

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EDUCACIÓN EMOCIONAL EN ÁMBITO ACADÉMICO

Lic. Marina Galimberti¹

¹ Lic. en Psicología (UdeMM). Especialista en Psicoterapia Cognitiva Individual, Vincular, Familiar y Grupal. (Univ. De Mar del Plata/ Fundación Aiglé) Directora de IPPC (Centro de Investigación y Psicoterapia Cognitiva). Docente de Formación de Posgrado en Terapias Cognitivas en CATREC y Universidad De Flores. Doctoranda de PhD en Psicología de Univ. De Palermo. marina.galimberti@yahoo.com.ar

RESUMEN

El presente artículo tiene como objetivo dar a conocer los modelos teóricos clásicos sobre Inteligencia Emocional, y la importancia de la Educación Emocional en el ámbito académico. Para ello se realizó una revisión de la literatura científica con el fin de definir conceptos como Inteligencia Emocional (IE) y Educación Emocional (EE). La relevancia de este tema radica en la idea de que las investigaciones señalan que a través del desarrollo de habilidades emocionales es posible mejorar el desempeño escolar y personal de los alumnos.

Palabras Claves: Inteligencia Emocional. Modelos teóricos. Educación Emocional.

ABSTRACT

EMOTIONAL INTELLIGENCE AND EMOTIONAL EDUCATION IN ACADEMIC FIELD

This article aims to give to know the traditional theoretical models on Emotional Intelligence, and the importance of Emotional Education in the academic field. For that purpose a revision of the scientific literature was made in order to define concepts such as Emotional Intelligence (EI) and Emotional Education (EE). The importance of this subject lies in the idea that the research notes that through the development of emotional skills is possible to improve school and personal performance in students.

Key Words: Emotional Intelligence, Theoretical Models, Emotional Education.

INTRODUCCIÓN

En los últimos años se ha presenciado un auge con respecto al tema de la Inteligencia Emocional (IE) de la mano de Goleman (1995), quien al publicar el libro *La Inteligencia Emocional*, ha dado a conocer este concepto al público en general.

En la actualidad, las instituciones escolares deben afrontar múltiples problemas, reconociendo que los niños y los adolescentes necesitan aprender otro tipo de habilidades no cognitivas, además de recibir información y formación intelectual (Fernández Berrocal y Extremera Pacheco, 2005).

Diversas investigaciones han demostrado que el cociente intelectual de los alumnos no es suficiente para predecir su éxito profesional futuro. Esta visión unitaria y omnipotente de la inteligencia ha colocado un punto de inflexión en el estudio de las emociones, y éstas han dejado de considerarse elementos perturbadores de los procesos cognitivos para tomarse como fenómenos vitales que

proporcionan información útil para solucionar problemas cotidianos (Extremera Pacheco y Fernández-Berrocal, 2004).

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Gardner (1983) en su libro titulado *Frames of Mind* expuso su teoría acerca de la inteligencia humana en donde propone dejar de hablar de Inteligencia y comenzar a considerar el concepto de “Inteligencias Múltiples” (Molero Moreno, Saiz Vicente, Martínez, 1998). Ante el descontento general con el concepto de Cociente Intelectual y con las visiones unitarias de inteligencia (Gardner, 1995), este autor utiliza el concepto de “múltiples” con el objetivo de poner de manifiesto un número desconocido de capacidades humanas que no habían sido tomadas en cuenta en el estudio tradicional de la inteligencia (Molero Moreno, Saiz Vicente, Martínez, 1998). Sus estudios otorgaron un nuevo sentido al concepto tradicional de la Inteligencia. Distingue siete

inteligencias: musical, cinético-corporal, lógico-matemática, lingüística, espacial, interpersonal e intrapersonal (Gardner, 1995).

Desde la perspectiva emocional la inteligencia interpersonal y la intrapersonal son las que se relacionan con la IE (Bisquerra, 2000).

La inteligencia interpersonal es definida como la capacidad para entender a otras personas, y la intrapersonal como la capacidad correlativa orientada hacia dentro (Gardner, 1983). A su vez subdivide la inteligencia interpersonal en cuatro capacidades distintas: liderazgo, aptitud para establecer relaciones, mantener amistades, capacidad de solucionar conflictos y capacidad para el análisis social (Salmerón Vílchez, 2007). La inteligencia interpersonal implica reconocer y responder de manera apropiada a los estados de ánimo, temperamentos, motivaciones y deseos de los otros. Mientras que la inteligencia intrapersonal representa el autoconocimiento, el acceso a los propios sentimientos, su discriminación y selección para orientar la propia vida (Gardner y Hatch, 1989).

El concepto de IE fue acuñado por Salovey y Mayer (1990) apoyándose en los trabajos de Gardner. Estos autores tomaron en cuenta las inteligencias interpersonales e intrapersonales de Gardner para definir la IE como la habilidad para procesar información emocional (Mayer y Salovey, 1997; Mayer y Cobb, 2000; Mayer, Caruso y Salovey, 2000).

La IE comprende el conocimiento tácito sobre el funcionamiento de las emociones como la habilidad para utilizar este conocimiento en nuestra propia vida (Salovey y Pizarro, 2003). Se expande en cinco dominios: conocer las propias emociones, el manejo de las emociones, el motivarse a uno mismo, el reconocer las emociones de los demás y la capacidad de relacionarse con los demás (Salovey y Mayer, 1990).

MODELOS TEÓRICOS SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Dentro de la literatura científica referente a la IE se

encuentran concepciones diferentes (Bar-On, 2000). Existen modelos de habilidades y modelos mixtos (Mayer, Salovey y Caruso, 2000). Mayer y Salovey (1997), exponentes del modelo basado en habilidades conceptualizan la IE a través de cuatro habilidades básicas: la percepción emocional, la facilitación o asimilación emocional, la comprensión emocional y la regulación emocional. Estas habilidades se encuentran enlazadas de manera que para obtener una adecuada regulación emocional es necesario contar con una buena comprensión emocional, y para ello se requiere una apropiada percepción emocional (Fernández Barrocal y Extremera Pacheco, 2002).

Estos autores desarrollaron un modelo teórico de IE bien contrastado. A diferencia de los modelos mixtos, sostienen que la IE comprendida como la habilidad para procesar información relevante de nuestras emociones es independiente de los rasgos estables de personalidad (Grewal y Salovey, 2005). Este grupo de investigación propuso la primera herramienta de evaluación de auto-informe de IE

(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995).

Los modelos mixtos, con una conceptualización más amplia, combinan dimensiones de personalidad con habilidades emocionales y relacionan la IE con competencias ligadas al logro académico y profesional (Bar-On, 2000; Mc Crae, 2000). Exponentes de estos modelos son Bar-On (2000) y Goleman (1995).

Bar-On (2000) concibe la IE como un conjunto de rasgos estables de personalidad, de competencias socio-emocionales, aspectos motivacionales y varias habilidades cognitivas.

Goleman la define como la capacidad de adquirir y aplicar información de naturaleza emocional, de sentir y reaccionar emocionalmente (Goleman, 1995).

Nos encontramos así ante dos realidades distintas, de las cuales una considera la IE como una habilidad y la otra como un rasgo de personalidad. Partiendo de esta dualidad, cada una de ellas presenta factores e instrumentos

de evaluación diferenciados (Pérez, Petrides y Furnham, 2005).

EDUCACIÓN EMOCIONAL

La Educación Emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento necesario del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos básicos del desarrollo de la personalidad. Con este fin propone el desarrollo de habilidades y conocimientos sobre las emociones con el objetivo de capacitar al individuo para afrontar los retos que se le plantean en la vida diaria. Dentro del ámbito educativo, los destinatarios finales de la EE son: el alumnado, el profesorado y la familia (Bisquerra, 2000).

Con respecto a la posibilidad de desarrollar las dimensiones planteadas por Salovey y Mayer (1990) de manera adecuada a través de una mediación educativa, una persona emocionalmente desarrollada es aquella que gobierna sus sentimientos al mismo tiempo que es capaz de

interpretar los sentimientos de los otros, y que posee la habilidad de relacionarse eficazmente buscando el éxito y la productividad, sintiendo satisfacción con todo ello (Salmeron Vílchez, 2007).

La EE busca desarrollar las competencias emocionales personales (Panju, 2011) con el consecuente aumento de bienestar personal y social, consistente en una forma de prevención primaria inespecífica, intentando minimizar la vulnerabilidad a las disfunciones o prevenir su ocurrencia (Bisquerra, 2000). Autores como Bar-On y Parker (2000), Cohen (1999), Goleman (1995) y Saarni (2000) destacan la importancia y la necesidad de adquirir competencias emocionales.

El concepto de competencia ha evolucionado y a partir de la revisión bibliográfica se la puede definir como la capacidad de movilizar de manera adecuada el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar diversas actividades con calidad y eficacia (Bisquerra, 2007).

Las competencias emocionales ejercen consecuencias positivas sobre la regulación emocional, el bienestar subjetivo y la resiliencia (Saarni, 2000).

Bisquerra (2007) aclara que la competencia emocional coloca el énfasis en la interacción entre la persona y el ambiente, de esta manera se le confiere mayor importancia al aprendizaje y al desarrollo, con aplicaciones educativas inmediatas.

Saarni (2000) relaciona la competencia emocional con la demostración de autoeficacia al expresar emociones en las interacciones sociales. Se consideran habilidades de competencia emocional: la conciencia del propio estado emocional, la habilidad para discernir las habilidades de los demás, la habilidad para utilizar el vocabulario emocional, la capacidad para implicarse de manera empática en las experiencias emocionales de los demás, la habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa (tanto en uno mismo como en los demás), la habilidad para

afrontar emociones negativas mediante la utilización de estrategias de autocontrol, la conciencia de que la estructura y naturaleza de las relaciones vienen en parte definidas por el grado de sinceridad expresiva y por el grado de reciprocidad en la relación y la capacidad de autoeficacia emocional.

Salovey y Mayer (1990) plantean que las competencias de una IE desarrollada consisten en el reconocimiento de uno mismo, el control de sí mismo, el control hacia metas planificadas y el reconocimiento de lo ajeno. Cada una de estas competencias representa un conjunto de habilidades, hábitos y estrategias que a través de una adecuada mediación educativa pueden mejorar el desarrollo personal, académico y social de los alumnos (Salmerón Vílchez, 2007).

Diversos estudios realizados sobre el desarrollo emocional como los realizados por Asher y Rose (1997), Saarni (2000), Salovey y Sluyter (1997) ponen de relieve que a medida que los niños y jóvenes adquieren competencias emocionales, se

observan en su comportamiento consecuencias positivas.

Ciarrochi, Chan y Caputi (2000) mencionan investigaciones realizadas a estudiantes universitarios en las cuales se correlacionan niveles elevados de IE con mayor empatía, satisfacción más alta ante la vida y mejor calidad de relaciones interpersonales.

Extremera Pacheco y Fernández-Berrocal (2004) sostienen que los déficits en las habilidades de IE afectan a los estudiantes dentro y fuera del contexto escolar. De acuerdo a la bibliografía consultada, la mayoría de los estudios se han realizado con muestras de estudiantes universitarios, aunque cada vez es mayor la afluencia de trabajos empíricos realizados con adolescentes. De esta manera los problemas del contexto educativo relacionados con bajos niveles de IE serían los siguientes: déficit en los niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado, disminución en la cantidad y calidad de las relaciones interpersonales, descenso del rendimiento académico y aparición

de conductas disruptivas y consumo de sustancias adictivas.

Estudios realizados en países de habla hispana como Chile han demostrado una relación positiva entre IE y ajuste emocional (Fernández-Berrocal y Extremera Pacheco, 2002). En EEUU se han encontrado evidencias sobre la relación existente entre IE y la calidad de las relaciones sociales. Estudiantes con una puntuación elevada en IE mostraron mayor satisfacción en las relaciones con amigos e interacciones más positivas (Lopes, Salovey y Straus, 2003).

Existen relaciones significativas entre la inteligencia emocional y rendimiento, independientemente de la capacidad intelectual, en estudiantes universitarios de procedencia étnica y social distinta (Drago, 2005). En relación al papel que juega la IE como predictor del rendimiento escolar, la IE se suma a las habilidades cognitivas como un potencial predictor del equilibrio psicológico del alumno y de su logro escolar (Barchard, 2003).

social de los alumnos en el ámbito escolar.

CONCLUSIONES

La bibliografía consultada señala que en los últimos años ha existido una gran proliferación de estudios empíricos que resaltan el papel que juega la IE en el desarrollo escolar y personal de los alumnos. Las emociones poseen un impacto en el aprendizaje académico, en la conducta, en las relaciones interpersonales, en su salud física y psicológica.

En cuanto a la justificación de la EE desde la educación, ésta última posee como objetivo el desarrollo integral de su alumnado. Este desarrollo implica no solo el desarrollo cognitivo sino también el emocional, más aún considerando que el fracaso escolar se encuentra relacionado con déficits en la madurez y el equilibrio emocional (Bisquerra, 2000).

Debido a lo expuesto se concluye que la IE ha adquirido base científica sólida y que su desarrollo a través de la EE redundará en beneficios que se relacionan con el bienestar emocional, un mejor nivel de ajuste psicológico y apoyo

REFERENCIAS

BIBLIOGRÁFICAS

Asher, S. & Rose, A. (1997). Promoting children's social emotional adjustment with peers. En Salovey P. & Sluyter, D. J. *Emotional Development and Emotional Intelligence*. (pp. 196-224). New York: Basic Books.

Barchard, K. (2003). Does emotional intelligence assist in the prediction of academic success?. *Educational and Psychological Measurement*, 63(5): 840-858.

Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: Insights from the emotional quotient inventory. En Bar-On, R. & Parker, J. D. A. (Eds.), *Handbook of Emotional Intelligence* (pp. 363-388). San Francisco: Jossey-Bass.

Bar-On, R & Parker, J. D. A. (2000). *The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessment and Application at Home, School, and in the Workplace*. San Francisco. Ca: Jossey-Bass.

Bisquerra, R (2000). *Educación Emocional y bienestar*. España: Wolters Kluwer.

Bisquerra, R. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*. 10: 61-82.

Ciarrochi, J. V., Chan, A. C. & Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Difference*, 28 (3): 539-561.

Cohen, J. (Ed.) (1999). *Educating Minds and Hearts. Social Emotional Learning and the Passage into Adolescence*. New York: Teachers College, Columbia University.

Drago, J.M. (2005). The relationship between emotional intelligence and academic achievement in non-traditional college students. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*. 65 (9).

Extremera Pacheco, N. & Fernández Berrocal, P. (2004). El uso de las medidas de habilidad en el ámbito de la inteligencia emocional. *Boletín de Psicología*, 80: 59-77.

Extremera Pacheco, N. & Fernández Berrocal, P. (2004). El

papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6 (2).

Fernández Berrocal, P. & Extremera Pacheco, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de la emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Universitaria de Formación del Profesorado*. 19 (3): 63-93.

Fernández Berrocal, P., Salovey, P., Vera, A., Ramos, N. & Extremera Pacheco, N. (2005). Cultura, Inteligencia Emocional percibida y ajuste emocional: un estudio preliminar. *Revista Española de Motivación y Emoción*. 3: 159-167.

Fernández Berrocal, P. & Extremera Pacheco, N. (2002). La Inteligencia Emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de Educación*. (29), 1-6.

Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.

Gardner, H. (1995). *Inteligencias Múltiples: la teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.

- Gardner, H. & Hatch, T.** (1989). Multiple intelligences go to school: The educational implications of the theory of multiple intelligences. *Educational Researcher*, 18: 4-10.
- Grewal, D. & Salovey, P.** (2005). Feeling Smart: the Science of Emotional Intelligence. *American Scientist*, 93: 330-339.
- Goleman, D.** (1995). *La Inteligencia Emocional*. Barcelona: Paidós.
- Lopes, P. N., Salovey, P. & Straus, R.** (2003). Emotional Intelligence, personality and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual Differences*, 35 (3): 641-658.
- McCrae, R.R.** (2000). Trait psychology and the revival of personality and culture studies. *American Behavioral Scientist*, 44(1): 10-31.
- Mayer, J.D. & Cobb, C. D.** (2000). Educational policy on emotional intelligence: Does it make sense? *Educational Psychology Review*, 12: 163-183.
- Mayer, J.D., Salovey, P., & Caruso, D.** (2000). Models of emotional intelligence. En Sternberg, R. J. (Ed.), *Handbook of Intelligence* (2nd ed) (pp.396-420). New York: Cambridge.
- Mayer, J.D. & Salovey, P.** (1997). *What is emotional intelligence? Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp.3-31). New York: Basic Books.
- Molero Moreno, C., Saiz Vicente, E, & Martínez, C.** (1998). Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 30 (1): 11-30.
- Panju, M.** (2011). *Siete estrategias exitosas para desarrollar la Inteligencia Emocional*. Argentina: Bonum.
- Pérez J.P., Petrides K.V. & Furnham A** (2005). Measuring Trait Emotional Intelligence. En Schulze, R. & Roberts, R. D. (Eds.), *Emotional Intelligence: An International Handbook*. Ashland, OH: Hogrefe & Huber Publishers.
- Saarni, C.** (2000). Emotional Competence. A Development Perspective. En Bar-On, R. & J. D. Parker (Eds.), *The Handbook of*

Emotional Intelligence, Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplac. (pp.68-91). San Francisco , Ca: Jossey-Bass.

Salmeron Vílchez, P. (2007). Evolución de los conceptos sobre inteligencia. Planteamientos actuales de la inteligencia emocional para la orientación educativa. *Educación XXI*. 10: 98-121.

Salovey, P. & Mayer, J.D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*. 9: 185-211.

Salovey, P. & Sluyter, D. J. (1997). *Emotional Development and Emotional Intelligence. Educational Implications*. New York: Basic Books.

Salovey, P. & Pizarro, D. (2003). The value of emotional intelligence. En. Sternberg, R. & Lautrey, J. & Lubart, T. (Eds). *Models of intelligence: International perspectives.* (pp. 263-278). Washington, DC: American Psychological Association.

Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair:

Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En Pennebaker, J. W. (Ed.), *Emotion, Disclosure, & Health.* (pp. 125-151). Washington: American Psychological Association.