
Evaluación de la Habilidad para Reconocer Emociones en una muestra de Estudiantes de Psicología en Chile

Emotion Recognition Ability among Psychology Students in Chile

Avaliação da habilidade de reconhecer emoções em uma amostra de estudantes de Psicologia no Chile

RECIBIDO: 27 septiembre 2022

ACEPTADO: 14 enero 2023

**Juan Pablo Kalawski Luis Arias Francisca Baeza Wilson Mero
Nicolás Torres**

a. Universidad Autónoma de Chile.

Palabras Clave: Habilidad para reconocer emociones; estudiantes de psicología

Keywords: *emotion recognition ability; psychology students*

Palavras-chave: *habilidades para reconhecer emoções; estudantes de psicologia.*

RESUMEN

La habilidad de psicoterapeutas para reconocer emociones se asocia positivamente tanto al proceso como al resultado de la psicoterapia. Por tanto, sería deseable que los programas de estudio de psicología aumentasen esta habilidad. Se realizó un estudio correlacional para evaluar si el estudiar psicología se asocia a un aumento de la habilidad para reconocer emociones, medida con una versión en castellano del Emotional Intelligence Quiz. Este instrumento evalúa el reconocimiento de emociones en veinte fotografías que muestran expresiones faciales y corporales. La muestra consistió en 216 estudiantes de psicología (166 mujeres, 48 hombres y 5 de género no binario) de una universidad privada chilena. Se observó una amplia variación en el reconocimiento de diferentes emociones. Los puntajes fueron superiores en segundo y tercer año presentaron que en cuarto y quinto. Esto sugiere que el estudiar psicología no mejora la capacidad de reconocer emociones. Los niveles de reconocimiento emocional en esta muestra fueron menores a los reportados en otros países. Se plantean posibles interpretaciones y se sugieren intervenciones para mejorar la habilidad para reconocer emociones

Correspondencia: Juan Pablo Kalawski, Universidad Autónoma de Chile, Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades, AV. Alemania 01090. jpkalawski@hotmail.com. Teléfono: +56 45 2895091.



ABSTRACT

The ability of psychotherapists to recognize emotions is positively associated with both the process and outcome of psychotherapy. Therefore, it would be desirable for psychology curricula to increase this ability. A correlational study was conducted to assess whether studying psychology is associated with an increase in the ability to recognize emotions, measured with a Spanish version of the Emotional Intelligence Quiz. This instrument assesses emotion recognition in twenty photographs showing facial and body expressions. The sample consisted of 216 psychology students (163 women, 46 men and 5 of non-binary gender) from a private Chilean university. A wide variation in the recognition of different emotions was observed. Scores were higher in the second and third years than in the fourth and fifth years. This suggests that studying psychology does not improve the ability to recognize emotions. Emotion recognition levels in this sample were lower than those reported in other countries. Possible interpretations are raised and interventions to improve the ability to recognize emotions are suggested.

RESUMO

A habilidade de psicoterapeutas para reconhecer emoções se associa positivamente tanto ao processo quanto ao resultado da psicoterapia. Portanto, seria importante que os programas de estudo de Psicologia aumentassem essa habilidade. Foi realizado um estudo correlacionar para avaliar se o estudo de psicologia está associado a um aumento na habilidade para reconhecer emoções, medida com uma versão em espanhol castellano do Emotional Intelligence Quiz. Este instrumento avalia o reconhecimento das emoções em vinte fotografias que mostram expressões corporais e faciais. A amostra consistiu em 216 estudantes de psicologia (166 mulheres, 48 homens, e 5 pessoas de gênero não-binário) de uma universidade privada chilena. Observou-se uma ampla variação no reconhecimento de diferentes emoções. As pontuações apresentadas pelo no segundo e terceiro ano foram superiores ao quarto e o quinto. Isto sugere que estudar psicologia não melhora a capacidade de reconhecer emoções. Os níveis de reconhecimento emocional nesta amostra foram menores que os reportados em outros países. Elaboram-se possíveis interpretações e intervenções são sugeridas para melhorar a habilidade de reconhecer emoções.

La mayoría de las personas pueden inferir los estados emocionales de otras personas a través de sus expresiones no verbales (Cordaro et al., 2020; Ekman et al., 1969; Matsumoto et al., 2013). Sin embargo, también hay diferencias individuales importantes en la habilidad para reconocer emociones (HRE). La investigación indica que esas diferencias se correlacionan con la inteligencia (Schlegel et al., 2020). López et al. (2010) estudiaron el reconocimiento facial de emociones en participantes de entre 9 y 18 años. Reportaron que el reconocimiento del asco y el miedo mejoraba con la edad. Además, a medida que aumenta la edad, el reconocimiento emocional es más rápido. La HRE se asocia a efectividad interpersonal (Schlegel, 2021) y éxito profesional (Kranefeld y Blickle, 2021). Esta habilidad está ligada al bienestar emocional de quien ejerce la psicología, así como con la eficacia profesional.

Existen metodologías que pueden mejorar esta capacidad. Algunas de ellas se basan en el reconocimiento de microexpresiones, que “son expresiones que aparecen y desaparecen del rostro en una fracción de segundo” (Matsumoto et al., 2013, p. 124). El estudio de las microexpresiones se ha centrado en siete emociones que algunos investigadores (Ekman y Cordaro 2011; Matsumoto et al., 2013) consideran básicas: asco, desprecio, felicidad, miedo, rabia, sorpresa y tristeza. Este tipo de entrenamiento incluye instrucción sobre expresiones faciales de emociones básicas y práctica con retroalimentación. En dos estudios controlados aleatorizados, Matsumoto y Hwang (2011) hallaron una HRE significativamente mayor inmediatamente después del entrenamiento, así como 2-3 semanas después. Además, informaron de mejores puntuaciones en habilidades laborales sociales y comunicativas 2 semanas después del entrenamiento. Actualmente existen diferentes versiones en línea de este tipo de entrenamiento (Paul Ekman Group, s.f.; Humintell, s.f.).

Otra manera de desarrollar la capacidad de percibir emociones es el Método Alba (Bloch, 2008; Kalawski, 2020). En este método, basado en investigación psicofisiológica, se trabaja con las emociones a través de comportamientos respiratorios, posturales y faciales. De acuerdo con el Método Alba, las emociones básicas son alegría/risa, amor-ternura, erotismo, miedo, rabia y tristeza. Kalawski et al. (2022) evaluaron los efectos de una clase del Método Alba sobre la capacidad de reconocimiento de emociones. Las personas que participaron en talleres del Método Alba mostraron un mayor aumento en sus puntajes en comparación con los estudiantes en un curso no relacionado. Estos hallazgos sugieren que un enfoque de entrenamiento somático específico puede tener un impacto en la capacidad de reconocimiento de emociones.

Es razonable pensar que la HRE es especialmente importante para la práctica de la psicoterapia. Kaplowitz, Safran y Muran (2011) examinaron un constructo relacionado, la inteligencia emocional, entre psicoterapeutas en formación. Los autores reportaron que la inteligencia emocional se asociaba positivamente con varios procesos psicoterapéuticos, así como con los resultados de la psicoterapia. Esto fue reafirmado por Rieck y Callahan (2013), quienes también estudiaron psicoterapeutas en formación. Estos autores hallaron que la inteligencia emocional moderaba la relación entre el neuroticismo de psicoterapeutas y el resultado terapéutico. En particular (y contrario a lo que se podría esperar), el neuroticismo de las y los terapeutas se asociaba a mejores resultados, pero solo en psicoterapeutas con alta inteligencia emocional. Más recientemente, Abargil y Tishby (2021) estudiaron específicamente la HRE de terapeutas y concluyeron que esta se asociaba positivamente tanto al proceso como al resultado de la psicoterapia.

Considerando estos antecedentes, sería deseable que los programas de estudio de psicología aumentasen esta habilidad. Sin embargo, los currículos de psicología no suelen incluir entrenamiento intencional para mejorar la HRE. De todos modos, es posible que el estudiar psicología mejore la HRE incluso si esta no se enseña de manera explícita. Esto podría ocurrir, por ejemplo, gracias a la participación en juegos de rol.

No existen estudios que hayan evaluado si la HRE se desarrolla a medida que se estudia la carrera de psicología. En una investigación sobre estudiantes de pedagogía, Gallardo (2017) refiere que, a medida que estudiantes de pedagogía avanzan en su carrera, aumenta la atención que prestan a sus emociones. Esto podría relacionarse a su capacidad de reconocer emociones, aunque esto no se evaluó. El presente estudio evaluó si el estudiar psicología se asocia a un aumento de la HRE. Un objetivo adicional fue evaluar qué emociones se reconocen con mayor facilidad y comparar nuestros resultados con los obtenidos en otros países.

Método

Muestra y procedimiento

El presente estudio fue de tipo transversal. El criterio de inclusión para la muestra de esta investigación era que las personas se encontraran cursando cualquiera de los cinco años de duración de la carrera de psicología en una universidad privada chilena. Se registraron 214 respuestas en el periodo en que estuvo disponible el cuestionario, del 5 al 22 de mayo de 2021.

La muestra consistió en 163 mujeres, 46 hombres y 5 personas de género no binario. La tabla 1 indica la edad de quienes participaron. En cuanto al año de la carrera, 54 personas estaban en primero, 33 en segundo, 42 en tercero, 28 en cuarto y 57 en quinto.

Instrumento

Se usó una traducción al castellano del Emotional Intelligence Quiz (EIQ; 2020) administrado mediante la plataforma Microsoft Forms. El EIQ evalúa la HRE con veinte fotografías que muestran expresiones faciales y corporales. El cuestionario contiene una foto de cada una de las siguientes expresiones: amor, asco, coqueteo, compasión, cortesía, deseo, desprecio, diversión, felicidad, interés, miedo, orgullo, rabia, sorpresa y tristeza. Además, incluye una expresión de la emoción que en inglés se llama “shame” y dos expresiones diferentes de la emoción que en inglés se llama “embarrassment”. En este artículo identificamos estas expresiones como vergüenza 1, 2 y 3 respectivamente. El cuestionario también incluye dos expresiones diferentes de dolor. Cada foto va acompañada de cuatro palabras. La tarea es elegir la palabra que corresponde a la expresión. Solo una de las cuatro alternativas es correcta.

La validez del EIQ se estableció en los estudios de Cordaro et al. (2020) sobre el reconocimiento de emociones. Estos autores presentaron fotografías de expresiones emocionales a participantes de nueve culturas. Las expresiones fueron reconocidas a niveles muy superiores al azar. Una de las razones para elegir este instrumento es que nos permite comparar los resultados con aquellos obtenidos en varios países.

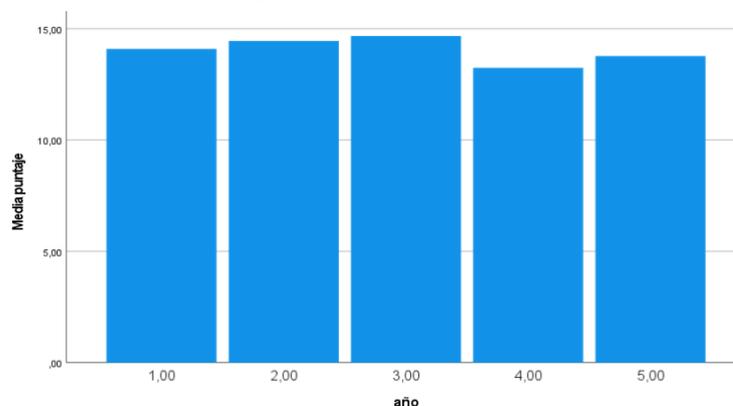
Resultados

El puntaje promedio para toda la muestra fue de 14,53 ($SD = 2,05$). Esto significa que, en promedio, las personas respondieron correctamente el 72,65 % de los ítems. Los puntajes fueron similares independiente del género. El promedio entre hombres fue 14,04 ($DE = 2,10$). Las mujeres obtuvieron un puntaje promedio de 14,06 ($DE = 1,90$). Las personas de género no binario obtuvieron un promedio de 14,40 puntos ($DE = 1,95$).

Por un error, solo las personas de 18 a 23 años pudieron ingresar su edad exacta. Las personas mayores solo tuvieron la opción de responder si estaban en el tramo de 24 a 29 años o si tenían 30 años o más. Por esta razón no se pudo realizar una correlación entre la edad y el puntaje en el cuestionario. Una ANOVA indicó que no hubo una relación significativa entre estas dos variables; $F(7, 206) = 1,72$; $p = 0,11$.

Ilustración 1

Puntaje por año de la Carrera



La ilustración 1 muestra los puntajes promedios en el cuestionario de acuerdo con el año de la carrera. Como se puede observar, los dos últimos años de la carrera presentan puntajes inferiores a los tres primeros. En primer año, el promedio fue 14,09 ($DE = 1,67$), en segundo, 14,45 ($DE = 2,08$), en

tercero, 14,67 ($DE = 1,90$), en cuarto, 13,24 ($DE = 2,32$) y en quinto, 13,77 ($DE = 1,75$). Una ANOVA indicó que hubo diferencias significativas entre los grupos, $F(4, 209) = 3,21$; $p = 0,01$. El resultado fue casi idéntico al agregar la edad como covariable. Comparaciones post hoc arrojaron diferencias significativas entre segundo y cuarto año ($p = 0,013$), entre tercero y cuarto año ($p = 0,002$) y entre tercero y quinto año ($p = 0,020$).

Ilustración 2
Porcentaje de aciertos por emoción



La Ilustración 2 presenta el porcentaje de estudiantes que respondieron correctamente de acuerdo con la emoción expresada, siendo el deseo la emoción más fácil de distinguir con un 99,53 %. La emoción más difícil de distinguir fue el amor con un 24%, siendo esta la única emoción reconocida con menos frecuencia que lo esperable por el azar.

Discusión

A nivel general, es posible comparar la habilidad para percibir emociones en nuestra muestra con lo reportado por Cordaro et al. (2020) entre estudiantes de pregrado de otros países. En la mayoría de los países, los niveles de reconocimiento fueron más altos que los obtenidos en el presente estudio (Estados Unidos: 79,2 %, Alemania: 78,2 %, Turquía: 77,3 %, Pakistán: 74,9 %, Polonia: 74,8 % y China: 74,2 %). De los países estudiados por Cordaro et al., solo tres presentaron niveles de reconocimiento inferiores a los observados en nuestra muestra (India: 63,6 %, Corea del Sur: 61,5% y Japón: 59,1 %). Es interesante notar que la expresión de amor no fue reconocida más allá de lo esperable por el azar. En el EIQ, la expresión de amor se presenta por medio de una foto de la cabeza de una persona. Sin embargo, el amor se reconoce fácilmente mediante expresiones vocales y táctiles (Cowen y Keltner, 2021).

Como indicamos en la introducción, tradicionalmente se ha planteado que la felicidad, el miedo, la rabia y la tristeza son emociones básicas. A veces a esta lista se agregan el asco, el desprecio, la sorpresa, el amor-ternura y el erotismo. Sin embargo, investigaciones más recientes sugieren que

existen muchas más expresiones emocionales distintas, y que ellas se reconocen en culturas muy diversas (Cordaro et al., 2020; Cowen y Keltner, 2021). Nuestros resultados son consistentes con esto. 19 de las 20 expresiones presentaron un nivel de reconocimiento muy superior al esperable por el azar. El hecho de que el nivel de reconocimiento no haya aumentado al estudiar psicología sugiere que el reconocimiento de estas 19 expresiones no fue aprendido de manera formal, sino que responde a su uso cotidiano. Nuestro estudio realizado en Chile se suma entonces a la literatura que sugiere que existen emociones universales, y que ellas son más que las tradicionalmente consideradas como emociones básicas.

La existencia de casi 20 emociones distintas tiene implicaciones para el trabajo psicológico. Es importante conocer los antecedentes, las expresiones y las funciones de emociones como la compasión, el interés, el orgullo y la vergüenza. Por ejemplo, Kalawski (en prensa) plantea la importancia de distinguir diferentes tipos de vergüenza en psicoterapia.

Hasta donde sabemos, el EIQ no se había traducido al español con anterioridad. Creemos que es una herramienta útil para medir el reconocimiento de emociones, justamente porque incluye emociones que tradicionalmente no han sido estudiadas. Futuros estudios podrían profundizar en sus propiedades psicométricas.

Como planteamos en la introducción, sería deseable que las carreras de psicología aumentasen la HRE. Sin embargo, en el presente estudio se observa que ella disminuye entre segundo quinto año. Hay diversas interpretaciones posibles. La más simple, y la más alarmante, sería que de alguna manera el estudiar psicología cause un deterioro en la HRE. Se podría especular que las personas intelectualizan excesivamente y pierden contacto con la capacidad intuitiva de reconocer emociones. Sin embargo, es más probable que los resultados obtenidos se relacionen a limitaciones metodológicas del presente estudio. En particular, las diferencias entre los grupos pueden deberse a las cohortes a las que pertenecen más que a un efecto del estudiar psicología. Para evaluar esta interpretación, sería necesario un estudio longitudinal. Idealmente, también debería compararse una cohorte que estudia psicología con una cohorte similar que no lo hace.

En nuestra búsqueda bibliográfica no encontramos ningún estudio previo acerca del desarrollo de la HRE a lo largo de la carrera de psicología. Sin embargo, esta habilidad es importante para el ejercicio de la profesión. Esperamos que no solo se hagan más investigaciones sobre el tema, sino que también se pongan en práctica intervenciones para mejorar esta habilidad. En la introducción describimos el entrenamiento en microexpresiones y el Método Alba. Las y los estudiantes de psicología podrían beneficiarse de un entrenamiento que combine estas metodologías.

Conclusiones

Una limitación de la presente investigación fue el tamaño de la muestra. A pesar de esto, hubo diferencias significativas indicando que la HRE fue menor en los dos últimos años de la carrera. Esto no necesariamente indica que estudiar en la carrera de psicología empeora la capacidad de reconocer emociones. Sin embargo, los resultados van en contra de lo que sería deseable, es decir, que el estudiar psicología mejore la HRE. Al parecer, un currículo de psicología tradicional sin entrenamiento explícito en HRE no mejora esta habilidad.

El presente estudio se realizó en una sola institución. En rigor, no es posible generalizar los resultados a todas las personas que estudian psicología en Chile. Sin embargo, no parece haber razones para pensar que estos serían distintos a menos que las carreras incorporen entrenamiento específico en reconocimiento de emociones como los mencionados anteriormente.

REFERENCIAS

- Abargil, M., & Tishby, O. (2021). How therapists' emotion recognition relates to therapy process and outcome. *Clinical Psychology & Psychotherapy*. <https://doi.org/10.1002/cpp.2680>
- Bloch, S. (2008). *Surfeando la ola emocional*. Uqbar.
- Cordaro, D., Sun, R., Kamble, S., Hodder, N., Monroy, M., Cowen, A., Bai, Y., y Keltner, D. (2020). The recognition of 18 facial-bodily expressions across nine cultures. *Emotion*, 20(7), 1292-1300. <https://doi.org/10.1037/emo0000576>
- Cowen, A. S., & Keltner, D. (2021). Semantic space theory: A computational approach to emotion. *Trends in Cognitive Sciences*, 25(2), 124-136. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2020.11.004>
- Ekman, P., & Cordaro, D. (2011). What is meant by calling emotions basic. *Emotion Review*, 3(4), 364-370. <https://doi.org/10.1177/1754073911410740>
- Ekman, P., Sorenson, E. R., y Friesen, W. V. (1969). Pan-cultural elements in the Facial Display of Emotions. *Science*, 164, 86-88.
- Emotional Intelligence Quiz. (2020). *Greater Good Magazine*. University of California, Berkeley. [fecha de Consulta 22 de Noviembre de 2020]. Disponible en: https://greatergood.berkeley.edu/quizzes/ei_quiz
- Gallardo, A. (2017). Percepción, comprensión y regulación emocional en estudiantes de pedagogía en educación básica de la Universidad de Playa Ancha, Chile. *Inclusiones*, 4, 28-40.
- Humintell (s.f.). *Reading People Products*. Recuperado el 10 de enero de 2023 de: <https://www.humintell.com/products-2/>
- Kalawski, J. P. (2020). The Alba Method and the science of emotions. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 54(4), 903-919. <https://doi.org/10.1007/s12124-020-09525-4>
- Kalawski, J. P. (en prensa). ¡Qué vergüenza! Hipocognición para *shame* y su relevancia en psicoterapia. *Interdisciplinaria*.
- Kalawski, J. P., Schilling, A. E., Loitz, N. B., Figueroa, C., Namuncura, Y., Ruiz, J., y Sabugo, C. (2022). *Increased emotion recognition ability after Alba Method training*. Manuscrito no publicado.
- Kaplowitz, M. J., Safran, J. D., & Muran, C. J. (2011). Impact of therapist emotional intelligence on psychotherapy. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 199(2), 74-84. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e3182083efb>
- Kranefeld, I., & Blickle, G. (2021). Emotion recognition ability and career success: Assessing the roles of GMA and conscientiousness. *Personality and Individual Differences*, 168, 110370. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110370>
- López, H., Zabaletta, V., Vivas, L., y López, M. (2020). Reconocimiento de expresiones faciales emocionales. Diferencias en el desarrollo. *Psicología: Teoría e Pesquisa*, 36, 1-11. DOI: <https://dx.doi.org/10.1590/0102.3772e3626>
- Matsumoto, D., & Hwang, H. S. (2011). Evidence for training the ability to read microexpressions of emotion. *Motivation and Emotion*, 35(2), 181-191. doi: 10.1007/s11031-011-9212-2
- Matsumoto, D., Sung, H., López, R., y Pérez, M. (2013). Lectura de la expresión facial de las emociones: investigación básica en la mejora del reconocimiento de emociones. *Ansiedad y Estrés*, 19(2-3), 121-129.
- Paul Ekman Group (s.f.). *Micro Expressions Training Tools*. Recuperado el 10 de enero de 2023 de: <https://www.paulekman.com/micro-expressions-training-tools/>
- Rieck, T., & Callahan, J. L. (2013). Emotional intelligence and psychotherapy outcomes in the training clinic. *Training and Education in Professional Psychology*, 7(1), 42. <https://doi.org/10.1037/a0031659>
- Schlegel, K. (2021). The effects of emotion recognition training on interpersonal effectiveness. *Basic and Applied Social Psychology*, 43(2), 141-153. <https://doi.org/10.1080/01973533.2021.1883021>