

APORTES DEL EXTERIOR

La inteligencia emocional: capacidad para el desarrollo humano en el marco de la orientación educativa



Diego García Álvarez

Licenciado en Ciencias de la Educación (Venezuela). Licenciado en Psicología (Venezuela, reválida por la Universidad de la República, Uruguay) Magíster en Psicología Educativa. Profesor e investigador con experiencia en Venezuela y Uruguay. Profesor del CIEP en Montevideo y UNIFA en Punta del Este.

María Elena Serrano

Licenciada en Educación, Mención Ciencias Pedagógicas, Área: Orientación. Magíster en Orientación Educativa. Investigadora PEII nivel A. Profesora e Investigadora Asociada de la Universidad del Zulia. Maracaibo, Venezuela.

Resumen

La inteligencia emocional es una capacidad referida al manejo de la información emocional a nivel cognitivo que tiene repercusiones en dominios cognoscentes y conductuales de las personas. Los objetivos de este artículo son: examinar el constructo de la inteligencia emocional como construcción teórica psicológica con base en los modelos de habilidades y modelos mixtos de esta capacidad; describir estudios de la inteligencia emocional en el alumnado y fundamentar la educación emocional como programa de prevención inespecífica en el marco de la orientación educativa. A nivel metodológico el trabajo se ajusta a la tipología descriptiva bajo un diseño documental, bibliográfico y analítico. Se plantea la educación emocional como tendencia de la orientación para la prevención y desarrollo, entendida como un proceso continuo, sistemático, abierto, flexible y científico con carácter preventivo de patologías o afecciones tanto mentales como físicas para la promoción del bienestar en los estudiantes.

Palabras clave: inteligencia emocional, educación emocional, orientación educativa, desarrollo humano.

Title: *Emotional intelligence: capacity for human development within the context of educational guidance.*

Abstract

Emotional intelligence is an ability related to the handling of emotional information

at cognitive levels that directly affect the cognitive and behavioral domains of people. This paper aims to examine the construct of emotional intelligence as a theoretical psychological construction, based on the ability model and mixed model of this competence; to describe studies of emotional intelligence in the students and to base emotional education as a prevention program Non-specific in the context of educational guidance. At a methodological level, the paper conforms a descriptive typology under a documental, bibliographic and analytical design. Emotional education is considered as a tendency of the orientation for prevention and development, assumed as an open, continuous, systematic and flexible scientific process of preventive nature for pathologies or mental and physical affections to promote welfare among students.

Keywords: Emotional intelligence, emotional education, educational guidance, human development

Introducción

En 1983, Gardner propuso su teoría de inteligencias múltiples, la cual reformula la teoría de la inteligencia humana en términos de siete inteligencias relativamente independientes entre sí, pero que obedecen a factores comunes o generales. Estas inteligencias se basan en la idea de la distribución y perspectiva multifactorial de las relaciones que establecen las personas con los objetos, cosas y su ambiente inmediato. En efecto, estas relaciones se

sintetizaron en las siete inteligencias: inteligencia auditiva musical, inteligencia cinestésica-corporal, inteligencia visual-espacial, inteligencia verbal-lingüística, inteligencia lógico-matemática, las inteligencias intrapersonal e interpersonal; luego agregó la inteligencia natural y, por último, la inteligencia existencial, en una modificación de su teoría en 1999.

A la par, en 1990 Salovey y Mayer emplearon por primera vez el término *inteligencia emocional* (IE), conceptualizado como la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios y de otras personas, para discriminar entre ellas, y utilizar esta información para guiar el pensamiento y las acciones. Estos autores plantearon la IE como una habilidad mental, de dominio cognitivo, como una forma de reconciliar y explicar las relaciones entre afecto y razón. Asimismo brindaron una demostración empírica inicial de cómo un aspecto de la inteligencia emocional puede ser medido como una capacidad mental.

Por su parte, Goleman en 1995 reformula la teoría de IE y la define como un conjunto de atributos positivos como la concienciación política, confianza en sí mismo, el optimismo, la motivación y agregó inspiraciones de rendimiento personal. Este autor, en lugar de centrarse solo en una inteligencia que podría ayudar a las personas a resolver problemas de manera eficaz, describió cómo los científicos han descubierto una conexión entre competencias emocionales y la conducta pro social; también declaró que la inteligencia emocional es a la vez una respuesta a la violencia que afecta

a nuestras escuelas, y que era un constructo tan poderoso y a veces más potente que el coeficiente intelectual para predecir el éxito en la vida; todas estas afirmaciones, sin ningún tipo de evidencia empírica. Este libro fue elemento fundamental en la popularización del término IE debido a que fue apoyado ampliamente por los media, además de la atención de las organizaciones y de algunos investigadores (Brackett, Rivers y Salovey, 2011).

Ahora bien, el concepto de inteligencia emocional ha revolucionado los campos de acción en educación, investigación en ciencias humanas y gerencia de recursos humanos. Sin embargo, compartimos las preocupaciones del Laboratorio de Emociones de la Universidad de Málaga, de Yale, de Harvard y otros centros de investigación mundial, sobre la idea de que las personas en general y algunos profesionales en particular –educadores, psicólogos, profesionales de recursos humanos, ejecutivos de empresas, y orientadores– comenzaron a incorporar la IE en sus formas de vida y praxis diarias y profesionales, pero con problemas de conceptualización y definiciones de medidas psicométricas del constructo, generando problemas de conocimiento y aplicación de lo que es y no es IE.

En este continuo flujo de información se tiene una diversidad sugestiva y alarmante de trabajos relacionados con el constructo de la inteligencia emocional, que en muchas ocasiones no están direccionados bajo la óptica y estructura científica de este conocimiento, de sus supuestas implicaciones y consecuencias en el de-

sarrollo humano, así como sus ventajas en comportamientos adaptativos.

Con referencia a lo anterior, el propósito de este artículo es el de advertir a todos los profesionales vinculados a la promoción y orientación del desarrollo humano qué es la IE, y el fomento de la educación emocional como estrategia de prevención, en ese sentido, los objetivos de este trabajo son: examinar el constructo de la inteligencia emocional como construcción teórica psicológica con base en los modelos de habilidades y modelos mixtos de esta capacidad; describir estudios de la inteligencia emocional en el alumnado y fundamentar la educación emocional como programa de prevención inespecífica en el marco de la orientación educativa.

El trabajo se enmarca en la perspectiva de orientación educativa como disciplina científica y profesional, que tiene la meta de auxiliar en el propósito constitucional de promover el desarrollo de las potencialidades y fortalezas de los seres humanos, a manera de procesos de ayuda y acompañamiento, con el objeto de potenciar el bienestar subjetivo o emocional, la prevención y el desarrollo humano a lo largo de toda la vida (Zamora, Revilla y Morillo, 2010; Bisquerra, 2006).

Metódica

Metodológicamente, el trabajo se ajusta a la tipología descriptiva bajo un diseño documental, bibliográfico y analítico. Por tal motivo, se realizó una revisión y compilación sistemática, rigurosa y profunda de material documental-científico acerca de la IE; luego, desde

el modelo de habilidades de Mayer y Salovey (1997), para dar respuesta a la fundamentación de una educación emocional como estrategia inespecífica a emplear en la orientación educativa. Se tomaron como base experiencias de investigación en el campo de la IE en el alumnado, comprobadas en estudios empíricos enmarcados en investigaciones de alto nivel científico.

Modelos de la inteligencia emocional

En la literatura especializada y el mercado comercial se encuentran diferentes opciones y gran variedad de libros y test que permiten medir o, al menos, ofrecen estudiar la IE. Ahora, en la literatura científica se distinguen dos modelos de IE. Estos modelos se diferencian entre sí debido a la concepción del constructo que abarcan: los modelos mixtos se basan en las relaciones de los rasgos de la personalidad y su mezcla con la inteligencia emocional; por otra parte, el modelo de habilidades se basa en la percepción, utilización y regulación de la IE en los aprendizajes de la vida cotidiana.

En relación con lo anterior, el modelo de habilidades cognitivas de Mayer y Salovey (1997) y, por otra parte, el modelo mixto de IE, denominado de esa forma por la característica esencial de ser un marco más general y menos específico en sus delimitaciones teóricas que el primero, que a su vez mezcla rasgos de la personalidad, tales como la empatía, motivación y optimismo, además de similitudes conceptuales y operativas (conductuales) con la inteligencia social, han sido difundidos

en forma mediática por Goleman (1995) y Bar-On & Parker (2000).

A continuación se describen de forma sucinta los modelos con base en la descripción realizada por Trujillo y Tovar (2005) en su trabajo analítico acerca de ellos:

- El modelo de IE de Cooper y Sawaf (1997) es un modelo de naturaleza mixta, compuesto por 21 escalas que organizan la IE en aptitudes y vulnerabilidades personales. El instrumento diseñado por los autores trata de explorar oportunidades de éxito personales. En efecto, este modelo procura medir la IE en valores, actitudes, conciencia emocional y entorno habitual. Sus críticos sostienen que es de poca fiabilidad, aunque muy usado en USA y Canadá por entornos gerenciales.
- El modelo de Bar-On y Parker (2000): es de naturaleza mixta debido a que forman el constructo de la IE tomando como base a habilidades intrapersonales, habilidades interpersonales, adaptabilidad, manejo de estrés y estado anímico general, los cuales a su vez se subdividen en 15 componentes de orden mayor. Este es un modelo que entremezcla rasgos emocionales, sociales, con habilidades de ese mismo orden, desde la perspectiva de las teorías de la personalidad y auto-eficacia.
- El modelo de Goleman (1995) ha sido el modelo mixto más publicado, difundido y apoyado por los media. Este conceptualiza la IE como una meta-habi-

lidad o factor general que incluye competencias emocionales tales como el autoconocimiento, autocontrol, empatía, auto-motivación y manejo de las relaciones sociales, así como la inclusión de otros rasgos de la personalidad como el optimismo, creatividad y esperanza, además de su similitud con la inteligencia social. Ha sido criticado por sus deficiencias conceptuales y psicométricas al igual que los dos modelos anteriores.

- El modelo de habilidades de Mayer y Salovey propuesto por Mayer y Salovey (1997), en contraposición con el modelo mixto, expresa que las emociones son consideradas como un subsistema de señales evolucionado de forma independiente de los rasgos estables de personalidad, de manera que cada emoción tiene un significado específico. Por ejemplo, la felicidad transmite la esperanza o la acción de unirse a un grupo de personas; el temor, por el contrario, transmite la posibilidad de que bajo un ataque la persona sienta la necesidad de escapar (Mayer, 2006). El modelo teórico de Mayer & Salovey (1997) propone, entonces, el aprendizaje de cuatro habilidades básicas que representan la inteligencia emocional:
 - a. Percepción emocional: habilidad que busca el reconocer, decodificar, atender y evaluar las emociones propias y de los demás; por ejemplo, prestar atención al tono de voz, movimientos cor-

porales y expresión facial.

- b. Facilitación o asimilación emocional: habilidad que se basa en cómo las emociones afectan el sistema cognitivo. Los estados emocionales ayudan en la toma de decisiones y en la solución de problemas (razonamientos) y facilitación de procesos creativos.
- c. Comprensión y análisis de las emociones: habilidad para extraer las señales emocionales, etiquetarlas y categorizarlas, como entender las posibles causas y consecuencias, es decir, conocer cómo se ajustan los diferentes estados de ánimo.
- d. Regulación reflexiva de las emociones: es la habilidad más compleja; implica discriminar y regular los estados de negativos, e incluye las estrategias para cambiar los sentimientos y emociones.

Es significativo destacar que este modelo es avalado por la American Psychological Association bajo el documento oficial escrito por Mayer, Roberts & Barsade en 2008, titulado: «Capacidades Humanas, Inteligencia Emocional» (haciendo la interpretación al español). Asimismo, este modelo ha sido adaptado y validado en España y países hispanoparlantes por Extremera y Fernández-Berrocal desde la década del 2000 y por la adaptación del instrumento TMMS-48 al TMMS-24, versión castellana.

Para finalizar este apartado, Trujillo y Tovar (2005) anali-

zan que estos modelos distintivamente de ser mixtos o por habilidades, se asemejan en compartir la idea del hecho de que las emociones se pueden conocer, controlar, discriminar e utilizar en y para conductas adaptativas en pro de la vida de las personas en sus diferentes ámbitos y campos de acción.

Inteligencia emocional y la promoción del desarrollo humano en el marco de la Orientación Educativa

El modelo de habilidades de Mayer y Salovey (1997) establece que la IE como una capacidad relacionada con la percepción, análisis, comprensión y regulación emocional, por consiguiente incluye la habilidad relacionada con la asimilación emocional y el proceso de razonamiento sobre el mundo emocional para facilitar el pensamiento. En esa línea se describirán algunas investigaciones de IE sobre algunas variables que son consideradas factores de riesgo en los estudiantes y así también investigaciones sobre los beneficios que presentan las personas con buenos, adecuados o altos niveles de IE.

Por su parte, Ruiz, Cabello, Salguero, Castillo, Extremera y Fernández-Berrocal (2010) explican que, en esta era post-moderna, adolescentes cada vez más jóvenes buscan una sensación de felicidad, aunque esta sea de forma instantánea, a través del consumo variado y en ocasiones simultáneo de sustancias que ellos consideran 'inofensivas', ya sean legales o

no. En igual forma, estos autores plantean que mientras las comisiones mundiales potenciales en salud tratan de desarrollar soluciones paradójicas, y materializarlas en vacunas para impedir el consumo de drogas (algo así como desensibilizar al cerebro al efecto de estas sustancias), es necesario desarrollar y fortalecer las capacidades emocionales y sociales de los jóvenes, desde la perspectiva de la IE, que investigaciones han demostrado que es un elemento significativo para entender el consumo de drogas y las medidas para su prevención, programas de intervención y rehabilitación.

Para ilustrar eso, se considera la investigación realizada por Ruiz-Aranda, Fernández-Berrocal, Cabello, y Extremera (2006: 223) con respecto a la relación de la IE con el consumo de alcohol y tabaco en adolescentes entre 11 y 21 años, estudio que comprueban las premisas que viene desarrollando este artículo: las personas con adecuados niveles de IE no considerarían el consumo de sustancias psicoactivas para regular sus estados emocionales negativos. En este caso, el resultado de la exploración fue: *Los adolescentes con una mayor puntuación en IE muestran un menor consumo de tabaco y alcohol. Los adolescentes con una menor puntuación en IE recurren al consumo de estas sustancias como una forma externa de autoregulación emocional.*

Con respecto a la categoría relacionada con conductas violentas, se cita el estudio realizado por Salguero e Iruarriaga (2006) con el objetivo de relacionar la inteligencia emocional percibida con rasgos de

ansiedad e ira. El resultado no fue causa-afecto, pero sí enuncia que es razonable pensar que las personas con bajos niveles de IE tendrán mayor probabilidad de mostrar emocionalidad negativa, aunado con lo cual estos autores citan los estudios de Sukhodolsky, Golub y Cromwell (2001): ellos demostraron cómo las capacidades de claridad y reparación emocional se correlacionan de forma negativa y significativa con la presencia de pensamientos rumiativos ocasionados por una situación de enfado, pensamientos de venganza, y recuerdos relacionados con el hecho de enfado.

En igual forma Brackett *et al.* (2011) exponen que entre los adolescentes estudiados con la finalidad de examinar la IE en comportamientos violentos, aquellos con bajos en IE se clasificaron como más agresivos que otros y tienden a involucrarse en una conducta más conflictiva en comparación con sus pares que puntuaron más alto en la IE. Asimismo, aquellos con las altas puntuaciones de IE se correlacionaron positivamente con los informes de los mismos estudiantes de tener relaciones sociales saludables y de alta confianza en sí mismos, y las relaciones de mejor calidad con sus padres.

Por otro lado, se tiene el estudio realizado por Extremera y Fernández-Berrocal (2006), con estudiantes universitarios, enmarcado en el objetivo de analizar la relación entre la IE de jóvenes estudiantes universitarios y sus niveles de sintomatología ansiosa y depresiva, y el estado de salud físico, social y mental. Como resultado se evidenció que mayores niveles de Claridad y Reparación

emocional se relacionaron con menores niveles de Ansiedad y Depresión, y mayor puntuación en Rol Físico, Funcionamiento Social, Salud Mental, Vitalidad y Percepción de Salud. En consecuencia, este estudio acepta y confirma la condición predictiva de adecuados niveles de IE con respecto a niveles de ansiedad y depresión, y sobre diferentes áreas relacionadas con la salud mental, social y física de los estudiantes universitarios

Ahora bien, está registrada en la literatura especializada una significativa base empírico - científica (Brackett y Mayer, 2003; Trinidad y Johnson, 2001; Petrides, Frederickson y Furnham, 2004; Limonero, Tomás-Sábado y Fernández-Castro, 2006; Trinidad, Unger, Chou y Johnson, 2004a, Extremera y Fernández-Berrocal, 2003; Trinidad, Unger, Chou, Azen y Johnson, 2004b; Extremera, Fernández-Berrocal, Mestre y Guil, 2002; Fernández-Berrocal, Extremera, Alcaide, Mestre y Guil, 2002; Ruiz *et al.*, 2010), acerca de que los estudiantes con bajos niveles de IE muestran una tendencia a desarrollar trastornos adicti-

vos; también se han registrado evidencias de presentar un inadecuado manejo de las relaciones sociales llegando a presentar problemas antisociales y conductas violentas.

Ahora bien, el desarrollo de la IE trae consigo beneficios en algunas áreas del desarrollo y convivir personal. En un trabajo-compendio realizado por Fernández-Berrocal y Ruiz-Aranda (2008), se sintetizan categorías de beneficios en los que se ha encontrado influencia positiva de la IE con niveles adecuados en jóvenes. Esas áreas son: relaciones interpersonales, bienestar subjetivo y psicológico, rendimiento académico.

En España, los investigadores Palomera, Salguero y Fernández-Berrocal (2011) estudiaron la inteligencia emocional percibida con relación a la adaptación y bienestar infanto-juvenil como estudio longitudinal durante un año. Estos investigadores encontraron que las habilidades de la inteligencia emocional están asociadas a la presencia de resultados positivos y resultados negativos con relación a los comportamientos

de ajuste interpersonal, escolar y psicológico. Con respecto a la infancia las habilidades de claridad emocional y reparación emocional se relacionan de forma positiva con el nivel de autoestima, relaciones adecuadas con los padres, y lo hacen negativamente con síntomas de factores de riesgo como la depresión, percepción de *locus* de control externo, sentimientos de incapacidad y relaciones negativas con los pares.

Además, los resultados de Palomera *et al.* (2011) indican que los tres componentes de la inteligencia emocional percibida en la infancia se relacionan positiva y significativamente con la asertividad, actitudes hacia comportamientos saludables, auto-confianza y prosocialidad. Con respecto a los adolescentes, la capacidad de claridad de las emociones apareció como un predictor significativo del nivel de ansiedad, mientras que niveles adecuados de reparación emocional fueron asociados a niveles más bajos de depresión y de estrés percibido.

Sin embargo, la excesiva atención emocional se ha asociado con un peor ajuste psicológico. Es decir, quienes tengan elevados niveles de atención emocional se relacionarán negativamente con el bienestar subjetivo solo si van acompañados de una baja regulación emocional; por el contrario, si la regulación emocional es elevada, no se encontrará dicha relación. En efecto, esta hipótesis fue comprobada en un grupo de estudiantes por Breva, Galindo, Gámez y Díaz (2011).

Por otro lado, Guerra, León del Barco y Guerrero (2011) estudiaron la relación de la inteligencia emocional y los estilos

...en la literatura científica se distinguen dos modelos de IE. Estos modelos se diferencian entre sí debido a la concepción del constructo que abarcan: los modelos mixtos se basan en las relaciones de los rasgos de la personalidad y su mezcla con la inteligencia emocional; por otra parte, el modelo de habilidades se basa en la percepción, utilización y regulación de la IE en los aprendizajes de la vida cotidiana.

de apego en una muestra de 140 estudiantes españoles y encontraron que el apego seguro se correlacionaba positivamente con claridad emocional y con reparación emocional. Con respecto al apego preocupado, se correlaciona positivamente con atención emocional, debido a que las personas con altos niveles de atención emocional tienden a preocuparse excesivamente por esa relación generando sesgo perceptivo. Y con respecto al apego rechazante, este se correlaciona con la reparación emocional. Se concluyó que los tipos de apegos se relacionan con los niveles de los factores de la inteligencia emocional.

Más aún, Fernández-Berrocal y Ramos (2004) exponen que la IE es una fuente significativa de salud y bienestar subjetivo. De modo que proponen que el cambio en nuestra sociedad desde una vida estresante, ansiosa, con trastornos de consumo y de salud, a una sociedad que gestione su vida y los retos que esta imprime de forma más inteligente y con mayores recursos personales, como posibilidad de afrontamiento de esta posibilidad de cambio, sea el cultivo y desarrollo de la IE para tratar de disminuir los desgastes psicológicos y sus implicaciones negativas.

Ahora bien, el constructo la IE cobra mayor vigencia y pertinencia en el marco de la orientación educativa y específicamente en la orientación para la prevención y el desarrollo, debido a que en el sentido más amplio se busca el desarrollo personal y social minimizando los riesgos o catalizadores negativos del desarrollo humano. Dentro del área de orientación y prevención se considera la

propuesta de la inclusión de la educación emocional.

Para finalizar, a través de la Orientación Educativa el alumno recibirá científicamente y profesionalmente las herramientas, ayuda y acompañamiento para desarrollar su inteligencia emocional, alcanzar estabilidad emocional, aprender a usar sus competencias y habilidades emocionales, alcanzar el desarrollo integral de su personalidad, de forma que, mediante la acción de los orientadores se pueda viabilizar los efectos positivos ya explicados, de desarrollar la IE en los estudiantes mediante una colaboración escuela-familia para potencializar el desarrollo y educación emocional, y contribuir así de forma directa en la felicidad, bienestar psicológico o subjetivo de la población.

Educación emocional como prevención inespecífica de problemas

Nuestra concepción se encuadra con las ideas de Liccioni y Soto (2006) respecto de que se ha hecho mucho énfasis en las solicitudes y reclamos en nombre de la prevención de problemas como una de las funciones de orientación educativa. En efecto, estas autoras plantean que las estrategias de prevención inespecífica deben ir concadenadas a orientar y fortificar las virtudes, características y fortalezas positivas de los estudiantes para que puedan actuar como factores preventivos de los diferentes problemas y factores de riesgo que aquejan a la población estudiantil.

Entonces, desde la perspectiva

de que muchas de las problemáticas que afectan a la población estudiantil, como se mencionará más adelante, tienen su base en la dimensión emocional y su posible gestión ineficaz, la orientación educativa debe ayudarse de la educación emocional como estrategia de prevención inespecífica que puede tener efectos beneficiosos frente al reto de la prevención múltiple. Además, Liccioni y Soto (2006:28) definen la educación emocional como una *...forma de prevención primaria inespecífica consistente en intentar minimizar la vulnerabilidad a las disfunciones o prevenir su ocurrencia*. Es decir, la meta principal de la orientación educativa a través de la educación emocional es educar a las personas en comportamientos preventivos y con esencias en pro del desarrollo humano.

Por su parte, Fernández-Berrocal y Ramos (2004) justifican la educación emocional, bajo la premisa de que, a pesar de vivir en la actual sociedad de la información y comunicación, lo cual implica suponer que la población está enterada e informada de los riesgos que presentan ciertos comportamientos (sexo irresponsable, consumo de drogas y violencia), pero que de igual forma son practicados. Esto, según ellos, se debe a la falta de habilidades o competencias emocionales que le permitan a la población el empleo de técnicas efectivas y sanas para afrontar los problemas de la vida y situaciones de un mundo cambiante.

De forma análoga, Álvarez (2001:11) expone que en esta sociedad existe un gran analfabetismo emocional que se expresa constantemente en *conflictos, violencia, ansiedad,*

estrés, depresión, consumo de drogas, pensamientos auto-destructivos, anorexia, suicidios y entre otras situaciones problemas. Estos son síntomas de una sociedad afectada por la ineficaz gestión emocional (a nuestro juicio, uno de los factores desencadenantes), los cuales exigen programas de formación en educación emocional, que tengan como propósito la formación integral de la personalidad en el sentido de que la población esté preparada para afrontar sanamente los retos que imprime esta era.

Para Marina (2005), la educación emocional es *...un saber instrumental que ha de encuadrarse en un marco ético que le indique los fines, y debe prolongarse en una educación de las virtudes que permita realizar los valores fundamentales*. De modo que este autor denuncia que la educación emocional no debe ser un proceso normativo nutrido exclusivamente de la psicología (la cual no puede llegar a explicar por sí sola el cómo educar las emociones) sino alimentarse de la ética y de los valores morales aceptados o no por el sistema social cultural.

Por su parte Bisquerra (2000: 244), señala que los objetivos de una adecuada educación emocional deben estar dirigidos a adquirir conocimientos para percibir, controlar e identificar emociones en nosotros mismos y los demás; desarrollar competencias emocionales adecuadas; generar estados de ánimo positivos (reparación emocional); aprender a tomar actitudes positivas ante la vida. Estos objetivos tendrían impacto positivo en un aumento de habilidades sociales con resultados en el manejo adecuado

de relaciones sociales, disminución de índices de violencia y comportamientos autodestructivos y disruptivos, mejoramiento de los índices académicos, de adaptación a las variadas esferas del convivir humano y social; además, en la reducción de síntomas ansiosos, de estrés y otros relacionados con la gestión poco eficaz de las emociones negativas.

En este contexto, es significativo destacar que varios autores discurren en la condición y característica complementaria de la educación emocional con carácter indispensable para lograr el verdadero desarrollo integral de los estudiantes en todos los niveles y modalidades del sistema educativo; además agregan que la educación emocional debe auxiliarse como proceso didáctico-pedagógico de las teorías que explican el desarrollo humano para poder diseñar, accionar y evaluar su praxis (Liccioni y Soto, 2003; Bisquerra, 2000; Álvarez, 2001).

En ese sentido, el fundamento teórico de una educación emocional se basará en la selección adecuada de los tipos de contenidos y aprendizajes para el programa de intervención, siempre teniendo como criterios de selección: adecuación de los contenidos al nivel educativo de los participantes –los contenidos deben ser aplicables a todos los participantes del grupo–, apertura para procesos de reflexión individual y grupal sobre las emociones y sus implicaciones en las conductas, y por supuesto, hacer énfasis en el desarrollo de competencias emocionales (Bisquerra, 2006).

Para ilustrar la fundamentación teórica de la educación emo-

cional se tiene que la misma se encuentra basada en las teorías de las emociones, movimientos de renovación pedagógica, psicología humanista, psicología positiva, metodología de la intervención, teorías de las inteligencias múltiples, inteligencia emocional, neurociencias y la psiconeuroinmunología.

De ahí que la educación emocional se presenta como alternativa para desarrollar las competencias emocionales, a manera de un proceso continuo, sistemático, coherente, científico y flexible, apegado como complemento para el desarrollo integral de los estudiantes con el fin de aumentar el bienestar subjetivo y social (Bisquerra, 2000). Sin embargo, Marina (2005) advierte que uno de los objetivos de la educación emocional es hacer más fáciles los comportamientos adecuados, pero no necesariamente el comportamiento adecuado se presenta si la persona ha recibido esta modalidad de educación.

En ese sentido, el término de *competencia emocional* está relacionado al accionar práctico, comportamental y cognitivo de las anteriores habilidades de IE, es decir, en la interrelación constante entre las demandas y exigencias ambientales (entiéndase contexto) y la persona; en efecto, Bisquerra y Pérez (2007) refieren que las competencias emocionales son el conjunto de conocimientos, capacidades o destrezas afectivas a movilizar o ejecutar para la adecuada percepción, comprensión y regulación de los fenómenos emocionales, solución de problemas y realización de tareas de forma eficaz. En tal sentido, requieren desarrollo por medio de expe-

riencias prácticas, aspecto que deberá trabajar la educación.

En el marco de la orientación psicopedagógica está el área de la prevención y el desarrollo, la cual requiere de personas o agentes de trabajo como la familia, profesorado, estudiantados y demás agentes sociales; entre ellos están los Orientadores. Para Zamora *et al.* (2010), estos son profesionales de la educación dedicados al desarrollo y fortalecimiento de las potencialidades de las personas en cualquier campo de acción del convivir humano, y que además trabajan por facilitar la adaptación psico-social efectiva, a través de las diferentes etapas psico-evolutivas y de las cuestiones imprevistas de la vida.

Vale destacar que los Orientadores están capacitados para acompañar y trabajar con sistemas humanos durante todo su ciclo vital, pero específicamente en el área educativa tienen la facultad de abordar las sub-áreas: personal-social, que comprende el desarrollo psicológico, social y familiar; el área académica; área vocacional; área laboral, área recreativa y el área socio-política (Zamora *et al.* 2010). Pero conviene insistir que estas áreas no se pueden separar sino que están interrelacionadas. Entonces, las acciones dentro de la orientación de la prevención y el desarrollo, específicamente la estrategia de la educación emocional, impactarán de forma positiva en algunas de estas áreas, debido a que la meta principal es el aumento de bienestar psicológico en calidad y cantidad. Claro está que la distinción de la naturaleza de la intervención de la orienta-

ción es la edad evolutiva de los estudiantes.

Reflexiones finales

Es preciso mencionar que sostenemos la crítica que Liccioni y Soto (2006) apuntan hacia el sistema educativo porque, a pesar de vivir en los inicios del siglo XXI, todavía se evidencian praxis educativas e institucionales muy alejadas de las premisas de la formación integral de los educandos, debido a que la enseñanza carece de la educación y aplicación de habilidades emocionales y sociales, del cultivo en los docentes y educandos de la empatía, control emocional, el arte de escuchar y comunicar, la asertividad, la expresión y regulación de estados de ánimos, el proceso de toma de decisiones como fenómeno afectivo y efectivo. Generalizando el asunto, la enseñanza escasea de competencias para la gestión de una vida emocional e integralmente sana.

Ahora bien, Bisquerra (2000) aporta líneas de acción desde la Orientación como disciplina que auxiliaría en programas y proyectos de intervención como estrategia de prevención inespecífica, pues estas estrategias están diseñadas y concebidas con el propósito de mejorar y, además, de desarrollar en los casos que no lo estén, las fortalezas y cualidades positivas personales en términos de habilidades y competencias emocionales que servirían como factores u elementos subjetivos de prevención de las principales conductas riesgosas que afectan el bienestar psicosocial de la juventud y de la población en general. Por ejemplo: prevención

en drogas, alcohol, infecciones de transmisión sexual, indisciplina, embarazos no planificados, trastornos de la conducta alimenticia, además de estrés, depresión y ansiedad, así también de comportamientos violentos, antisociales y el fenómeno de *bullying*, conocido en Latinoamérica como abuso y acoso escolar.

Desde la orientación educativa se plantean los programas de orientación para la prevención y el desarrollo, los cuales insisten en que la orientación como disciplina debe centrarse mayormente en la prevención y desarrollo y menos en los aspectos remediales; es decir, la acción se debe centrar en que los estudiantes adquieran competencias y habilidades esenciales para la buena gestión de la vida cotidiana, laboral y familiar, trabajando de forma integral las dimensiones racionales y emocionales de los individuos.

Por consiguiente, la educación emocional se formula como tendencia de la orientación para la prevención y desarrollo, entendida como un proceso continuo, cuidadoso, sistemático, abierto, flexible, científico, adicional y obligatorio con carácter preventivo de patologías o afecciones, tanto mentales como físicas, que debe aplicarse a la par de la enseñanza de otros contenidos. No se nos mal interprete: se le debe dar la misma importancia y significancia que a otras modalidades de educación.

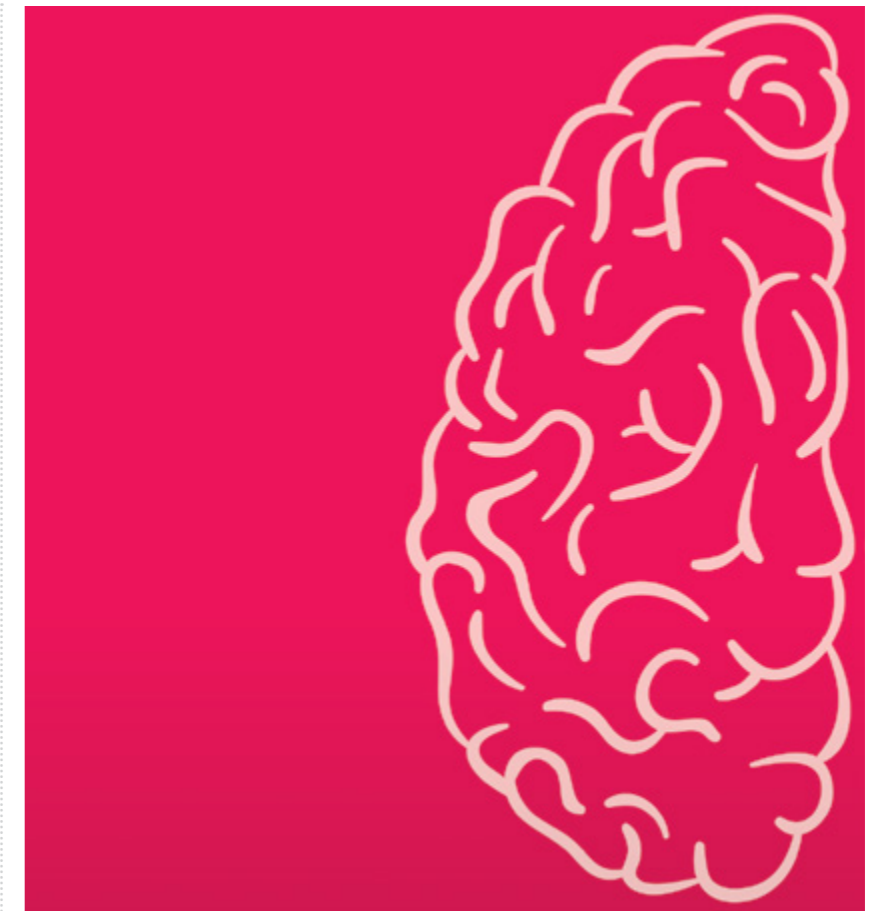
Ahora bien, este tipo de enseñanza y de aprendizaje requiere un esfuerzo y dedicación tanto de los docentes como por parte de los alumnos; esperamos que en esta época de cambios y reformas educativas que bus-

can optimizar nuestro sistema educativo, y por consecuencia la calidad de la educación, se tomen en cuenta los beneficios y experiencias de acuerdo con el desarrollo emocional a nivel internacional.

Por otra parte, se propone que la educación emocional auxilie en la compleja tarea que deberá adjudicarse el sistema educativo de educar tanto la cabeza como el corazón, lo académico y lo emocional de los ciudadanos para, de alguna forma, buscar soluciones en las situaciones que se viven en los centros educativos, en donde el profesorado y la comunidad educativa están lidiando con situaciones de violencia entre los estudiantes o hacia ellos mismos, problemas de drogas, alcoholismo y otras conductas disruptivas, embarazos no deseados, trastornos emocionales y afectivos, y por supuesto, de fracaso escolar.

En tal sentido, la educación emocional en base a las implicaciones demostradas descritas en este trabajo, que fundamentan y justifican la inclusión de la misma en el currículo, cumpliría la notable labor de desarrollar y fortalecer las competencias esenciales en el estudiantado, lo cual conllevará a una mejor actuación en las áreas laborales, académicas, personales y contribuirá a mejorar la autoestima, satisfacción vital o felicidad en la población. De igual manera, es necesaria la inclusión de la educación emocional en los currículos de formación universitaria de los docentes, maestros y profesores, además de cualquier profesional ligado al quehacer humano.

A manera de colofón, se ha demostrado la relación que existe entre cognición, emoción y



...el constructo la IE cobra mayor vigencia y pertinencia en el marco de la orientación educativa y específicamente en la orientación para la prevención y el desarrollo, debido a que en el sentido más amplio se busca el desarrollo personal y social minimizando los riesgos o catalizadores negativos del desarrollo humano. Dentro del área de orientación y prevención se considera la propuesta de la inclusión de la educación emocional.

conducta como unidades integradas (véase, De Beauport y Díaz, 2008). En efecto, la educación emocional tendría como meta principal educar los cerebros y corazones de la población para el desarrollo pleno

de una vida en convivencia, en que se respeten los derechos propios y de los demás, una sociedad en la cual la ética y moral sean verdaderas rectoras de la acción humana.

Bibliografía

- ÁLVAREZ, M. (coord.) et al. (2001): *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: Praxis.
- BAR-ON, R. & J. PARKER (2000): *The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessments and Applications at Home, School, and in the Work-place*. San Francisco, Ca: Jossey-Bass.
- BISQUERRA, R. (2000): *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- BISQUERRA, R. (2006): «Orientación psicopedagógica y educación emocional». *Estudios sobre educación*, Nº 11, 9-25. España: Universidad de Navarra.
- BISQUERRA, R. y N. PÉREZ (2007): «Las competencias emocionales». *Educación XXI, Revista de la Facultad de Educación*, Nº10, 61-82. España: UNED.
- BRACKETT, M.; S. RIVERS y P. SALOVEY (2011): «Emotional Intelligence: Implications for Personal, Social, Academic and Workplace Success». *Social and Personality Psychology Compass*, Nº 5, 88-103. EEUU: Universidad Yale.
- BRACKETT, M. & J. MAYER, (2003): «Convergent, discriminant, and incremental validity of competing measures of emotional intelligence». *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29 (9), 1147-1158. EEUU: Universidad de New Hampshire.
- BREVA, A.; M. de la Paz GALINDO, E. GÁMEZ y J. M. DÍAZ (2011): «¿La excesiva atención emocional se relaciona con el bienestar subjetivo? Algunos datos empíricos acerca del papel mediador de la regulación emocional en dicha relación». En FERNÁNDEZ-BERROCAL, P.; N. EXTREMERA; R. PALOMERA; D. RUIZ-ARANDA; J. SALGUEIRO y R. CABELLO, (Coord.) *Inteligencia emocional. 20 años de investigación y desarrollo* (pp. 103-107). Santander: Fundación Marcelino Botín.
- BUSTAMANTE GUERRA, J.; E. GUERRERO BARONA y B. LEÓN DEL BARCO (2011): «Relación entre apego e inteligencia emocional en adolescentes». En FERNÁNDEZ-BERROCAL, P.; N. EXTREMERA; R. PALOMERA; D. RUIZ-ARANDA; J.; R. SALGUEIRO y R. CABELLO (Coord.): *Inteligencia emocional. 20 años de investigación y desarrollo* (pp. 159-163). Santander: Fundación Marcelino Botín.
- COOPER, R. y SAWAF, A. (1997): *Executive EQ: Emotional Intelligence in Leader Ship and Organizations*. New York: Grosset Putman.
- DE BEAUPORT, E. y S. DÍAZ (2008): *Las tres caras de la mente*. Caracas: Ediciones Alfa.
- EXTREMERA, N.; P. FERNÁNDEZ-BERROCAL, J. MESTRE, y M. GUIL (2002): «Un estudio correlacional entre inteligencia emocional percibida, conductas agresivas y salud mental». *Resúmenes del II Simposio de la Asociación de Motivación y Emoción*. Salamanca, España: Asociación de Motivación y Emoción.
- EXTREMERA, N. y P. FERNÁNDEZ-BERROCAL (2003): «La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula». *Revista de Educación*, 332, 97-116. España: Ministerio de Educación. Centro de publicaciones.
- EXTREMERA, N., y P. FERNÁNDEZ-BERROCAL (2006): «Emotional intelligence as predictor of mental, social and physical health in university students». *The Spanish Journal of Psychology*, 9, 45-51.
- FERNÁNDEZ-BERROCAL, P. y N. RAMOS (2004): *Desarrolla tu inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- FERNÁNDEZ-BERROCAL, P. y D. RUIZ-ARANDA (2008): «The Emotional intelligence in the school context». *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15.
- FERNÁNDEZ-BERROCAL, P.; N. EXTREMERA; R. ALCAIDE; J. MESTRE y M. GUIL (2002): «Inteligencia emocional percibida, auto-estima, depresión y ansiedad en estudiantes de instituto». *Resúmenes del II Simposio de la Asociación de Motivación y Emoción*, Asociación de Motivación y Emoción. España: Salamanca.
- GARASSINI, M. y P. ZAVARCE (2010): «Historia y marco conceptual de la Psicología Positiva». En GARASSINI, M. y C. CAMILI (Comp.): *Psicología positiva: estudios en Venezuela*, 17-51. Venezuela: Monfort.
- GARDNER, H. (1983): *Multiple Intelligences*. New York: Basic Books.
- GARDNER, H. (1999): *Intelligence Reframed: Multiple Intelligences for the 21st Century*. New York: Basic Books.
- GOLEMAN, D. (1995): *La inteligencia emocional*. Buenos Aires, Argentina: Vergara.
- LICCIONI, E. y L. SOTO (2003): «Psicopedagogía de las emociones». *Revista Ciencias de la Educación*, 3, 2 (22), 175-184
- LICCIONI, E. y L. SOTO (2006): *La educación emocional en niños, Estrategias para su desarrollo en la escuela*. Universidad de Carabobo. Valencia: Venezuela.
- LIMONERO, J. T.; J. TOMÁS-SÁBADO; J. FERNÁNDEZ-CASTRO, (2006): «Perceived emotional intelligence and its relation to tobacco and cannabis use among university students». *Psicothema*, 18, 95-100
- MARINA, J. (2005): «Precisiones sobre la educación emocional». *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 27-43. España: Asociación Universitaria de Formación del Profesorado.
- MAYER, J. y P. SALOVEY (1997): «What is emotional intelligence?» En P. SALOVEY & D. SLUYTER (ed.): *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications*, pp. 3-31. New York: Basic Books.
- MAYER, J. (2006): «A new field guide to emotional intelligence». En J. CIARROCHI; J. FORGAS & J. MAYER (Eds.): *Emotional intelligence and everyday life* (pp. 3-26) (2 nd ed). New York: Psychology Press.
- MAYER, J.; R. ROBERTS & S. BARSADE (2008): «Human abilities: Emotional intelligence». *The Annual Review of Psychology*, 59, 507-536.
- PALOMERA, R.; J. M. SALGUEIRO y P. FERNÁNDEZ-BERROCAL (2011): «¿Es importante la inteligencia emocional percibida para la adaptación y bienestar infanto-juvenil?» En P. FERNÁNDEZ-BERROCAL; N. EXTREMERA; R. PALOMERA; D. RUIZ-ARANDA; J. M. SALGUEIRO y R. CABELLO (2011): *Inteligencia Emocional: 20 años de investigación y desarrollo*. Santander: Fundación Marcelino Botín (pp. 61-65).
- PETRIDES, K.; N. FREDERICKSON & A. FURNHAM (2004): «The role of trait emotional intelligence in academic performance and deviant behavior at school». *Personality and Individual Differences*, 36 (2), 277-293.
- RUIZ-ARANDA, D.; P. FERNÁNDEZ-BERROCAL; R. CABELLO y N. EXTREMERA, (2006): «Inteligencia emocional percibida y consumo de tabaco y alcohol en adolescentes». En *Ansiedad y Estrés*, 12, 2-3, 223-230.
- RUIZ-ARANDA, D.; R. CABELLO; J. M. SALGUERO, R. CASTILLO; N. EXTREMERA y P. FERNÁNDEZ-BERROCAL (2010): *Los adolescentes malagueños ante las drogas: la influencia de la inteligencia emocional*. Madrid: TEA ediciones.
- SALGUERO, M. e I. IRUARRIZAGA (2006): «Relaciones entre inteligencia emocional percibida y emocionabilidad negativa: tristeza, ira y depresión». *Ansiedad y Estrés*, 12 (2-3), 207-221.
- SALOVEY, P. & J. MAYER (1990): «Emotional intelligence». *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- TRINIDAD, D. & C. JOHNSON (2001): «The association between emotional intelligence and early adolescent tobacco and alcohol use». *Personality and Individual Differences*, 32 (1), 95-105.
- TRINIDAD, D.; J. UNGER, C. CHOU & C. JOHNSON (2004a): «The protective association of emotional intelligence with psychosocial smoking risk factors for adolescents». *Personality and Individual Differences*, 36 (4), 945-954.
- TRINIDAD, D.; J. UNGER, C. CHOU; S. AZEN & C. JOHNSON (2004b): «Emotional intelligence and smoking risk factors in adolescents: interactions on smoking intentions». *Journal of Adolescents Health*, 34 (1), 46-55.
- TRUJILLO, M. y L. TOVAR (2005): «Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional». *Innovar. Revista de Ciencias Administrativas y Sociales*, Vol. enero, 9-24.
- ZAMORA, M.; R. REVILLA y M. MORILLO (2010): «Orientación comunitaria: orientación, familia y comunidad: Isla de Toas». *Encuentro educacional*, 17 (3), 428-443.