

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

José Javier Velasco Bernal*

El término inteligencia emocional fue utilizado por primera vez en 1990 por **Peter Salovey** de Harvard y **John Mayer** de la New Hampshire, como la capacidad de controlar y regular los sentimientos de uno mismo y de los demás y utilizarlos como guía del pensamiento y de la acción. La inteligencia emocional se concreta en un amplio número de habilidades y rasgos de personalidad: empatía, expresión y comprensión de los sentimientos, control de nuestro genio, independencia, capacidad de adaptación, simpatía, capacidad de resolver los problemas de forma interpersonal, habilidades sociales, persistencia, cordialidad, amabilidad y respeto.

Un fundamento previo lo encontramos en la obra de **Howard Gardner**, quien en 1983 propuso su famoso modelo denominado «**inteligencias múltiples**» que incluye 7 tipos de inteligencia: verbal, lógico-matemática, espacial, musical, cinestésica, interpersonal, intrapersonal. Si bien, como él mismo subrayó, en Estados Unidos, en la mayoría de las escuelas se sigue cultivando exclusivamente, al menos consciente y premeditadamente, los dos primeros tipos de inteligencia: la verbal, y matemática.

Pero fue **Daniel Goleman** con su libro *Inteligencia Emocional* quien lo popularizó y convirtió en un bestseller, refiriéndose a las siguientes habilidades:

- conciencia de sí mismo y de las propias emociones y su expresión
- autorregulación, controlar los impulsos, de la ansiedad, diferir las gratificaciones, regular nuestro estado de ánimo
- motivarnos y perseverar a pesar de las frustraciones (optimismo)
- empatía y confianza en los demás
- las artes sociales

En su **primer libro** se centra en **temas** tales como el fundamento biológico de las emociones y su relación con la parte más volitiva del cerebro, la implicación de la inteligencia emocional en ámbitos como las relaciones de pareja, la salud, y fundamentalmente el ámbito educativos.

En su libro «*La práctica de la inteligencia emocional*» destaca particularmente las habilidades sociales referidas al manejo de las emociones en las relaciones, la interpretación de las situaciones y redes sociales, la interacción fluida, la persuasión, dirección, negociación y resolución de conflictos, la cooperación y el trabajo en equipo.

En este **segundo libro**, analiza en profundidad las implicaciones de la inteligencia emocional en el mundo laboral y en la vida de las organizaciones, y entre los **temas** centrales destacan la distinción entre habilidades fuertes y débiles, las primeras re-

feridas a las capacidades analítica y la formación técnica, requerida en ocupaciones cualificadas, y las segundas referidas a la habilidades emocionales y sociales; la valoración de inteligencia emocional y sus habilidades asociadas, como criterio diferenciador entre los empleados estrella y otros, o el tema de la eficacia de la formación en inteligencia emocional y los requisitos para su éxito.

Un breve comentario respecto a **la técnica literaria** que utiliza Goleman en su libro: «Inteligencia emocional», predomina el uso de los ejemplos introductorios de carácter espectacular, incluso muchos dramáticos, a los que hay que reconocer una gran eficacia, no sólo como ejemplos de los conceptos que implican, sino también como factor motivacional y controlador de nuestra atención; por otra parte en su segundo libro mantiene el estilo ejemplificador, si bien la característica dominante la demostración de la mayor eficacia profesional de quien muestran una alta inteligencia profesional. (distinto público).

En resumen, Daniel Goleman plantea la inteligencia emocional como sinónimo de carácter, personalidad o habilidades blandas, que concreta en las cinco habilidades emocionales y sociales reseñadas y que tienen su traducción en conductas manifiestas, tanto a nivel de pensamientos, reacciones, fisiológica y conductas observables, aprendidas y aprendibles, forma específica y bien distinta a otro tipo de contenidos, y cuyo fundamento biológico explica en gran medida su importancia, funcionamiento, valor adaptativo, desajustes, y la posibilidad y forma de modificarlo.

En el párrafo anterior se refleja la **relación jerárquica** existente entre los distintos conceptos que estamos considerando. Este desarrollo conceptual, inclusivo, de lo más general a lo más particular, no implica que la investigación histórica de dichos conceptos haya seguido el mismo orden, más bien se han ido desarrollando de forma inversa o al menos independiente.

Más bien creo que podremos afirmar que el concepto de Inteligencia Emocional surge como conclusión de la confluencia de una parte, de décadas de investigación sobre las habilidades emocionales y sociales y su aplicación en la terapia y la educación, y por otra de la reformulación científica del concepto de inteligencia en el ámbito de la psicología, como es el trabajo de Gardner.

Respecto a la investigación de las habilidades sociales podemos destacar la obra de **Arnold Golstein** y colaboradores con su *Programa de Habilidades Sociales y Autocontrol en la Adolescencia* (1980), o, más cercano a nosotros, el Programa de Habili-

dades de Interacción Social de Inés Monjas. En ambos programas podemos apreciar la presencia de las habilidades incluidas en el concepto de inteligencia emocional.

Y respecto al concepto de inteligencia podemos recordar su evolución histórica diferenciando tres momentos, el correlacional o de los psicometras, el de la teoría de la información y el concepto de inteligencias múltiples de Gardner.

El primero incluye desde el inicio de la medida de la inteligencia por Galton, Binet y Simon, y el desarrollo de una enorme variedad de modelos gracias a la utilización de la metodología correlacional: el bifactorial de Spearman, el de las habilidades mentales primarias independientes de Tuhrstone, el de Cattell que distingue entre inteligencia fluida y cristalizadas, el más complejo de Guilford con 120 factores, etc. Uno de sus rasgos en común entre todos estos modelos y a la vez uno de sus puntos débiles, es que en el mejor de los casos parecen estar midiendo sólo inteligencia académica.

En segundo lugar, desde la perspectiva cognitiva la inteligencia se ha enfocado como procesamiento de la información y formación de patrones diferenciados de conexiones, y ha supuesto la consideración del origen social de las capacidades mentales superiores, y, por tanto, la posibilidad de su adquisición o mejora. La integración entre ambas corrientes la encontramos en la teoría componencial de Sternberg. Pero siguen siendo planteamientos muy académicos.

Fue Gardner quien con su modelo reconoce a otras capacidades humanas el mismo valor que tradicio-

nalmente se había concedido exclusivamente a las verbales y matemáticas, principalmente (una concepción reduccionista de la inteligencia, producto del contexto histórico educativo y social en que surgió). Gardner, en cambio, nos habla de distintas formas de ser inteligente, relativizando el estigma asociado, en la concepción reduccionista, a la falta de capacidad y que implicaba un ordenamiento cuantitativo de los individuos, que incluso, se pretendió como justificación de la estructura social desigualitaria (la superioridad intelectual por sexo y raza)

El gran **mérito de Daniel Goleman** ha sido su capacidad divulgadora, su acercamiento al público en general. Me gustaría poder valorar la importancia que ha tenido en su éxito el presentar las habilidades emocionales y sociales y las conductas a ellas asociadas, bajo un concepto como el de inteligencia emocional. Concepto que reúne en uno solo, dos conceptos tradicionalmente contrapuestos e incluso excluyentes, pero cargados de referencias positivas de valor.

Así, inteligencia es algo deseable, de lo que uno se siente orgulloso y que se asocia a competencia, facilidad y logro. Y que emoción se relaciona con los sentimientos, la pasión, la libertad y la posibilidad de sentir y disfrutar, con lo más característico y lo más personal de uno mismo, con lo más vital, y lo más humano y sin ser patrimonio de unos pocos, al contrario, siendo quizás el aspecto más democrático e igualador.

*Investigador de la Escuela Española, Burgos, España.
En: <http://www.altavista.com/sites/search/web?q=la+inteligencia>

