

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA AUTOESTIMA”, PODERES DE DIRECCIÓN Y CONTROL DEL UNIVERSITARIO

“EMOTIONAL INTELLIGENCE AND SELF-ESTEEM,” POWERS OF MANAGEMENT AND CONTROL OF THE UNIVERSITY

DANILO VÁSQUEZ QUIROA*

Docente Titular de la Escuela de Administración de Empresas
Universidad Mariano Gálvez de Guatemala - UMG

[Recepción: Febrero de 2011/ Conformidad: Abril de 2011]

RESUMEN

El mensaje de esta publicación, tiene el propósito de concentrar y ofrecer un concepto integrador del escenario que los estudiantes universitarios deben cumplir para llegar a ser profesionales graduados y que las mismas circunstancias del entorno que deben vivir, aunque puede provocar naturales sensaciones de tensión, también existen los medios de superación instalados en la misma naturaleza humana.

Por lo cual se presentan definiciones y clasificaciones ya investigadas por los especialistas correspondientes, más el direccionamiento del autor que permita **capitalizar toda la intención subliminal** para que los profesionales universitarios aporten a la humanidad su capital intelectual, en el afán de corregir en alguna medida las gestiones que las anteriores generaciones de profesionales y empresarios, han deteriorado el medio ambiente ecológico, económico, pero fundamentalmente **el medio ambiente del reino de las actitudes** en la sociedad global.

Palabras clave: autoestima, Inteligencia Emocional, compromisos, fuerzas restrictivas, fuerzas impulsoras, estudiantes universitarios, habilidades.

ABSTRACT

The message of this publication is intended to focus and provide an integrative concept of scenario that college students must meet to become graduates and professional circumstances that they must live environment, but nature can cause feelings of tension, also means of overcoming existing installed on the same human nature.

For which definitions and classifications are presented and investigated by the appropriate specialists, plus the address of the author who fully intend to capitalize on subliminal for university professionals contribute to humanity's intellectual capital, in an effort to correct to some extent the efforts than previous generations of professionals and businessmen, have damaged the ecological environment, economic, but mainly the environment of the realm of attitudes on global society.

Keywords: self-esteem, emotional intelligence, commitments, restrictive forces, driving forces, university students, skills.

* Doctor en Administración de Negocios – AIU, Magister en Dirección Bancaria – AIU, Licenciado en Administración de Empresas – UMG, Secretario de la Facultad de Ciencias de la Administración, Coordinador de Acreditación, Docente, Asesor, Capacitador y Tutor de UMG.
E-mail: dvasquez@umg.edu.gt

INTRODUCCION

Ser viajero en la vida universitaria, es uno de los mejores objetivos de superación de millones de jóvenes y adultos en el mundo, circunstancia que se ha ido capitalizando conforme la exigencias, de los mutantes conceptos de la globalización y la competitividad que nuestras sociedades han creado para asegurar sus posiciones futuras, a costa de atravesar paradigmas temporalmente eficientes, pues por la misma necesidad de reinventar sus fortalezas, buscan mantener alejada la actitud reactiva de la competencia.

Y dentro de este juego socio-empresarial, **el estudiante universitario sin saberlo, sigue paralelamente el ejemplo del dios TITAN⁽¹⁾**, llevando a cuestras los compromisos de aprendizaje, conocimiento, aplicación de destrezas y habilidades, que lo convertirán en un “guerrero-ejecutivo” que gane las batallas de sus compromisos funcionales, personales, familiares y sociales.

Lo anterior significa entonces que debe estar preparado para saber aprovechar la trayectoria de su profesión o carrera y esta preparación **si bien es cierto** implica disponer de recursos económicos, sociales, tecnológicos, así como de otras virtudes físicas, **también es cierto** que debe disponer de estrategias de actitud personal, que le permitan triunfar en el recorrido de cada curso, de cada ciclo, de las diferentes investigaciones, exposiciones, evaluaciones parciales, finales, la evaluación general privada y evaluación de tesis, con un **carácter tungsténico⁽²⁾**.

Afortunadamente, estas estrategias de actitud, no es necesario comprarlas, solo deben usarse, pues se encuentran instaladas en el interior de cada ser humano: son talentos

o riquezas incluidas por nuestro creador en la genética de los seres humanos.

Es de vital importancia que los universitarios, como los profesionales de cualquier rama y las personas en general, se incendien de entusiasmo para convertir en sus hábitos rutinarios, la gama de actitudes provenientes tanto de la Inteligencia Emocional, como de la Autoestima. Lo anterior evidentemente implica antes que nada, en creer y darle un valor muy personalizado a estos compañeros de vida, para que nos ayuden a prevenir, enfrentar, desarrollar y disfrutar, las distintas vivencias que el destino tenga programado en nuestro diario vivir, para destacar y ser grande en unos casos y en otros, para tener un **aplomo mullido** si las cosas de momento no salen bien, pero que con la dirección y el conocimiento de estas estrategias de conducta, nos ayudarán prepararnos mejor y replantear nuestra participación, con la asesoría que nos dejara el mejor de los maestros, cuyas palabras fueron: **“mansos como palomas y ágiles como serpientes”**. La mansedumbre fortalecida por el contenido de la autoestima y la agilidad proyectada por todos los elementos de la inteligencia emocional, nos permitirán un blindaje a los efectos que a veces se originan en las constantes y necesarias relaciones con la sociedad humana local o global; pero primordialmente, nos permitirán hacer gala de nuestra capacidad humana, en los múltiples entornos en los que convivamos actual y futuramente.

OBJETIVOS

La intención de este documento, es comunicar, identificar o recordar a los estudiantes universitarios independientemente de

(1) Divinidad primitiva de la mitología griega, condenada a llevar el mundo a cuestras, pero con la capacidad de hacerlo.

(2) Tungsteno es uno de los metales más duros, capaz de cortar otros metales, funde a 3,410 oC.

su edad, que cuentan con riquezas capitales que pueden usar ventajosamente, siempre y cuando sepan en qué consisten, que son más fáciles de alcanzar que con la mano, porque no están fuera de su ser, sino íntimamente a la orden de su instinto y de su razón, que al igual que los músculos, requieren formarlos con dinámica y disciplina constante, de tal manera que posteriormente se conviertan en los **hábitos o responsabilidades operativas, a cargo del subconsciente.**

Compromisos del universitario

Aunque la cantidad de los compromisos del universitario pueden tener cierto límite conceptual, la calidad de sus compromisos si es de dimensiones ilimitadas, ya que no es suficiente estudiar en libros o textos de autores y editoriales reconocidas, sino que el proceso de abstraer, estructurar y proyectar ensayos o investigaciones, significa que sus mejores esfuerzos están sujetos a criterios didácticos de sus catedráticos, asesores o tutores, concedores de los temas. Y es que en esto consiste la razón de ser un estudiante de calidad universitaria, después de que sus orientadores o mentores, editoriales y sobre todo su casa de estudios superiores, le indican, comunican y capacitan en el “**qué hacer**” de los temas que se van conociendo en cada cursos y ciclo académico, ahora el estudiante debe materializar mediante ejemplos o ensayos prácticos, el “**cómo hacer, cuándo y por qué hacer**”, que indica la útil plataforma teórica.

Precisamente lo valioso de todos estos esfuerzos con buenos resultados, es el sinónimo del **dominio cognoscitivo** o sea, el adecuado conocimiento obtenido de los estudios teóricos, verificaciones e investigaciones, es que se pueden formular planes, propuestas, estrategias y distintos proyectos que el entorno académico y profesional aprecian

y valoran. De ser así, el estudiante universitario debe sostener los hábitos y sacrificios necesarios, para mantener un status en su compromiso de calidad universitaria.

Es conveniente tener una sinopsis de los distintos compromisos de los estudiantes universitarios:

- **Compromisos familiares:** que pueden estar constituidos por el pago de las matrículas, mensualidades, compra de libros, equipos o tecnología, por parte de algún familiar o por la misma esperanza o compromiso moral que se asigna al estudiante, en el afán de se convierta en un profesional en un mediano plazo.
- **Compromisos laborales:** una buena parte de la población universitaria, tiene un contrato laboral en alguna entidad privada o estatal y esto implica estar sujeto a un horario, distancia y otros factores que de una u otra manera, incomodan el cumplimiento de los requisitos académicos.
- **Compromisos económicos:** el promedio de los estudiante universitarios, soportan la **presión del arte del malabarismo**, pues tienen que hacer esfuerzos sobrehumanos para que la distribución de su economía, les permita mantenerse activos en el estatus universitario, sin descuidar la familia y otros aspectos de su estilo de vida.
- **Compromisos financieros:** particularmente en el caso de los estudiantes que están inscritos en universidades privadas, deben cumplir con compromisos periódicos, como es el pago de la matrícula, colegiaturas, laboratorios, material didáctico, gastos de traslado, servicios y otros recursos necesarios para su desempeño universitario.
- **Compromisos sociales:** usualmente la expectativa de los familiares, jefes y compañeros de trabajo, los amigos, conocidos y

otras personas enteradas de la vinculación universitaria, provoca una normal óptica de control o presión sobre el universitario y por lo tanto mantiene un latente compromiso de cumplimiento social. Pero también existe la vinculación con grupos deportivos, culturales, filantrópicos, gremiales, que de una u otra manera absorben el tiempo del universitario.

- **Compromisos personales:** el principal compromiso personal, es la propia necesidad de autorrealización, originada en un sueño de mejorar su calidad de vida, en un impulso ambicioso de ser mejor o en la lógica evolución dinámica de su sociedad y convertirse en un profesional destacado y exitoso.
- **Compromisos religiosos:** el cumplimiento con las actividades de la religión que el universitario profese, también sobrecarga el cumplimiento universitario, pues debe dedicar tiempo a prácticas o actividades consideradas necesarias para su bienestar espiritual.

La gama de compromisos puede aumentar o diversificarse, conforme el entorno de cada universitario, quien debe desarrollar una sabia óptica para fijar prioridades en la distribución de sus compromisos y aun con éstos, logre cumplir sus metas y objetivos universitarios. Caso contrario **está recargando el equipaje de su presente** y paradójicamente nunca llegue a su futuro o llegue tardíamente con **una declaración de mecanismos de defensa.**

Fuerzas restrictivas de la superación universitaria

Para un tema como el que trata este documento y para que su naturaleza apreciativa sea integral, es preciso identificar ciertas fuerzas restrictivas, cuya presencia se cons-

tituyen en un lastre para el crecimiento o el avance universitario.

Estas fuerzas restrictivas pueden originarse dentro de la misma naturaleza humana del universitario, pero también puede tener su origen en influencias externas y que de alguna manera instalan su mensaje subliminal en el subconsciente del mismo, afectando también el desempeño académico.

- La angustia
- La depresión,
- El miedo a la intimidad o al éxito,
- El abuso del alcohol o de las drogas,
- El bajo rendimiento en el estudio o en el trabajo,
- Los malos tratos a las mujeres o a la violación de menores,
- Las disfunciones sexuales o la inmadurez emocional,
- La timidez o las inhibiciones
- Los prejuicios o preconceptos
- Los temores o complejos

Los anteriores sentimientos y los pares que el lector quisiera agregar, se constituyen en genuinas fuerzas restrictivas que impiden el libre y claro desarrollo que el universitario debe tener para sobresalir en sus compromisos académicos.

Estas fuerzas restrictivas pueden originarse dentro de la misma naturaleza humana del universitario, pero también puede tener su origen en influencias externas y que de alguna manera instalan su mensaje subliminal en el subconsciente del mismo, afectando también el desempeño académico.

- La angustia
- La depresión

De no tener el estudiante universitario: cuidado, visión y sensibilidad hacia sí mismo, la costumbre y el acomodamiento de llevar a diario o por épocas, tanto los compromisos, como las fuerzas restrictivas, éstas se convertirán en un **“pesado equipaje”**.

FUERZAS IMPULSORAS DE LA SUPERACIÓN UNIVERSITARIA:

Pero como en la mayoría de universos, siempre existe una contraparte que permite lograr un balance para que el universitario equilibre las circunstancias que en algún momento pudieran influir en su ánimo o rendimiento académico y debe aprovechar posicionarse de las fuerzas impulsoras, que mantengan firme su carácter, ilusiones y ambiciones.

1. La Inteligencia Emocional

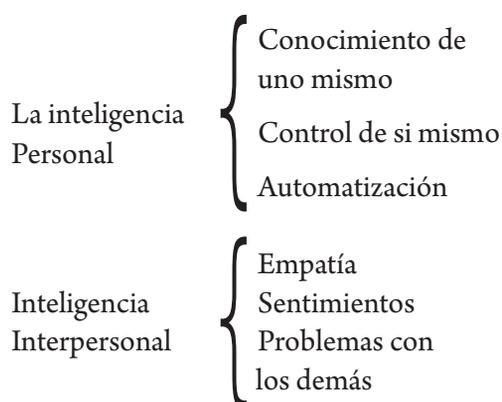
El concepto de Inteligencia Emocional, aunque esté de actualidad, tiene a nuestro parecer un claro precursor en el concepto de Inteligencia Social del psicólogo **Edward Thorndike** (1920) quien la definió como “*la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas*”.

Se comprende por inteligencia emocional, a **la habilidad de “percibir, evaluar, comprender y expresar emociones”**; las cualidades emocionales son las siguientes, conforme las opiniones de Peter Salovey y John Mayer, de la Universidad de Harvard, 1990 :

- La empatía,
- La expresión y comprensión de los sentimientos,
- El control del carácter,
- La independencia,
- La capacidad de adaptación,
- La simpatía,
- La capacidad de resolver problemas de forma interpersonal,
- La persistencia,
- La cordialidad,
- La amabilidad,
- El respeto

Otro aporte importante es la publicación de Daniel Goleman, Psicólogo e investigador americano, publicó en 1995 el libro “La inteligencia Emocional”, en el cual define que **la Inteligencia Emocional, es la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones.**

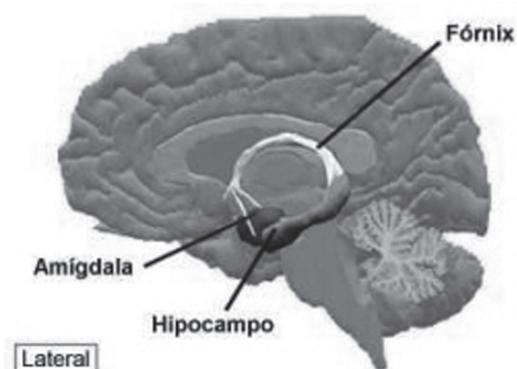
A su vez, esta inteligencia, presenta la siguiente tipología:



Las emociones se basan en el sistema límbico, cuya evolución es más antigua y no necesita una preparación externa o capacitación, pues es de origen innato.

El término Inteligencia Emocional se refiere a la **capacidad humana de sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales en uno mismo y en los demás.** Inteligencia emocional no es ahogar las emociones, sino dirigir las y equilibrarlas.

Ubicación física de la Inteligencia Emocional



dad de Nueva York y una de las principales autoridades mundiales **en neurofisiología de la emoción**, la amígdala cerebral está especializada en los aspectos emocionales, prácticamente es el **depósito de la memoria emocional**.

Por lo anterior, se puede concluir que al instinto primario de las emociones o inteligencia emocional, debe sacársele ventaja, canalizando su energía positiva hacia las necesidades de superación que el estudiante universitario requiere para dar cumplimiento a su quehacer diario y lograr un perfeccionamiento sinónimo al de un **“Máster en Etiqueta de Actitudes”** e ir dejando por su vida profesional, **una estela magnética de liderazgo social**.

2-La Autoestima

Es la suma de la confianza y el respeto por uno mismo. Refleja el juicio implícito que cada uno hace de su habilidad para enfrentar los desafíos de la vida (para comprender y superar los problemas) y de su derecho a ser feliz (respetar y defender sus intereses y necesidades).

La autoestima es una virtud humana, que al igual que el **dinero o el internet**, puede provocar buenos o malos propósitos. Si se dan situaciones que afecten a las personas en su vida personal, familiar, profesional, económica y otros más, puede causar una sensación de inutilidad, de poco merecimiento y otros equivalentes de anulación a la capacidad. Por el contrario, cuando todo va muy bien, las personas sienten que su capacidad es como la de un **semi-dios** y hacen propuestas, hacen compromisos, hacen proyectos; de hecho **exponen la libertad de su capacidad** a cambio de lograr objetivos significativos.

Integrantes de la Autoestima:

- Seguridad,
- Autoconcepto,
- Pertenencia,
- Competencia.

Ejemplos competencias universitarias con alta autoestima:

- Ser líder
- Ser capaz
- Ser íntegro
- Ser valioso
- Ser creativo
- Ser asertivo
- Ser original
- Ser reflexivo
- Ser analítico
- Ser sociable
- Ser Diligente
- Ser imparcial
- Ser proactivo
- Ser productivo
- Ser un mentor
- Ser entusiasta
- Ser Investigador
- Ser emprendedor
- Tomar decisiones
- Ser independiente
- Desarrollador de Sinergia
- Ser audaz y humilde a la vez
- Prepararse para lograr objetivos
- Cultivador de buenas amistades
- Capaces de exponerse públicamente
- Con dominio del tiempo y recursos para desarrollar sus tareas o proyectos.
- Formador de sus propios conceptos y teorías
- Desarrollar un desempeño talentoso
- Demostrar buena imagen física, como emocional
- Aceptar y reconocer los éxitos ajenos

- Respetuoso de los buenos principios
- Ambicioso en el conocimiento a pesar de la edad.

CONCLUSIONES

1. Se puede concluir que la Inteligencia Emocional y la Autoestima guardan una **correlación simbiótica**, la cual de estar en armonía ofrecen una fuerza de espíritu que impulsa al estudiante universitario a buscar sus **victorias cotidianas, como las de valor trascendente**.
2. Estas virtudes, sin distinción socio-económica, profesional, religiosa o de otra índole, están instaladas dentro de todos los seres humanos y su utilidad o beneficio pueden estar a ojos vista, si se saben aprovechar para beneficio propio y de los demás.
3. El estudiante universitario, debe comprender que su papel en el transcurso de su formación académica, es exactamente la de un **metal en la fragua**: son imprescindibles las altas temperaturas y moldeamiento, para convertirse en un **instrumento con carácter sólido y valioso**.
4. Lo expresado en este artículo, pueden ser buenas intenciones, pero para lograr un **valor agregado como estilo de vida**, requiere de constante profundidad y actualización en los temas propuestos y **observar después: que hace usted con esos conocimientos**.

RECOMENDACIONES

1. El universitario promedio está en la edad y con la energía necesaria para desarrollar su autoestima, para ampliar su capacidad de ser feliz. Entre más alta sea su autoestima, mayor es su capacidad para afrontar los distintos requisitos de su estilo de vida

universitario y de esta manera evitará sentirse “**extraño y asustado en el mundo que nunca hizo**” (poema de A.E. Housman).

2. El estudiante universitario, debe comprender que la autoconfianza no es necesaria buscarla en otras partes, **se gana por si misma**, porque se encuentra instalada dentro de los seres humanos, por la **fusión genética de sus padres**.
3. También es importante que valore la cultura que va adquiriendo o ha adquirido en la universidad a la que pertenece, pues le ha moldeado o construido el **carácter profesional**, mediante el cual será libre para participar con **visión y energía asertiva** en los entornos que le corresponda desempeñarse.
4. Debido a que la permanencia promedio para cerrar una carrera puede estar en los 5 años, es importante **disfrutar del viaje** por la universidad y hacerlo a la **velocidad de la confianza**.
5. Aunque los preparativos y requisitos de éxito en la vida universitaria, requieren de frecuente diligencia, tampoco sienta que tiene la responsabilidad de ser el “**Gerente del Universo**”, ese puesto ya lo tiene **alguien más importante**. En todo caso, disfrute de que el mundo vaya descubriendo que usted lleva a todos lados la **genética de él**.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Boyatzis Richard y Mckee Annie (2006): Liderazgo Emocional. Barcelona. Ediciones Deusto.
2. Bray Attwood, Janet y Attwood, Chris, Descubre el Secreto, Editorial Zenith, marzo 2008.
3. Bray Attwood, Janet y Attwood, Chris, El Test de la Pasión, Grupo Norma, 2007.

4. Mandino, Og, La Universidad del Éxito, Editorial Diana, septiembre 1990.
5. Maxwell, John C., Liderazgo de Oro, Editorial Grupo Nelson, 2007.
6. Riso Walter, Aprendiendo a quererse uno mismo, Grupo Editorial Norma, enero 2008.
7. Riso Walter, Cuestión de Dignidad, Grupo Editorial Norma, 2002.
8. Sills, Judith, PH.D., Exceso de Equipaje, Grupo Editorial Norma, enero 2009.

REFERENCIAS DE INTERNET

1. Contreras, Gabriel de J., Autoestima e Inteligencia Emocional, Universidad Tecnológica de El Salvador, <http://lapalabra.utec.edu.sv>. (visitado el 22/03/11)
2. Inteligencia Emocional para Profesores, www.realcionarse.com (Visitado el 14/03/2011)