



VARONA

ISSN: 0864-196X

hildelisagp@ucpejv.rimed.cu

Universidad Pedagógica Enrique José

Varona

Cuba

Bello-Dávila, Zoe; Rionda-Sánchez, Haydée Damiana; Rodríguez-Pérez, María Emilia

La inteligencia emocional y su educación

VARONA, núm. 51, julio-diciembre, 2010, pp. 36-43

Universidad Pedagógica Enrique José Varona

La Habana, Cuba

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=360635569006>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica

Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal

Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

La inteligencia emocional y su educación

Dr C Zoe Bello-Dávila. Profesora Auxiliar. Universidad de La Habana. La Habana, Cuba. Correo electrónico: zoe@psico.uh.cu

Dr C Haydée Damiana Rionda-Sánchez. Profesora Titular. Profesora Consultante. Universidad de Ciencias Pedagógicas "Enrique José Varona". La Habana, Cuba.

Dr C María Emilia Rodríguez-Pérez. Profesora Titular. Universidad de La Habana. La Habana, Cuba.

Recibido octubre de 2009 Aceptado febrero de 2010

RESUMEN. La teoría de la Inteligencia Emocional (IE) enfatiza la participación de las emociones en la solución inteligente de las tareas que impone la vida. Su visión se dirige a características emocionales más que a académicas y propone considerar el dominio de las emociones propias y el adecuado manejo de la de los otros en la relación interpersonal, como recursos inteligentes.

La reformulación de las nociones acerca de la inteligencia permite diseñar formas más adecuadas

PALABRAS CLAVE: inteligencia, inteligencia emocional, educación emocional.

ABSTRACT. The theory of Emotional Intelligence (IE) emphasizes the participation of emotions in intelligent solutions to the tasks within life. Its vision is directed towards emotional characteristics more than academic characteristics and it proposes that the command of one's emotions and the adequate handling of others emotions within interpersonal relations, as intelligence resources.

The reformulation of the notions regarding intelligence, allow for the designing of new more adequate manners

KEY WORDS: intelligence, emotional intelligent, emotional education.

de evaluarla y educarla, teniendo en cuenta la complejidad y la variedad de recursos que hacen posible la solución de problemas, y el alcance de metas que hacemos nuestras, y que las impone la vida.

Si bien la inteligencia emocional es un constructo relativamente nuevo, dependiente aún de mayor validación, sus beneficios han impactado la calidad del quehacer humano en distintos espacios, lo que ha promovido el diseño de acciones para su educación en distintas edades y escenarios.

to evaluate and educate intelligence, taking into account the complexity and variety of resources which allow the solution to the problems, and the reach of goals which we make ours, but life imposes on us. If emotional intelligent is a relatively new concept, still awaiting validation, its benefits have made an impact of the quality of everyday living in different places, which has promoted the design of actions to educate it in different ages and scenarios.

INTRODUCCIÓN

La educación emocional se impone como un imperativo actual que, puesta en práctica desde edades tempranas, contribuye al desarrollo de capacidades emocionales que ayudan a un mejor bienestar personal y social.

Si es misión de la educación, preparar al hombre para la vida, la escuela ha de cumplir el encargo social de formar las cualidades necesarias que permitan a cada hombre satisfacer las demandas de su tiempo y es, en este sentido, que las concepciones acerca de la inteligencia ocupan un lugar relevante en tanto se asocian a ella, las garantías para un buen desempeño.

Desde distintas posiciones, los estudiosos se han enfrascado en desentrañar los misterios de la inteligencia humana, que ha ocupado un lugar relevante entre los temas de estudio de la Psicología a lo largo del siglo XX. Cada sociedad tiene un ideal de inteligencia y la educación por medio de sus instituciones se esfuerza por cumplir el ideal de inteligencia imperante.

El mundo occidental impuso un estándar de inteligencia marcado o identificado con un alto nivel intelectual, donde las materias que exigen fundamentalmente el razonamiento formal, cumplieran las expectativas.

Pero el culto a la razón ha llevado a una visión mutilada o incompleta del ser humano.

Los retos que impone la vida al hombre de hoy, trascienden las posibilidades del intelecto y el repertorio

de tareas para las que lo preparó la escuela. Las demandas han cambiado y, con ellas, ha de cambiar el fin de la educación, pues ya hoy no se nos juzga solo por lo bien que sepamos leer, calcular o resolver los llamados problemas complejos, sino también por lo bien que sepamos manejar las relaciones con nosotros mismos y con los demás.

Las concepciones más contemporáneas consideran la vida cotidiana como un espacio importante de actuación, lo que alienta el tener en cuenta la vida afectiva como protagonista en el logro de un desempeño exitoso y el bienestar personal.

El objetivo del artículo es exponer un conjunto de reflexiones que sustentan la educación de la inteligencia emocional. Se ofrece una breve reseña de las concepciones de la inteligencia hasta llegar a la inteligencia emocional y su educación, y una serie de consideraciones para poner en práctica acciones de educación emocional dirigidas a escolares, padres y maestros.

DESARROLLO

1. Del CI a la IE.

Tratando de dar respuesta a lo que se considera una persona inteligente, la conceptualización de la inteligencia humana ha recorrido un largo camino.

Desde los inicios, los investigadores se han centrado en dar respuesta a tres problemas esenciales. En primer lugar, se encuentra la naturaleza, ¿es innata, hereditaria, o resulta ser un emergente de la educación, susceptible a los contextos sociales y culturales? En segundo, se refiere a la estructura de la inteligencia, determinar si la inteligencia es una o, por el contrario, si existen varias. En tercero, el problema de la evaluación del rendimiento inteligente; lo cual se ha centrado alrededor de la validez de los tests de inteligencia.

Se han tratado de ofrecer definiciones que abarquen, tanto el problema de su determinación o fuente, como la estructura, que expliquen el mapa mental que subyace al acto inteligente, basadas en evidencias que satisfacen distintos presupuestos que, en general, permiten avanzar en la comprensión de un fenómeno de interés para la comunidad científica, los padres, los maestros y la sociedad, en general.

Las respuestas a estas interrogantes guardan una cierta relación de dependencia entre sí. Así, la identificación de las tareas que midan el rendimiento inteligente, depende de cómo se conciba su estructura o composición y la consideración de los factores determinantes o naturaleza, estimula una práctica más inclinada a la selección o a la promoción.

Se pudiera trazar una trayectoria en los estudios de la inteligencia que van desde un inicio centrado en la medición de las diferencias individuales del rendimiento inteligente, focalizado en el ámbito escolar y cuyas fuentes se localizaban en la dotación genética, seguido de un intento por comprender las bases cognitivas de dichas diferencias, pasando por

la valoración de otras esferas del quehacer intelectual no restringidas al contexto académico e influenciadas por factores contextuales, hasta aceptar la participación de recursos no intelectuales como elementos protagónicos en la realización de un desempeño exitoso. De esta manera, dos puntos arbitrariamente extremos (...) pueden ser la Psicometría y la Inteligencia Emocional.¹

La Psicometría centró su atención en la medición de las diferencias individuales del rendimiento inteligente. La inteligencia es considerada como única o de carácter global, representada por el factor “g”, que expresa la capacidad para la comprensión de las relaciones esenciales; es decir, su contenido es lógico formal, susceptible de medirse por pruebas estandarizadas; en términos de coeficiente intelectual (CI), varía de un individuo a otro, pero es resistente a la variación intraindividual.

Las investigaciones, dentro de este enfoque, estuvieron marcadas por un amplio desarrollo de las pruebas psicométricas, considerando la inteligencia como dimensiones cuantificables, posibles de medir y puntuar, de donde resultaba el ordenamiento de los individuos, según el grado de inteligencia, mostrando cuán inteligente es un individuo en comparación con otros. Aunque estas pruebas mostraron cierto valor heurístico y práctico para el diagnóstico, y el pronóstico de las funciones intelectuales, dejaban sin develar los mecanismos que subyacen dicho funcionamiento inteligente.

Como alternativas a la evaluación psicométrica, se ubican los estudiosos de Piaget J y los representantes del Enfoque del Procesamiento de Información (EPI). El interés aquí se dirige a tratar de explicar, ya sea en términos de estructuras que durante la ontogenia explican la conducta inteligente, o en términos de procesos y estrategias que se seleccionan para dar la respuesta adecuada, los verdaderos mecanismos intelectuales, fuentes de las diferencias marcadas por la Psicometría en términos de factores.

Ambos enfoques tienen importantes consecuencias en la práctica pedagógica, por lo que aportan a la comprensión de los procesos implicados en el aprendizaje, pero se mantiene la noción de la inteligencia global de contenido lógico formal.

La visión multidimensional más contemporánea de la inteligencia humana dirige su mirada hacia factores más personales y contextuales, donde la vida cotidiana resulta un espacio importante de actuación, lo que alienta el tener en cuenta, además, la vida afectiva como protagonista en el logro de un desempeño exitoso y el bienestar personal.

A esta posición corresponde la propuesta de la Teoría Triárquica de la Inteligencia de Sternberg R, quien explica la naturaleza de los procesos intelectuales desde tres ángulos diferentes: el contexto sociocultural en que se vive, el enfrentamiento a la novedad y la automatización de las tareas y la estructura misma de la inteligencia, de

donde emergen tres tipos de Inteligencias: la compo-nencial, que se identifica con la evaluada tradicionalmente; la experiencial o creativa, que evalúa fundamentalmente la respuesta ante lo nuevo; y la contextual o práctica, que implica ajuste, modificación o elección de contextos en busca de un mayor rendimiento intelectual. Las tres inteligencias son esencialmente diferentes, en contraste con la concepción de la inteligencia única y las fuentes responsables de las diferencias en su desarrollo son, ante todo, las demandas sociales.

La concepción triárquica apunta, al menos, tres direcciones hacia las cuales se debe dirigir la educación.

Una visión multidimensional más radical es la propuesta por Gardner H, desde criterios, tanto neurobiológicos como sociales; fundamenta la existencia de varias inteligencias, las Inteligencias Múltiples (IM), que son competencias intelectuales humanas relativamente autónomas y que los individuos y las culturas las pueden amoldar y combinar en multiplicidad de maneras adaptativas. Así, al lado de la lógica-matemática y la lingüística, la musical, la espacial, la cinético-corporal, la naturalista y las personales (intra e interpersonal), componen la estructura mental del intelecto humano.

En palabras del referido autor, “hay centenares de maneras de tener éxito y muchísimas capacidades diferentes que nos ayudarán a alcanzarlo”.² El ámbito escolar se constituye en un escenario donde se estimule el empleo de las distintas capacidades de las que disponen los estudiantes.

Un aspecto novedoso en esta teoría es el reconocimiento de las inteligencias personales que expanden los límites de la inteligencia y, al decir de Sternberg R, sirve de puente para el estudio de otros importantes ámbitos a tener en cuenta en la calidad de la conducta humana como la afectividad.

Existen suficientes evidencias de que las capacidades cognitivas no son las únicas determinantes para el éxito en otras esferas de la vida diferentes del ámbito académico, donde, en ocasiones, resultan prácticamente irrelevantes.

La propuesta de la inteligencia emocional emerge como respuesta a las demandas que las nuevas condiciones sociales le imponen al desempeño exitoso en diversas esferas del quehacer humano, en el que resulta un nuevo criterio de excelencia.

Las experiencias de los últimos años han demostrado que la inteligencia emocional es una necesidad de todos en varios escenarios.

Posiblemente todos hemos sido testigos del adecuado ajuste a la realidad alcanzado por personas que no se destacan por un alto CI y, al mismo tiempo, del comportamiento errático de personas que exhiben un alto desarrollo intelectual y adecuada preparación, como:

- Desbordamiento afectivo ante situaciones de conflicto,
- incapacidad para incorporarse a un grupo,
- no saber lidiar con las diferencias,

- falta de conciencia de las propias reacciones emocionales, sus causas y consecuencias,
- acudir a medios nocivos para contrarrestar el efecto de las emociones negativas que provocan situaciones perturbadoras.

Los estudios actuales destacan el papel modelador de las emociones, su funcionalidad en la regulación de la conducta humana. Según Lazarus, las emociones son las fuentes más poderosa, auténtica y motivadora de energía humana.

Distintas evidencias o fuentes justifican el interés por la inteligencia emocional como una nueva forma de ser inteligente, entre las que se destacan la falta de valor predictivo del CI fuera de ámbito académico, el panorama social mundial caracterizado por conductas que dejan mucho que desear acerca del supuesto comportamiento inteligente del hombre de hoy, para responder a las demandas que la sociedad actual le impone y los hallazgos referidos a la neurobiología del cerebro.

Una gran cantidad de estudios han mostrado la importancia de la inteligencia emocional y su relación con diferentes ámbitos como el estrés ocupacional, el ajuste psicológico y emocional, la percepción de satisfacción con la vida y la calidad de las relaciones interpersonales.

La esfera escolar ha sido un ámbito de especial interés en la búsqueda de relaciones entre la inteligencia emocional y el rendimiento escolar. Hoy son muchos los trabajos que aportan fuertes evidencias que permiten asociar el rendimiento académico con varias dimensiones de la inteligencia emocional, más allá de la contribución realizada por la inteligencia psicométrica tradicional.

La inteligencia emocional es considerada por autores como Brackett y col. como un marco propicio para explicar la función de las capacidades emocionales en el funcionamiento social, y otros destacan el alto valor predictivo de la satisfacción con la vida.

La inteligencia emocional pretende la armonía entre emoción y cognición. Una visión de la naturaleza humana que no contemple su contenido emocional sería incompleta.

Nuestras emociones nos guían cuando se trata de enfrentar momentos difíciles y tareas demasiado importantes, como para dejarlas solo en manos del intelecto: los peligros, las pérdidas dolorosas, la persistencia hacia una meta a pesar de los fracasos, los vínculos con un compañero, la formación de una familia.

Como sucede con otros términos en Psicología, el de emoción no goza de consenso. La revisión de trabajos relacionados con el tema, Shapiro L E,³ Avia M A y col.⁴ permite destacar algunos elementos recurrentes que se consideran presentes en la emoción, los cuales nos pueden servir de guía para su caracterización:

- Son respuestas a estímulos internos o externos, significativos para la persona.
- Carácter dual, son vivenciadas como positivas o negativas.
- Muestran patrones de respuesta diferenciados en los planos fisiológicos, expresivos y conductuales.

- Manifestación breve e intensa.
- Su función fundamental es adaptativa o de ajuste al medio pero, en dependencia de la frecuencia e intensidad, pueden tener efecto desorganizador del funcionamiento psíquico.
- Implican una relación bilateral con la cognición, en tanto la evaluación de la situación o estímulo desencadena es parte de la respuesta emocional.

Por mucho tiempo, las emociones han estado relegadas en los temas de mayor interés en la psicología, o de ellas solo se han destacado sus efectos negativos que acompañan a ciertos trastornos o desorganizan nuestra conducta. Pero, cuando se trata no solo de curar, sino de promover desarrollo con una visión holística y optimista, que guíe hacia la potenciación de todos y los mejores recursos de que dispone el hombre, las emociones han de tenerse en cuenta si se desea alcanzar el crecimiento personal.

En esta dirección, los estudios de la inteligencia emocional comparten intereses con otros temas de actualidad, como el buen humor, el optimismo, la óptima motivación, la resiliencia y la felicidad. Estos temas se rozan, entrecruzan y condicionan unos a otros, donde de alguna manera, el equilibrio emocional es elemento común en todos ellos.

Creemos pertinente anotar que, si bien la inteligencia emocional y sus efectos se han estudiado preferentemente en ámbitos específicos del quehacer humano, como el empresarial y el escolar, atendiendo al enfrentamiento de situaciones conflictivas o de alta tensión, las capacidades emocionales se ponen de manifiesto y son necesarias en la cotidianidad de la vida. Las emociones nos acompañan todo el día y todos los días, así que las capacidades emocionales las concebimos como herramientas para llevar la vida. De esta manera, ellas están presentes en situaciones tan simples y cotidianas como cuando somos capaces de:

- Darnos cuenta cuando no estamos de buen ánimo y evitamos involucrarnos en situaciones donde no podemos garantizar una buena respuesta,
- no dejar que los pensamientos negativos crezcan como “ola de nieve”,
- disfrutar el logro de pequeñas metas,
- ser conscientes de que la violencia no es solución para la irritación,
- utilizar el humor para enfrentar situaciones incómodas,
- ver las situaciones que provocan emociones perturbadoras de forma diferente,
- buscar ayuda cuando nuestros propios recursos no son suficientes.

Las más recientes investigaciones, respecto al funcionamiento del cerebro, aportan importantes consideraciones a tener en cuenta para el estudio y el desarrollo de la Inteligencia Emocional: las investigaciones actuales llevan a hablar de dos mentes, una racional y una emocional que, aunque relativamente

independientes, están interconectadas y generalmente funcionan en equilibrio, garantizando la buena salud de nuestra vida mental.

Anatómica y fisiológicamente la inteligencia intelectual y la inteligencia emocional expresan la actividad de regiones diferentes del sistema nervioso. El intelecto basa su funcionamiento en el neocórtex, el estrato evolutivamente más reciente que recubre la superficie cerebral, mientras que los centros o núcleos emocionales ocupan un lugar inferior al nivel cortical, siendo filogenéticamente más antiguos: el sistema límbico que, a su vez, está compuesto por otras dos estructuras: la amígdala y el hipocampo, ambas encargadas del aprendizaje y del recuerdo dentro del cerebro. La amígdala es la “especialista” en asuntos emocionales; si esta queda separada del resto del cerebro, el resultado es una notable incapacidad para apreciar el significado emocional de los acontecimientos. La amígdala también actúa como depósito de la memoria emocional, y así tiene importancia por sí misma; la vida sin amígdala es una vida despojada de significados personales. No obstante, la inteligencia emocional es el producto del funcionamiento concertado y armónico entre los centros emocionales y las áreas intelectuales.

Según Bisquerra R, la aceptación cada vez mayor del binomio cognición-emoción, entendido como un rompimiento con la hegemonía de la razón a favor de la armonía entre razón y emoción, se debe a un conjunto de factores como: el aumento de los índices de violencia, la evidencia de que lo cognitivo por sí mismo no contribuye a la felicidad, que el rendimiento académico no es un buen predictor del éxito profesional y personal, la creciente preocupación por el bienestar, el estrés y la depresión, con la consiguiente búsqueda de habilidades de afrontamiento, las aportaciones de la neurociencia y la psiconeuroinmunología, entre otros.⁵

Una mirada hacia atrás permite encontrar algunos antecedentes que dan fe del interés por el componente afectivo o socio-emocional de la inteligencia. Entre los más cercanos podemos situar en la primera mitad del siglo pasado, a Thorndike E que habla de inteligencia social y a Wechsler, quien señala la relación afectiva con el medio como elemento a considerar en la constitución de la inteligencia.

Pero fue en 1990 que apareció el término inteligencia emocional en un artículo de Salovey P y Mayer J, y fue lanzado a la conciencia pública por Goleman D con el libro *Emotional Intelligence*, cuya versión en español *La inteligencia emocional*, apareció en 1996.

La inteligencia emocional se aborda, en la actualidad, desde diferentes referentes teóricos, con sus respectivas definiciones e instrumentos de evaluación. Se reconocen dos tendencias principales: una que enfatiza la efectividad psicológica y se basa en los llamados modelos mixtos de personalidad y ajuste no cognitivos, ligada al logro académico y profesional; los modelos de Goleman D y Bar-On. La segunda resalta la capacidad cognitiva y se basa en los modelos de inteligencia y

desempeño, donde se considera la capacidad para percibir y entender información emocional; el modelo de Salovey y Mayer.

Bisquerra R señala que un elemento de controversia en la aceptación o validez de los modelos es el considerar o no, la inteligencia emocional como una habilidad mental en dependencia de su posible evaluación psicométrica⁶; unos autores se cuestionan la operacionalización de la inteligencia emocional, según los patrones psicométricos, mientras otros, como Mayer J D, Caruso y Salovey P, se han centrado en establecer las propiedades psicométricas del constructo inteligencia emocional.

Es justo señalar que las discrepancias respecto al término inteligencia y su evaluación han acompañado la trayectoria del constructo a lo largo de su evolución, no solo referido a la inteligencia emocional. Por otra parte, más allá de las divergencias, los avances en este terreno apuntan a la existencia de un conjunto de capacidades emocionales que están presentes en la realización exitosa de un desempeño cualquiera, que pueden ser aprendidas y por lo tanto, deben ser educadas.

Todos los modelos resaltan la importancia del manejo factible del mundo emocional, tanto a nivel intrapersonal como a nivel interpersonal. Y aunque con distintos grados de especificidad y definición, aparece un conjunto de capacidades emocionales que se refieren a:

- La autoconciencia; autovaloración realista y autoconfianza.
- La autorregulación; autocontrol emocional, adaptabilidad, iniciativa y perseverancia en obtención de metas.
- Habilidades sociales; empatía, mediación de conflictos, liderazgo, persuasión, promover cambios.

En el modelo de Goleman, uno de los más conocidos o populares, en parte gracias al éxito editorial de su libro y a la aplicación de este a diversos ámbitos, como el escolar y el empresarial, la inteligencia emocional abarca cinco esferas o dimensiones, que son: la conciencia de uno mismo, la autorregulación, la automotivación, la empatía y la capacidad de relación y, sobre la base de estas cinco dimensiones, se desarrolla un conjunto de capacidades que marcan el desempeño exitoso, tanto en la esfera laboral, escolar, familiar o en la solución de tareas de la vida personal y social. Estas capacidades son aprendidas y, por lo tanto, susceptibles de ser desarrolladas.

Goleman D define la inteligencia emocional como “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos”⁷.

A continuación se hace una breve referencia de estas dimensiones y su importancia para la población infantil.

Autoconocimiento: se refiere a tener conciencia de las propias emociones. Los problemas en la comunicación no verbal inhiben a menudo las interacciones sociales del niño, de ahí la importancia de identificar y transmitir las emociones propias.

Autocontrol: se refiere al manejo adecuado de las emociones perturbadoras. Entre los problemas emocionales más comunes en los niños, se encuentran el manejo de la ira y la tristeza, que interfieren en sus rendimientos académicos y bienestar personal.

Automotivación: se refiere a ordenar las emocionales al servicio de un objetivo. Los niños con altos niveles de motivación esperan tener éxito y no temen plantearse metas elevadas.

Empatía: se refiere a la conciencia de las emociones ajenas. Los niños socialmente rechazados no hacen una buena lectura de las señales emocionales de los otros.

Manejo de relaciones: se refiere al manejo de las emociones en la relación con los demás. Muchos niños que tienen problemas para llevarse bien con otros carecen de la capacidad de conversar y tienen dificultades para transmitir sus necesidades a los demás.

2. La educación de la inteligencia emocional.

Con la teoría de la inteligencia emocional se ha transformado la forma de cómo se describe a la persona inteligente y su educación se impone como un imperativo actual.

El asumir la educación de la inteligencia emocional lleva implícita una postura acerca de la determinación o fuentes de la inteligencia humana, lo cual ha sido un tema recurrente y generalmente de grandes controversias.

Se ha mantenido una polémica entre dos posiciones fundamentales, dadas por quienes afirman que la naturaleza de la inteligencia debe su mayor peso a factores genéticos; y por otro lado, aquellos cuyas investigaciones van dirigidas a probar el peso que tiene la influencia del contexto.

En esta polémica, se asume la concepción brindada por Vigotski L S cuando en su teoría de la determinación socio-histórica de la psiquis sostiene que el funcionamiento cognitivo surge a partir de formas de interacción social organizadas culturalmente, donde las relaciones sociales entre las personas subyacen genéticamente a todas las funciones psíquicas superiores, lo cual modificó para siempre la concepción de la inteligencia, su naturaleza y vínculo con el contexto social.⁸ La relevancia especial es aquí para la categoría de zona de desarrollo próximo, escenario en que los adultos estructuran los entornos de aprendizaje del niño para que tenga lugar el paso de lo social a lo individual.

El influjo de estas ideas se hace patente en el reconocimiento de estas por líderes de opinión en el tema, como Sternberg R, quien reconoce en Vigotski L S el haber esclarecido el papel determinante que desempeñan los padres en el desarrollo de la inteligencia, al mediar el entorno para sus hijos y Gardner H que critica a la medición psicométrica de la inteligencia, no tener en cuenta las posibilidades individuales de los sujetos explicada por Vigotski L S en el concepto de zona de desarrollo próximo, y aboga por una educación basada en las potencialidades individuales.

Pudiera decirse que actualmente en la misma medida que la visión multidimensional de la inteligencia se abre paso, con ella arrastra una consideración mayor del contexto.

Al decir de Gardner H, la “inteligencia” de los entornos hará menos importante el papel de la dotación genética en el desarrollo de las inteligencias en cada individuo.

Goleman D, por su parte, plantea que, a diferencia del CI, las capacidades emocionales son altamente educables, “no son los genes los que determinan nuestro nivel de inteligencia emocional; tampoco se desarrolla sólo en la infancia”.⁹

En consonancia con lo anterior, la teoría de la inteligencia emocional muestra una perspectiva optimista del ser humano, el reconocimiento de las capacidades emocionales como recursos de toda persona que pueden y deben desarrollarse, hace de la educación de la inteligencia emocional un imperativo actual.

Bisquerra R señala que la educación de la inteligencia emocional es una innovación educativa dirigida al desarrollo de capacidades emocionales que contribuyan al bienestar personal. Si bien la sociedad actual ha demostrado un dominio técnico y científico sin precedentes, el ámbito social no muestra los mismos avances.¹⁰

Esto lleva a preguntarnos: ¿qué inteligencia ha fomentado la escuela?

La teoría de la inteligencia emocional ha estimulado el diseño de programas de educación emocional que abarcan todas las edades y diversos ámbitos del quehacer humano como la escuela, la familia o la empresa. Estos programas pueden tener un carácter preventivo o interventivo y, en la medida en que permitan comprender lo que está ocurriendo en la esfera emocional, ofrecerán a los destinatarios una alternativa de disponer de recursos que contribuyan a un mejor ordenamiento de las emociones en función del crecimiento personal.

Los niños necesitan estar preparados para enfrentar situaciones que años atrás no existían, para ello, deben ser educados emocionalmente en las escuelas y las familias.

En el escenario escolar han aparecido programas como La Ciencia del Yo, donde el tema fundamental son los sentimientos y las estrategias para enfrentar las tensiones y los problemas cotidianos. Los problemas que se tratan son reales e importantes en la vida del niño, ya sea el sentirse ofendido, la envidia, las peleas y el enojo.

Muchos otros programas, como los propuestos por Elías M J e Ibarrola B han resultado eficaces en el adiestramiento para el adecuado manejo de la ira y la depresión, emociones que influyen negativamente, tanto en el rendimiento académico como en las relaciones sociales que los niños establecen con sus pares y con los adultos a su alrededor.

La dificultad en el control emocional, es decir, el control de la ira y de la agresividad, es uno de los principales problemas de casi todos los niños, lo cual aparece acentuado en aquellos que tienen dificultades en el aprendizaje y en su conducta social. Seligman M señaló de manera explícita en su libro *El niño optimista*

(*The Optimist Child*) “Para que su hijo experimente el control es necesario que fracase y se sienta mal y lo intente nuevamente en forma repetida hasta alcanzar el éxito. Ninguno de estos pasos puede evitarse...”¹¹

El problema, entonces, es educarlos en el control y la orientación de sus emociones y esto implica una reeducación emocional. No basta solo con que los niños vivencien sus emociones; es necesario que logren reflexionar sobre ellas, identificar claramente las causas que las provocan, tener conciencia de las consecuencias de sus reacciones emocionales.

En esta línea, el psicólogo e investigador Gottman J, en su experiencia como terapeuta familiar, ha identificado un patrón de conducta que caracteriza a los llamados padres “capacitadores emocionales” en el manejo de las reacciones emocionales de sus hijos y que el autor sugiere como pasos en la capacitación emocional¹²:

1. Toma de conciencia de la emoción del niño.
2. Reconocimiento de la emoción como oportunidad para la intimidad y la enseñanza.
3. Escuchar con empatía y convalidar los sentimientos del niño.
4. Ayudar al niño a encontrar las palabras para calificar su emoción.
5. Fijar límites mientras se exploran soluciones.

Lo anterior hace referencia a la importancia de la actitud y la preparación de los padres para asumir la educación emocional de sus hijos y destaca aspectos ya recurrentes, como el dominio de un vocabulario emocional y la pertinencia de ofrecer al niño pistas, mediadores, que sirvan de apoyo para el logro de la regulación emocional.

Según este autor, los padres dedicados a la capacitación emocional tenían hijos que más tarde se convertían en lo que Goleman D llamó personas “emocionalmente inteligentes”.¹³

En la literatura de habla hispana, se destaca el aporte realizado por los investigadores españoles a la divulgación de los trabajos sobre la inteligencia emocional, referidos tanto a su evaluación como educación, con un interés y dedicación sostenido durante más de una década, donde se reportan la existencia de varias monografías sobre el tema, versiones españolas de manuales e instrumentos de habla inglesa, la impartición de numerosos cursos en diversas universidades y la elaboración y desarrollo de diversos programas de educación emocional.

Los datos empíricos demuestran los considerables beneficios de la inteligencia emocional, hasta el punto se ha llegado a la evidencia de que esta constituye un importante predictor del éxito en la vida y del bienestar psicológico general de la persona.

Algunos efectos de la educación emocional son:

- Mejores relaciones con los coetáneos.
- Menos problemas de conducta.
- Menos propensión a actos de violencia.
- Mayor cantidad de sentimientos positivos sobre ellos mismos, la escuela y la familia.

- Mejoras en el rendimiento académico.
- Mayor preparación para enfrentar conflictos.
- Menor propensión a conductas de riesgo como las drogas y las relaciones sexuales prematuras.
- Aumento del bienestar psicológico, pues el niño logra un mejor control de sus emociones.
- Repercusión positiva en el estado de salud.

Los niños son más flexibles, experimentan las emociones negativas, pero son capaces de reaccionar ante ellas.

Estos datos evidencian la necesidad de abordar la educación emocional como una forma de prevención inespecífica de una variedad de situaciones que implican conductas de riesgo, y estados de negativo impacto en la salud, como el estrés, la depresión y otros. Al mismo tiempo, apuntan hacia la necesidad no solo de prevenir, sino de fomentar los recursos necesarios para el logro de un comportamiento ajustado a las demandas sociales.

Si bien se han obtenido resultados muy alentadores, los programas dirigidos a la educación de la inteligencia emocional no siempre se apoyan en una visión más general del desarrollo, y que en opinión de la autora ofrece la concepción histórico-cultural.

De aquí que la educación de la inteligencia emocional la concebimos como “Un proceso educativo dirigido al desarrollo de capacidades emocionales. Este proceso es vivencial, interactivo y culturalmente organizado, por lo que tiene lugar bajo la dirección del adulto en el marco de la zona de desarrollo potencial del educando con la finalidad de contribuir a su desarrollo personal”.¹⁴

En nuestro país, esta educación tiene, además, fuertes raíces en el ideario pedagógico martiano y como antecedentes recientes los trabajos de diversos autores empeñados en destacar la importancia de la esfera afectiva en la formación y evaluación de los educandos.

Hoy se reconoce que de lo que se trata es que la educación del componente emocional del comportamiento de los educandos sea un objetivo en sí mismo no solo para el logro de una mayor ganancia intelectual, sino en su desenvolvimiento como persona en general, para lo cual han de desarrollar capacidades básicas para la vida.

Esto convoca a reformular y reelaborar, de forma flexible y creativa, las acciones encaminadas a la educación del área afectiva. Como todo aprendizaje, el emocional necesita de una larga práctica, en las soluciones emocionales, de problemas emocionales.

Al respecto, deseamos apuntar algunas ideas acerca de la educación de la inteligencia emocional:

- Los contenidos de las actividades a desarrollar, el nivel de profundidad con que se abordan, así como el diseño específico de las actividades a realizar varían en función de sus destinatarios.
- La educación de la inteligencia emocional debe contemplar, además del enfrentamiento a situaciones perturbadoras, el manejo adecuado de situaciones cotidianas, en tanto las emociones están presentes o emergen en cada situación de la vida.

■ El desarrollo de actividades enmarcadas en un período con objetivos bien definidos y llevadas a cabo de forma extracurricular, resulta altamente eficaz.

■ Las acciones de educación emocional pueden y deben formar parte del currículo formal.

■ Todo el escenario escolar y las distintas actividades que en él se realizan; actividades recreativas, matutinos, concursos, evaluaciones y otras, son propicias para el desarrollo de la educación de la inteligencia emocional.

■ Es necesario idear vías que convocen y hagan posible la participación de padres y maestros en la educación emocional de sus hijos y educandos.

La educación de las capacidades emocionales en los niños responde a un patrón ideal, a un estado deseado que le es presentado por los adultos que le rodean y sancionan las reacciones emocionales de acuerdo con las exigencias de un contexto cultural.

Como bien señala Shapiro L E, la inteligencia emocional de padres y maestros son condición para llevar la educación emocional al salón de clases y al hogar.¹⁵

La necesidad de la formación del profesorado para la educación emocional es una realidad aceptada por muchos y cada vez una práctica más habitual en diversos países.

La inclusión de la educación de la inteligencia emocional en las escuelas requiere de la formación de los agentes y agencias educativas que comprometen a todo el sistema educativo y la sociedad, en general, implica un cambio de paradigma en los objetivos de la educación.

El diseño de todo programa de capacitación emocional debe tener un carácter interactivo y vivencial, y contemplar algunos contenidos básicos, como:

- Ideas preliminares acerca de la educación y el desarrollo.
- Nociones acerca de la inteligencia humana, en particular la visión multidimensional de la inteligencia. La relación entre cognición y emoción.
- La inteligencia emocional y sus dimensiones.
- La identificación o autoevaluación de estas en los cursantes.
- Características psicológicas fundamentales de las edades infanto-juveniles y la manifestación de las capacidades emocionales en las distintas etapas del desarrollo.
- Estrategias y vías para la educación emocional.

El objetivo fundamental de esta preparación es que padres y maestros sean capaces de:

- Reconocer sus propias emociones y compartirlas con los niños, lo cual legitima la esfera emocional como parte de nuestra subjetividad.
- Disponer de estrategias para el manejo de emociones perturbadoras.
- Ser sensible y abierto a las reacciones emocionales de los hijos o educandos, lo que implica paciencia, tolerancia y una actitud empática en el trato hacia ellos.

- Ser capaces de ofrecer una guía de acción ajustada a las necesidades de cada cual, en el enfrentamiento de sus emociones negativas, sin imposición de criterios, pero sí de límites necesarios en la educación emocional, respecto a normas culturales que los niños deben incorporar.
- Concebir las reacciones emocionales como momentos para el acercamiento afectivo.
- Dirigir su labor educativa más que a las conductas observadas, al trasfondo emocional que subyace a estas.
- Tener en cuenta los fundamentos que rigen el comportamiento de las distintas dimensiones emocionales, como la interrelación de dependencia y jerarquía entre ellas, lo cual facilita la efectividad de su educación.

La educación emocional es una “carrera de fondo”, que se gana paso a paso, pero sus objetivos deben estar bien definidos, de manera que orienten adecuadamente la labor psicopedagógica que ella implica.

CONCLUSIONES

La trayectoria de las concepciones de la inteligencia humana muestra un enriquecimiento del término con su consecuente salida a la práctica profesional, donde el ámbito educacional es privilegiado, dado el entrecruzamiento e interdependencia entre inteligencia y educación.

La educación de la inteligencia emocional se inserta en la convocatoria de educar para la vida, lo cual requiere superar los conceptos tradicionales sobre la inteligencia y su educación. Se reconoce como una innovación educativa de sobrada justificación y en la práctica implica diseñar programas que permitan el logro de estos objetivos.

Las capacidades emocionales son recursos de toda persona; pueden y deben desarrollarse, lo que hace de la educación emocional un imperativo actual que expande su alcance fuera de los marcos estrictamente académicos, debido a la importancia de este fenómeno en la vida cotidiana.

REFERENCIAS

- ¹BELLO Z. Alternativa psicopedagógica para la educación de la inteligencia emocional en niños con dificultades en el aprendizaje. [Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas]. La Habana, Cuba: Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño; 2009. p. 48.
- ²GARDNER H. (Apud. Goleman D.). La inteligencia emocional. Javier Vergara Editor S.A.; 1996. p. 59.
- ³SHAPIRO L E. La inteligencia emocional de los niños. Javier Vergara Editor S.A.; 1997.
- ⁴AVIA M A, ET AL. Optimismo inteligente. Psicología. Madrid, España: Editora Alianza; 2004.

- ⁵BISQUERRA R. Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa. 21(1), 7-43, 2003.
- ⁶BISQUERRA R. Educación emocional y competencias básicas para la vida. Rev de Investigación Educativa. 21(1), 7-43, 2003.
- ⁷GOLEMAN D. La práctica de la inteligencia emocional. Barcelona, España: Editorial Kairos; 1998. p. 430.
- ⁸VIGOTSKI S L. Historia de las funciones psíquicas superiores. La Habana, Cuba: Editorial Científico-Técnica; 1987.
- ⁹GOLEMAN D. La práctica de la inteligencia emocional. Barcelona, España: Editorial Kairos; 1998. p. 22.
- ¹⁰BISQUERRA R. Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa. 21(1), 7-43, 2003.
- ¹¹SELIGMAN M (Apud. Shapiro L E). La inteligencia emocional de los niños. Javier Vergara Editor S.A.; 1997. p. 234.
- ¹²GOTTMAN J. Los mejores padres. Javier Vergara Editor S.A.; 1997.
- ¹³GOTTMAN J. Los mejores padres. Javier Vergara Editor S.A.; 1997. p. 16.
- ¹⁴BELLO Z. Alternativa psicopedagógica para la educación de la inteligencia emocional en niños con dificultades en el aprendizaje. [Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas]. La Habana, Cuba: Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño; 2009. p. 48.
- ¹⁵SHAPIRO L E. La inteligencia emocional de los niños. Javier Vergara Editor S.A.; 1997.

BIBLIOGRAFÍA

- BISQUERRA R, PÉREZ N. Las competencias emocionales. Facultad de Educación. UNED Educación XXI. 10, 2007. p. 61-82. ISSN: 1139-613X.
- BRACKETT, ET AL. Emotional Intelligence and its Relation to Everyday Behavior. <http://ceep.crc.uiuc.edu/eecearchive/digests/2003/raver03s> (consultado 15 de marzo del 2007).
- ELÍAS M J, ET AL. Educar con inteligencia emocional. Plaza & Janés Editores, S.A.; 2002.
- FERÁNDEZ-BERROCAL P, EXTREMERA N. Emotional Intelligence: ATheoretical and Empirical Review of Its First 15 Years History. *Psicothema*, año/vol18, p.7-12. 2006.
- GARDNER H. Estructuras de la mente. México: Fondo de Cultura Económica; 1994.
- GARDNER H. La inteligencia reformulada. Barcelona, España: Editorial Paidós; 2001.
- GARDNER H. Vygoysky to the Rescue. En: <http://www.bostonreview.net/BR25.6/gardner.html> 2008
- PENA M, REPETO E. Estado de la investigación en España sobre inteligencia emocional en el ámbito educativo. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*. No.15, Vol. 6 (2) 2008. p. 400-420.
- SALOVEY P, MAYER J D. Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*. New York, 9(3), p.185-211. 1990.
- STERNBERG R A. Triarchic Approach to the Understanding and Assessment of -Intelligence in Multicultural Populations. “Contemporary Educational Psychology” 24, 359-375. 1999.
- STERNBERG R A. The Theory of Successful Intelligence. “Interamerican Journal of Psychology” 39 (2) 189-202 Tufts University Medford USA. 2005.