis factorial confirmatorio (CFA) vía EQS 6.1. Se obtuvieron índices de ajuste adecuados ($\chi^2 [gl = 116] = 506.329$, $p < 0.001$), el Índice de Ajuste Comparativo para este modelo está dentro de los parámetros aceptados ($CFI = 0.913$) al igual que el error cuadrático medio de aproximación ($RMSEA = 0.060$). Todos los ítems de cada factor obtuvieron una carga factorial significativa superior a 0.60 tal y como se recomienda en la literatura académica (Bagozzi y Baumgartner, 1994; Bagozzi y Yi, 1988).

En cuanto al modelo propuesto, los análisis estadísticos incluyeron un modelo de ecuaciones estructurales (SEM) para probar los efectos entre los constructos, estimado mediante EQS 6.1. La plausibilidad de cualquier modelo CFA y SEM se evalúa usando varios criterios de ajuste. Dado que el tamaño de la muestra influye

en gran medida en la decisión de aceptar o rechazar un modelo basado en criterios estadísticos, se utilizaron diferentes criterios de ajuste para evaluar el modelo estructural. Más concretamente, se utilizaron los siguientes criterios: (a) el estadístico chi-cuadrado; b) un índice de ajuste comparativo (CFI) superior a 0.90 (e idealmente superior a 0.95); (c) un error de aproximación medio cuadrático (RMSEA) de 0.08 o menos; d) el IFI y la IMF como medidas de la proporción de varianza o covarianza explicadas por el modelo, con valores por encima de 0.90 indicando ajuste adecuado.

Previamente a explicar los resultados obtenidos en el modelo estructural, la relación entre los componentes del modelo figura en la Tabla 1, donde se pueden comprobar las correlaciones obtenidas entre las dimensiones atención, claridad y reparación emocional, los distintos estados de ánimo y la cibervictimización entre iguales. Los valores de la diagonal son coeficientes alfa.

Tabla 1. Correlaciones entre los componentes del modelo y los alfas

	Cibervictimización	Atención	Claridad	Reparación	Miedo	Felicidad	Enfado	Tristeza
Cibervictimización	.905							
Atención	.091(*)	.860						
Claridad	.046	.129(**)	.851					
Reparación	-.025	.348(**)	.348(**)	.818				
Miedo	.035	.140(**)	-.017	-.065	.664			
Felicidad	.005	-.055	.135(**)	.165(**)	-.260(**)	.803		
Enfado	.021	.126(**)	.062	-.079(*)	.361(**)	-.233(**)	.750	
Tristeza	.045	.143(**)	-.118(**)	-.168(**)	.422(**)	-.499(**)	.346(**)	.747

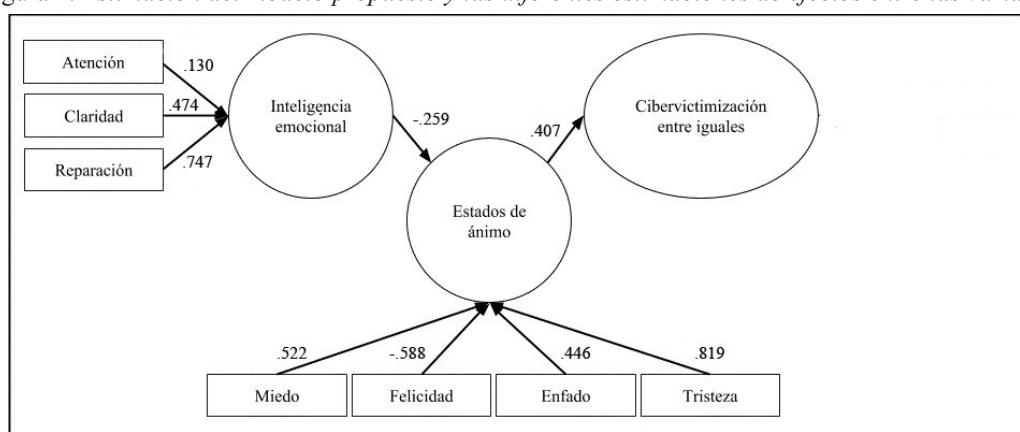
Nota: * correlación es significativa a nivel .05. ** Correlación es significativa a nivel .01.

Los resultados permiten observar que la cibervictimización entre iguales sólo correlaciona con atención, mientras que la atención está relacionada con todas las dimensiones excepto con la felicidad. El miedo y el enfado no están relacionados con la claridad y la reparación, y el miedo no está relacionado con la reparación. La felicidad correlaciona significativamente y de forma positiva con las dimensiones de claridad y reparación emocional mientras que correlaciona de forma negativa con el miedo.

Con respecto al modelo de ecuaciones estructurales, inicialmente examinamos los modelos de medición propuestos para determinar si las variables observadas miden efectivamente sus respectivas construcciones latentes. Estos resultados muestran que las variables observadas contribuyen significativamente a la extensión de sus construcciones latentes respectivas con valores para $t > |2.57|$. A continuación, se utilizó un modelo de ecuaciones estructurales para evaluar hasta qué punto la inteligencia emocional y el estado de ánimo predicen la cibervictimización entre iguales; produciendo índices de bondad de ajuste satisfactorios, Satorra-Bentler χ^2 (117) = 167.86 $p < .001$; $\chi^2/df = 1.43$; CFI = .918; IFI = .920; MFI = .968; RMSEA = .024 (90% CI = .0015 a .031).

Las estimaciones de todos los efectos presentes en el modelo se presentan en la Figura 1, que muestra que tres dimensiones predicen un único factor de inteligencia emocional, que a su vez predice significativa y negativamente los estados de ánimo (por tanto, H1: aceptada). Según la segunda hipótesis (H2), los estados de ánimo predicen positivamente la cibervictimización entre iguales (H2: aceptada); esto es, cuanto más altos sean los estados de ánimo negativos, mayor será la puntuación de cibervictimización entre pares.

Figura 1. Estimación del modelo propuesto y las diferentes estimaciones de efectos entre las variables



Los resultados obtenidos sugieren la relación entre los tres constructos analizados puesto que la inteligencia emocional afecta a los estados de ánimo y el efecto de éste a la cibervictimización entre iguales. Es importante mencionar que la escala utilizada para medir los estados de ánimo mide fundamentalmente estados de ánimo negativos (tristeza, miedo y enfado) siendo la felicidad el único estado de ánimo positivo, por lo que eran previsibles unos resultados de relación negativa entre inteligencia emocional y estados de ánimo. Esto es, cuanto mayor es la puntuación en inteligencia emocional más baja es la puntuación en los estados de ánimo negativos.

En cuanto a la relación entre las dimensiones de inteligencia emocional y los estados de ánimo, los resultados indican que la atención se relaciona de forma positiva y significativa con todas las dimensiones de estado de ánimo excepto con la felicidad, con la que no se observa una relación significativa y las dimensiones claridad y reparación, se relacionan de forma significativa y negativa con la tristeza y de forma significativa y positiva con la felicidad. Con respecto a la relación entre los estados de ánimo y la cibervictimización entre iguales los resultados también sugieren el valor predictivo de la variable, esto es, cuanto más altos sean los valores de un estado de ánimo negativo, mayor será la puntuación de cibervictimización entre iguales. Es importante señalar que los resultados indican que la inteligencia emocional es definida por las tres dimensiones (atención, claridad y reparación) siendo la atención la dimensión que menos peso factorial presenta en el constructo, y la reparación la que más peso tiene, seguida de la claridad.

Con respecto a los estados de ánimo, los resultados sugieren que este constructo está formado por las cuatro dimensiones (miedo, tristeza, enfado y felicidad), tal y como presenta la estructura confirmatoria propuesta por Górriz et al. (2013). La dimensión que más peso tiene dentro del modelo final es la tristeza, seguida de miedo y enfado, mostrando una dirección positiva dentro del constructo. Por su parte la felicidad, tiene una carga negativa dentro de los estados de ánimo. Estas cargas, inducen a pensar que el constructo origina estados de ánimo negativos y no positivos, dada las cargas factoriales de cada una de las dimensiones.

4. Discusión

El objetivo principal de esta investigación era explorar las relaciones existentes entre la inteligencia emocional, los estados de ánimo y la cibervictimización entre iguales en una muestra de estudiantes de secundaria. Los resultados sugieren la relación entre los tres constructos analizados puesto que la inteligencia emocional afecta a los estados de ánimo y éstos, a su vez, a la cibervictimización entre iguales. Estos resultados confirman estudios previos que han detectado la relación de la inteligencia emocional con los estados de ánimo (Acosta y Clavero, 2019; Extremera et al., 2012; Gohm, 2003; Hovanitz et al., 2011) y con otros estudios que han identificado que las personas con altos niveles de inteligencia emocional presentan menos estados emocionales negativos (Fernández-Berrocal y Extremera, 2007) y más estados emocionales positivos como la felicidad (Acosta y Clavero, 2019; Guerra-Bustamante et al., 2019).

Teniendo en consideración la relación entre las distintas dimensiones de la inteligencia emocional y los estados de ánimo, los resultados respaldan estudios previos que han identificado cómo la tendencia a atender a las emociones se relacionaba de forma positiva y significativa con mayores niveles de tristeza, depresión y expresión de ira (Elipe et al., 2015; Salguero e Iruarrizaga, 2006), y aunque es adecuado un cierto nivel de atención para enfrentarse a los problemas, un exceso puede ocasionar problemas de adaptación en el individuo (Prado et al., 2018). Por lo que respecta a las dimensiones claridad y reparación, se vinculan de forma significativa y negativa con la tristeza y de forma significativa y positiva con la felicidad, siendo estas dos dimensiones especialmente importantes en la recuperación de los estados de ánimo (Extremera y Fernández-Berrocal 2005). Estos resultados coinciden con investigaciones anteriores que muestran relaciones entre las dimensiones claridad y reparación emocional y la felicidad (Guerra-Bustamante et al., 2019).

Además, la dimensión reparación, considerada como una de las dimensiones más importantes y con mayor capacidad predictiva (Brackett et al., 2006) también se relaciona de forma negativa con la dimensión enfado, lo que sugiere que los alumnos con peores habilidades para interrumpir sus estados emocionales negativos pueden presentar carencias en sus estrategias de afrontamiento ante situaciones estresantes como la cibervictimización, perpetuando dicho estado emocional y repercutiendo en un peor ajuste mental (Fernández-Berrocal y Extremera, 2003). Los resultados obtenidos están en la línea de estudios previos en los que las cibervíctimas mostraban una menor claridad y reparación emocional (Guerra et al., 2021) y una elevada atención emocional en comparación con los no victimizados (Beltrán-Catalán et al., 2018, Cañas et al., 2019).

En cuanto a la relación entre los estados de ánimo y la cibervictimización entre iguales los resultados también sugieren el valor predictivo de la variable, estando en línea con otros estudios previos que han encontrado asociaciones entre las emociones negativas tales como tristeza, vergüenza, culpa, soledad, ansiedad y la victimización en situaciones de acoso (Fahy et al., 2016; Moore et al., 2017; Ortega et al., 2009, 2012; Sahin, 2012; Sontag et al., 2011). Esta influencia negativa sugiere que en los casos de cibervictimización, caracterizados por estados de ánimo negativos, intensos y duraderos, los sentimientos de la víctima dan lugar a una situación de desamparo emocional en la que los estados de ánimo negativos se relacionan con altos niveles de estrés percibido y con un estilo de afrontamiento pasivo centrado en la emoción (Jiménez et al., 2012).

Una de las principales implicaciones de este resultado es plantear el desarrollo de programas de intervención/prevención que promuevan entre los estudiantes estrategias que les permitan alcanzar estados de ánimo positivos que les ayuden a sobrellevar situaciones difíciles como el ciberacoso y les capacite para lidiar mejor con este tipo de situaciones estresantes ya que las personas con estados de ánimo más positivos optan por estrategias de afrontamiento más optimistas y con mayor grado de confianza (Durmus y Tezer, 2001). La inteligencia emocional parece actuar como un factor que contribuye a la gestión efectiva de las emociones (Fernández-Berrocal y Extremera, 2006), relacionándose con menos estados emocionales negativos (Elipe et al., 2015; Extremera y Fernández Berrocal, 2005) y más estados emocionales positivos, obteniendo una mayor sensación de bienestar (Zeidner et al., 2012).

En este sentido, la inteligencia emocional aparece como un factor protector de la salud mental que se relaciona con un mayor ajuste psicosocial y mayor capacidad de adaptación (Méndez-Giménez et al., 2020), menos estados emocionales negativos (Fernández-Berrocal y Extremera, 2007; Zeidner et al., 2012) y una reducción de la vulnerabilidad hacia la depresión y los estados emocionales negativos (Elipe et al., 2015; Gómez-Baya et al., 2017; Martínez et al., 2010). Esto es especialmente importante a la hora de confeccionar políticas educativas y programas de prevención del ciberacoso, ya que la inclusión de la inteligencia emocional en los programas escolares, puede beneficiar a los estudiantes, al fomentar una adecuada gestión/ regulación de sus estados de ánimo y actuar así como factor amortiguador de sus efectos negativos (Extremera et al., 2018).

5. Conclusiones

El análisis de la relación entre la inteligencia emocional, los estados de ánimo y la cibervictimización entre iguales y la aceptación de las hipótesis planteadas corroboran estudios previos que indican que la inteligencia emocional puede afectar los estados de ánimo de los adolescentes y que el estado de ánimo influye en la cibervictimización entre iguales.

Los resultados sugieren que la inteligencia emocional tiene un efecto negativo y significativo sobre los estados de ánimo negativos que, a su vez, influyen en la cibervictimización entre iguales. Esto contribuye a profundizar más en el conocimiento de estos factores, a su relación entre ellos y anima a plantear algunas recomendaciones para abordar sus efectos.

En este sentido, es necesario trabajar en el desarrollo y aplicación de programas e intervenciones preventivas y de promoción de la salud en el ámbito escolar y familiar (Martínez et al., 2010), que garanticen una coherencia, y una colaboración conjunta por parte de todos los agentes implicados, ya que cada vez más se resalta la importancia de incluir a la familia y a la escuela en los programas de prevención (Ortega et al., 2016; Palermi et al., 2017). Implantar programas de prevención que incluyan objetivos destinados a fomentar la inteligencia emocional puede suponer un avance en la gestión efectiva del ciberacoso (Guerra et al., 2021), al dar la posibilidad a los estudiantes de tener mayor conocimiento emocional y mayor regulación de sus emociones que reduzca los comportamientos agresivos y mejore su capacidad de adaptación individual y social (Saadi et al., 2012).

Una de las principales limitaciones de este estudio es la muestra de conveniencia utilizada que no permite generalizar los resultados obtenidos a la totalidad de la población objeto de estudio. Futuras investigaciones deberían utilizar muestras representativas de la población con el objetivo de confirmar y generalizar estos resultados. Por otra parte, la literatura académica está identificando casos de ciberacoso en edades inferiores a la analizada en este estudio y por tanto, se debería probar el modelo en edades inferiores a la contemplada.

Otra de las limitaciones se encuentra en el uso de medidas de autoinforme. Aunque para algunos autores la autopercepción expresada por parte de los sujetos representa una manera efectiva de averiguar los propios aspectos emocionales (Fernández-Berrocal y Extremera-Pacheco., 2005), y pueden ser instrumentos fiables y válidos (Buelga et al., 2015), hay que considerar el sesgo introducido por este tipo de medidas, como la deseabilidad social, que conlleva una dificultad de control por la eventual falta de sinceridad de los sujetos (Apaolaza et al., 2013). Futuras investigaciones deberían disponer de otras medidas complementarias para superar las limitaciones de las medidas de autoinforme empleadas en esta investigación.

6. Referencias bibliográficas

- Aboujaoude, E., Savage, M. W., Starcevic, V., y Salame, W. O. (2015). Cyberbullying: Review of an old problem gone viral. *Journal of adolescent health*, 57(1), 10-18. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.04.011>
- Acosta, F. P., y Clavero F. H. (2019). Relationship between happiness, emotional intelligence and sociodemographic factors in secondary education. *Anuario de Psicología/The UB Journal of Psychology*, 48(1): 34-42.
- Alonso, C., y Romero, E. (2020). Estudio longitudinal de predictores y consecuencias del ciberacoso en adolescentes españoles. *Behavioral Psychology*, 28(1), 73-93.

- Apaolaza, V., Hartmann, P., Medina, E., Barrutia, J. M., y Echebarria, C. (2013). The relationship between socializing on the Spanish online networking site Tuenti and teenagers' subjective wellbeing: The roles of self-esteem and loneliness. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1282-1289. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.01.002>
- Bagozzi, R. P. y Baumgartner, H. (1994). The Evaluation of Structural Equation Models and Hypothesis Testing. En R.P. Bagozzi, (Ed.), *Principles of Marketing Research* (pp. 386-422). Cambridge, MA: Blackwell Publishers.
- Bagozzi, R. P. y Yi, Y. (1988). On the evaluation of structural equation models. *Journal of the Academy of Marketing Science* 16(1), 74-94. <https://doi.org/10.1007/BF02723327>
- Bai, Q., Huang, F., Hsueh, F. y Zhang, T (2021). Cyberbullying victimization and suicide ideation: A crumbled belief in a just world. *Computers in Human Behavior*, 120. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106679>
- Balluerka, N., Aritzeta, A., Gorostiaga, A., Gartzia, L., y Soroa, G. (2013). Emotional intelligence and depressed mood in adolescence: A multilevel approach. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13(2), 110-117. [https://doi.org/10.1016/S1697-2600\(13\)70014-0](https://doi.org/10.1016/S1697-2600(13)70014-0)
- Baroncelli, A., y Ciucci, E. (2014). Unique effects of different components of traitemotional intelligence in traditional bullying and cyberbullying. *Journal of Adolescence*, 37(6), 807-815. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.05.009>
- Barra, E. (2003). Influencia del estado emocional en la salud física. *Terapia Psicológica*, 21(1), 55-60.
- Barra, E., Cerna, R., Kramm, D., y Véliz, V. (2006). Problemas de salud, estrés, afrontamiento, depresión y apoyo social en adolescentes. *Terapia Psicológica*, 24(1), 55-61.
- Beltrán-Catalán, M., Zych, I., Ortega-Ruiz, R., y Llorente, V. J. (2018). Victimization through bullying and cyberbullying: Emotional intelligence, severity of victimisation and technology use in different types of victims. *Psicothema*, 30(2), 183-188. <https://doi.org/10.7334/psicothema2017.313>
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., Shiffman, S., Lerner, N., y Salovey, P. (2006). Relating emotional abilities to social functioning: A comparison of self-report and performance measures of emotional intelligence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 780-795. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.4.780>
- Buelga, S., Iranzo, B., Cava, M. J., y Torralba, E. (2015). Psychological profile of adolescent cyberbullying aggressors. *Revista de Psicología Social*, 30(2), 382-406. <http://dx.doi.org/10.1080/21711976.2015.1016754>
- Cabras, C., Mondo, M., Diana, A. y Sechi, C. (2020). Relationships between Trait Emotional Intelligence, mood states, and future orientation among female Italian victims of Intimate Partner Violence. *Heliyon*, 6(11). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e05538>
- Calmaestra, J., Escorial, A., García, P., del Moral, C., Perazzo, C., y Ubrich, T. (2016). *Yo a eso no juego. Bullying y Cyberbullying en la Infancia*. Madrid: Fundación Save the Children.
- Cañas, E., Estévez, E., Marzo, J., y Piqueras, J. A. (2019). Ajuste psicológico en cibervíctimas y ciberagresores en educación secundaria. *Anales de Psicología*, 35(3), 434-443. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.35.3.323151>
- Chen, L., Ho, S. S., y Lwin, M. O. (2017). A meta-analysis of factors predicting cyberbullying perpetration and victimization: from the social cognitive and media effects approach. *New Media & Society*, 19(8), 1194-1213. <https://doi.org/10.1177/1461444816634037>
- Davison, C. B., y Stein, C. H. (2014). The Dangers of Cyberbullying. *North American Journal Of Psychology*, 16(3), 595-606.
- De Pasquale, C., Martinelli, V., Sciacca, F., Mazzone, M., Chiappedi, M., Dinaro, C., y Hichy, Z. (2021). The role of mood states in cyberbullying and cybervictimization behaviors in adolescents. *Psychiatry Research*, 300, <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.113908>.
- Del Rey, R., Casas, J. A., y Ortega, R. (2012). El programa ConRed, una práctica basada en la evidencia. *Comunicar*, 20(39), 129-138. <https://doi.org/10.3916/C39-2012-03-03>
- Delhom, I., Satorres, E., y Meléndez, J. (2022). Emotional intelligence intervention in older adults to improve adaptation and reduce negative mood. *International Psychogeriatrics*, 34(1), 79-89. <https://doi.org/10.1017/S1041610220003579>
- Díaz-Geada, A., Espelt, A., Bosque-Prous, M., Obradors-Rial, N., Teixidó-Compañó, E., y Isorna, F. C. (2020). Association between negative mood states, psychoactive substances consumption and bullying in school-aged adolescents. *Adicciones*, 32(2), 128-136.
- Domínguez-García, E., y Fernández-Berrocal, P. (2018). The association between emotional intelligence and suicidal behavior: a systematic review. *Frontiers in Psychology*, 9, 2380. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02380>
- Durmus, Y., y Tezer, E. (2001). The relationship between sense of humor and coping strategies. *Turk Psikoloji Dergisi*, 16(47), 25-34.
- Elipe, P., Mora, J. A., Ortega, R., y Casas, J. A. (2015). Perceived emotional intelligence as a moderator variable between cybervictimization and its emotional impact. *Frontiers in Psychology*, 6, 486. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00486>
- Elipe, P., Ortega, R., Del Rey, R. y Mora-Merchán, J. A. (16-18 de Septiembre de 2009). *Inteligencia emocional percibida en alumnos de secundaria implicados en bullying* [Comunicación]. II Congreso Internacional de Inteligencia Emocional, Santander, España.
- Estévez, E., Jiménez, T., y Segura, L. (2019). Emotional intelligence and empathy in aggressors and victims of school violence. *Journal of Educational Psychology*, 111(3), 488–496. <https://doi.org/10.1037/edu0000292>
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2005). Perceived emotional intelligence and life satisfaction: Predictive and incremental validity using the trait meta-mood scale. *Personality and Individual Differences*, 39(5), 937-948. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.03.012>

- Extremera, N., González, V., Rueda, P., y Fernández-Berrocal, P. (2012). Me siento triste ¿Y ahora qué hago? análisis de las estrategias de regulación que utilizan las personas emocionalmente inteligentes. *Psicología Conductual*, 20(1), 197-209.
- Extremera Pacheco, N., Fernández-Berrocal, P., Mestre, J. M., y Guil, R. (2004). Medidas de evaluación de la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36(2), 209-228.
- Extremera, N., Quintana-Orts, C., Mérida-López, S., y Rey, L. (2018). Cyberbullying victimization, self-esteem and suicidal ideation in adolescence: Does emotional intelligence play a buffering role? *Frontiers in Psychology*, 9, 367. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00367>
- Eyuboglu, M., Eyuboglu, D., Pala, S. C., Oktar, D., Demirtas, Z., Arslantas, D., y Unsal, A. (2021). Traditional school bullying and cyberbullying: Prevalence, the effect on mental health problems and selfharm behavior. *Psychiatry Research*, 297, 113730. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.113730>
- Fahy, A. E., Stansfeld, S. A., Smuk, M., Smith, N. R., Cummins, S., y Clark, C. (2016). Longitudinal associations between cyberbullying involvement and adolescent mental health. *Journal of Adolescent Health*, 59(5), 502-509. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.06.006>
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (2003). ¿En qué piensan las mujeres para tener un peor ajuste emocional? *Encuentros en Psicología Social*, 1(5), 255-259.
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera-Pacheco, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer & Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3) 63-94.
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (2006). Emotional intelligence and emotional reactivity and recovery in laboratory context. *Psicothema*, 18, 72-78.
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (2007). Inteligencia Emocional y salud. En J. M. Mestre, y P. Fernández-Berrocal (Eds.), *Manual de Inteligencia Emocional* (pp. 173-187). Pirámide.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the trait meta-mood scale. *Psychological Reports*, 94(3), 751-755. <https://doi.org/10.2466/pr.94.3.751-755>
- Forgas, J. P., y Cromer, M. (2004). On being sad and evasive: Affective influences on verbal communication strategies in conflict situations. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40(4), 511-518. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2003.06.005>
- Fuller-Tyszkiewicz, M., Karvounis, T., Pemberton, R., Hartley-Clark, L., y Richardson, B. (2017). Determinants of depressive mood states in everyday life: An experience sampling study. *Motivation and Emotion*, 41, 510–521. <https://doi.org/10.1007/s11031-017-9620-z>
- Garaigordobil, M. (2013). *Cyberbullying. Screening de acoso entre iguales. Screening del acoso escolar presencial (bullying) y tecnológico (cyberbullying)*. Madrid: TEA.
- Garaigordobil, M. (2018). Cibervictimización durante la adolescencia reflexiones sobre un fenómeno en crecimiento y estrategias de intervención. *Revista de Estudios de Juventud*, 121, 61-76.
- Garaigordobil, M. (2019). Prevención del cyberbullying: variables personales y familiares predictoras de ciberagresión. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 6(3), 2019–2028. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2019.06.2.1>
- García, L., Quintana-Orts, C., y Rey, L. (2020). Cibervictimización y satisfacción vital en adolescentes: la inteligencia emocional como variable mediadora. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7 (1), 38-45. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2020.07.1.5>
- Gohm, C. L. (2003). Mood regulation and emotional intelligence: Individual differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 594-607. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.594>
- Gohm, C. L., y Clore, G. L. (2002). Four latent traits of emotional experience and their involvement in well-being, coping, and attributional style. *Cognition & Emotion*, 16(4), 495-518. <https://doi.org/10.1080/02699930143000374>
- Gómez-Baya, D., Mendoza, R., Paino, S., y De Matos, M. G. (2017). Perceived emotional intelligence as a predictor of depressive symptoms during mid-adolescence: A two-year longitudinal study on gender differences. *Personality and individual differences*, 104, 303-312. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.08.022>
- Górriz, A. B., Prado, V. J., Badenes, L. V., López, A. O., y Barrón, R. G. (2013). The MOOD questionnaire: Adaptation and validation of the spanish version. *Psicothema*, 25(2), 252-257. <https://doi.org/10.7334/psicothema2012.201>
- Guerra-Bustamante, J., León-del-Barco, B., Yuste-Tosina, R., López-Ramos, V. M., y Mendo-Lázaro, S. (2019). Emotional Intelligence and Psychological Well-Being in Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(10), 1720. <https://doi.org/10.3390/ijerph16101720>
- Guerra, J., Yuste, R., Lopez, V., y Mendo, S. (2021). The Modelling Effect of Emotional Competence on Cyberbullying Profiles. *Annals of Psychology*, 37(2), 202-209. <https://doi.org/10.6018/analesps.338071>
- Halpern, D., Piña; M., y Vásquez, J. (2017). Loneliness, personal and social well-being: towards a conceptualization of the effects of cyberbullying / Soledad, bienestar social e individual: hacia una conceptualización de los efectos del cyberbullying. *Cultura y Educación*, 29(4), 703-727. <https://doi.org/10.1080/11356405.2017.1370818>
- Hovanitz, C. A., Hursh, A. N., y Hudepohl, A. D. (2011). Dimensions of affect modulated by perceived mood regulation ability. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 36(2), 113-119. <https://doi.org/10.1007/s10484-011-9154-1>
- Iranzo, B., Buelga, S., Cava, M. J., y Ortega-Barón, J. (2019). Cyberbullying, psychosocial adjustment, and suicidal ideation in adolescence. *Psychosocial Intervention*, 28(2), 75-81. <https://doi.org/10.5093/pi2019a5>

- Jiménez, M. G., Martínez, M. P., y Miró, E. (2012). Relación entre estrés percibido y estado de ánimo negativo: Diferencias según el estilo de afrontamiento. *Anales De Psicología*, 28(1), 28-36.
- Kowalski, R. M., Limber, S. y Agatston, P. (2010). *Ciber Bullying: El acoso escolar en la era digital*. Desclée de Brower.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., y Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073-1137. <http://dx.doi.org/10.1037/a0035618>
- Martínez, A. E., Piqueras, J. A., y Ramos, V. (2010). Inteligencia emocional en la salud física y mental. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 8(21), 861-890.
- Mayer, J. D., y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey, & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational applications* (pp. 3-31). Basic Books.
- Méndez-Giménez, A., Cecchini, J. A., y García-Romero, C. (2020). Profiles of emotional intelligence and their relationship with motivational and well-being factors in physical education. *Psicología Educativa*, 26, 27-36. <https://doi.org/10.5093/psed2019a19>
- Moore, S. E., Norman, R. E., Suetani, S., Thomas, H. J., Sly, P. D., y Scott, J. G. (2017). Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. *World Journal of Psychiatry*, 7(1), 60-76. <https://doi.org/10.5498/2Fwjp.v7.i1.60>
- Ortega-Ruiz, R., Del Rey, R., y Casas, J. A. (2012). Knowing, building and living together on internet and social networks: The ConRed cyberbullying prevention program. *International Journal of Conflict and Violence*, 6(2), 302-312. <https://doi.org/10.4119/UNIBI/ijcv.250>
- Ortega, R., Elipe, P., Mora, J. A., Calmaestra, J., y Vega, E. (2009). The emotional impact on victims of traditional bullying and cyberbullying: A study of Spanish adolescents. *Journal of Psychology*, 217(4), 197-204. <https://doi.org/10.1027/0044-3409.217.4.197>
- Ortega, R., Elipe, P., Mora-Merchán, J. A. y Del Rey, R. (16-18 de Septiembre de 2009). *Inteligencia emocional percibida y cyberbullying en estudiantes de secundaria*. [Comunicación]. II Congreso Internacional de Inteligencia Emocional, Santander, España.
- Ortega, R., Elipe, P., Mora-Merchán, J. A., Genta, M. L., Brighi, A., Guarini, A., Smith, P. K., Thompson, F. y Trippett, N. (2012). The emotional impact of bullying and cyberbullying on victims: a European cross-national study. *Aggressive Behavior*, 38(5), 342-356. <https://doi.org/10.1002/ab.21440>
- Ortega, J. O., Vázquez, S. B., y Cava, M. J. (2016). The Influence of School and Family Environment on Adolescent Victims of Cyberbullying. *Comunicar*, 24, 57-65. <https://doi.org/10.3916/C46-2016-06>
- Palermi, A. L., Servidio, R., Bartolo, M. G., y Costabile, A. (2017). Cyberbullying and self-esteem: an Italian study. *Computers in Human Behavior* 69, 136-141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.12.026>
- Palmer, B., Donaldson, C., y Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1091-1100. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00215-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00215-X)
- Polo del Río, M., Mendo, S., León, B. y Castaño, F. (2017). Abuso del Móvil en Estudiantes Universitarios y Perfiles de victimización y agresión. *Adicciones*, 29(4), 245-255. <https://doi.org/10.20882/adicciones.837>
- Prado, V., Villanueva, L., y Górriz, A. (2018). Trait emotional intelligence and subjective well-being in adolescents: The moderating role of feelings. *Psicothema*, 30(3), 310-315. <https://doi.org/10.7334/psicothema2017.232>
- Prendes, M. P., y Cerdán, F. (2021). Tecnologías avanzadas para afrontar el reto de la innovación educativa. RIED. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 24(1), 35-53. <https://doi.org/10.5944/ried.24.1.28415>
- Quintana-Orts, C., Rey, L., Mérida-López, S., y Extremera, N. (2019). What bridges the gap between emotional intelligence and suicide risk in victims of bullying? A moderated mediation study. *Journal of Affective Disorders*, 245, 798-805. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.11.030>
- Reigal, R. E.; Páez-Maldonado, J. A.; Pastrana-Brincones, J. L.; Morillo-Baro, J. P.; Hernández-Mendo, A. y Morales-Sánchez, V. (2021). Physical Activity Is Related to Mood States, Anxiety State and Self-Rated Health in COVID-19 Lockdown. *Sustainability*, 13(10), 5444. <https://doi.org/10.3390/su13105444>
- Reynoso-Sánchez, L. F., Pérez-Verduzco, G., Celestino-Sánchez, M. Á., López-Walle, J. M., Zamarripa, J., Rangel-Colmenero, B. R., Muñoz-Helú, H., y Hernández-Cruz, G. (2021). Competitive Recovery-Stress and Mood States in Mexican Youth Athletes. *Frontiers in psychology*, 11, 627828. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.627828>
- Rieffe, C., Terwogt, M. M., y Bosch, J. D. (2004). Emotion understanding in children with frequent somatic complaints. *European Journal of Developmental Psychology*, 1(1), 31-47. <https://doi.org/10.1080/17405620344000013>
- Saadi, Z. E., Zadeh Honarmand, M. M., Najarian, B., Ahadi, H. y Askari, P. (2012). Evaluation of the Effect of Emotional Intelligence Training on Reducing Aggression in Second Year High School Female Students. *Journal of American Science*, 8(5), 209-212.
- Şahin, M. (2012). The relationship between the cyberbullying/cybervictimization and loneliness among adolescents. *Children and Youth Services Review*, 34(4), 834-837. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2012.01.010>
- Salguero, J. M., e Iruarrizaga, I. (2006). Relaciones entre inteligencia emocional percibida y emocionalidad negativa: Ansiedad, ira y tristeza/depresión. *Ansiedad y Estrés*, 12(2-3), 207-221.
- Salovey, P. (2001). Applied emotional intelligence: Regulating emotions to become healthy, wealthy, and wise. En J. Ciarrochi, J. P. Forgas & J. D. Mayer (Eds.), *Emotional intelligence and everyday life*, (pp. 168-184). Psychology Press.

- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., y Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. En J.W. Pennebaker, (Ed.), *Emotion, Disclosure, and Health*, (pp. 125-154). American Psychological Association.
- Salovey, P., Rothman, A. J., Detweiler, J. B., y Steward, W. T. (2000). Emotional states and physical health. *American Psychologist*, 55(1), 110-121. <https://doi.org/10A037//0003-O66X.55.1.110>
- Scherer, K. R. (2005). What are emotions? and how can they be measured? *Social Science Information*, 44(4), 695-729. <https://doi.org/10.1177/0539018405058216>
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Simunek, M., McKenley, J., y Hollander, S. (2002). Characteristic emotional intelligence and emotional well-being. *Cognition & Emotion*, 16(6), 769-785. <https://doi.org/10.1080/02699930143000482>
- Selkie, E. M., Kota, R., Chan, Y. F., y Moreno, M. (2015). Cyberbullying, depression, and problem alcohol use in female college students: a multisite study. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 18(2), 79-86. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0371>
- Slonje, R., y Smith, P. K. (2008). Cyberbullying: Another main type of bullying? *Scandinavian Journal of Psychology*, 49(2), 147-154. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2007.00611.x>
- Sontag, L. M., Clemans, K. H., Graber, J. A., y Lyndon, S. T. (2011). Traditional and cyber aggressors and victims: A comparison of psychosocial characteristics. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(4), 392-404. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9575-9>
- Weinstein, S. M., y Mermelstein, R. J. (2013). Influences of mood variability, negative moods, and depression on adolescent cigarette smoking. *Psychology of Addictive Behaviors*, 27(4), 1068-1078. <https://doi.org/10.1037/a0031488>
- Zeidner, M., Matthews, G. y Roberts, R. (2012). The emotional intelligence, health, and well-being nexus: What have we learned and what have we missed? *Applied Psychology: Health and Wellbeing* 4(1), 1-30. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2011.01062.x>