



UNIVERSIDAD
PEDAGOGICA
NACIONAL

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

**“LA TEORÍA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL – UNA NUEVA
PERSPECTIVA DENTRO DEL PROCESO EDUCATIVO”**

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:

LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

P R E S E N T A N

LIZBETH MEDINA CUEVAS

SIGRID RADAU MACÍAS

ASESOR: FERNANDO CHÁVEZ ARREDONDO

HIPÓTESIS

A un elevado coeficiente intelectual no corresponde necesariamente a un elevado coeficiente emocional.

OBJETIVO GENERAL

Demostrar que el tener calificaciones de 10 no garantiza una vida exitosa; mientras que el desarrollo de habilidades emocionales pueden predecir jóvenes capaces de enfrentar problemas de manera asertiva.

OBJETIVOS PARTICULARES

- Demostrar la importancia de la IE dentro de la pedagogía para el proceso educativo.
- Despertar interés en otros profesionistas que estén relacionados con el proceso educativo por el estudio de esta teoría.
- Demostrar su utilidad y aplicación con el fin de lograr una educación integral en nuestro país.

INTRODUCCION

La importancia de la pedagogía consiste en buscar teorías innovadoras que ayuden a la optimización de la educación. Retomando esta idea, esta tesis se enfocará a la teoría de la IE (término que se utilizará para nombrar a la inteligencia emocional) cuyo fin es verificar si efectivamente sirve como medio que permita el buen desarrollo del sujeto en cualquier ámbito de su vida.

Para demostrar esto, llevamos a cabo una investigación que nos permitió corroborar esta afirmación, en donde consideramos que un coeficiente intelectual elevado no es sinónimo de equilibrio emocional, ni determina el éxito en la vida personal ni profesional. Se cree que el coeficiente emocional es la parte fundamental para que un ser humano alcance una vida plena.

Dicha investigación se llevó a cabo en una escuela secundaria técnica, del turno vespertino, la cual se ubica en una zona de alto riesgo en cuanto a drogadicción se refiere, entendiendo por alto riesgo a la facilidad y cercanía que tienen con sustancias tóxicas. Esta escuela se encuentra ubicada en la Delegación Tlalpan. Dicha zona es considerada como marginal, donde se presenta un alto índice de vandalismo, pobreza y delincuencia.

Para lograr esta tesis se recurrió a información teórica y práctica; la teoría fue encontrada en diferentes textos (de diversas bibliotecas del D.F., incluyendo las de universidades renombradas). Para la parte práctica, se elaboró un cuestionario a partir de otros establecidos por reconocidos autores, como es el caso de Daniel Goleman, el cual fue aplicado a una población estudiantil de segundo y tercero de secundaria. Fue calificado y se tomaron datos importantes como género, edad, promedio actual y nivel de IE que poseían.

Posteriormente se hizo una relación entre todos los resultados y se llegó a una conclusión que permitió establecer relaciones entre ellos.

Para la parte teórica se hizo una división en 5 capítulos del trabajo, refiriéndose el primero a los fundamentos teóricos de la IE, que pretende dar a conocer cuáles fueron los antecedentes de esta teoría, así como sus principales autores, y como sirvieron de fundamento para lograr lo que hoy se conoce como teoría de la IE.

El segundo capítulo se titula “Cuando hablamos de IE ¿ a qué nos referimos?”, que trata de todo lo que engloba dicha teoría, desde los conceptos que se manejan hasta sus elementos.

El capítulo tercero habla sobre el papel que juega la orientación en la formación de los adolescentes para lograr la IE en ellos.

Capítulo cuarto, “Inteligencia Emocional teoría alternativa para la pedagogía”, el cual pretende dar una explicación de la importancia que tiene esta teoría para la pedagogía y el ámbito educativo.

En el cuarto quinto se realizó una comprobación tangible que permitió corroborar la hipótesis a la que se quería llegar, la cual pretende afirmar que efectivamente para que un individuo se desarrolle de manera óptima es necesario que eduque su coeficiente emocional y no únicamente el intelectual.

A partir de esto, concluimos que este coeficiente es más importante; pues se ha demostrado que no es suficiente ser inteligente; muchas veces esta “cualidad” viene acompañada de un déficit al momento de socializar, lo que trae como consecuencia frustración y poco desarrollo tanto personal como profesional, viéndose reflejado en el desempeño de sus actividades cotidianas.

Por lo tanto, una persona que carezca de un alto coeficiente intelectual, pero que muestre un equilibrio emocional adecuado, será capaz de hacer frente a problemas, frustraciones y cualquier situación que le sea desfavorable,

permitiéndole el razonamiento de sus propias emociones y llevándolo a encontrar soluciones adecuadas o favorables a los problemas que enfrente.

“El CI (modo en que se nombrará al coeficiente intelectual), es una manera de evaluar la inteligencia, pero no determina el pensamiento, el destino o la manera como las personas se adaptan de forma creativa a su medio ambiente”.¹

Para poder conocer la teoría de la IE, es necesario primero conocer su definición.

- ❖ El término de IE fue utilizado por primera vez en 1990 por los psicólogos Peter Salovey y John Mayer, quienes la definen como: un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas, y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno.

¹ *Inteligencia Emocional*, Tomo I, Colombia, 2003.

CAPÍTULO I

HISTORIA DE LAS EMOCIONES.

El tema central de este trabajo es la IE, para ello abordamos la historia de las emociones; las cuales nos darán las bases necesarias para poder determinar si la IE puede ser tomada como una ciencia o no; de tal manera que sea capaz de funcionar como herramienta para lograr un mejor desenvolvimiento del ser humano en su vida cotidiana y con especial énfasis en ocasiones cuando el sujeto se encuentre en situaciones que lo vuelven más vulnerable ante problemas como es el caso de las adicciones; tema que será tomado como ejemplo durante el desarrollo de este trabajo recepcional.

Uno de los elementos que propiciará la afirmación de esta teoría, es justamente el estudio de las emociones, pues a través de la investigación documental que se llevó a cabo se encontraron a diversos autores que dedicaron estudios a este tema, y las tomaron como parte esencial del ser humano y factor prioritario en la manifestación de su comportamiento.

Desde un punto de vista pedagógico, no se pretende analizar, interpretar o criticar las diferentes teorías que se han dado sobre las emociones, sino ver cómo a partir de ellas, se fue estructurando la teoría de la IE; esto dará elementos que permitan saber si este tema puede ser eficaz como alternativa para lograr una educación integral, donde se tome en cuenta tanto la parte cognitiva, como emocional de los seres humanos.

Desde tiempos remotos, las emociones han sido blanco de un interés particular debido a que éstas se manifiestan gracias a reacciones orgánicas en el ser

humano, situación que ha despertado la inquietud de conocer qué relación existe con el comportamiento que los individuos presentan ante diferentes situaciones.

Justamente el estudio de las emociones ha reconocido el surgimiento de una teoría que a partir de un buen razonamiento de las mismas permite una mejor calidad de vida a los seres humanos, esto ayudaría a lograr una socialización armónica entre sujetos; de ahí la importancia de la IE, que pretende de una manera racional entender y controlar las emociones.

Para lograr esto, es necesario entender de qué manera ha sido la evolución de las emociones a través de la historia, al mismo tiempo, es necesario conocer cómo los diferentes autores las tomaron bajo circunstancias históricas diversas.

Para ello se retomarán algunas etapas por las que ha pasado el ser humano, incluyendo en éstas a algunos autores que hablaron sobre las emociones, partiendo desde la Antigua Grecia, hasta el siglo XX.

1.- Antigua Grecia (a. C.)

1.1 Empédocles (Hacia 450 a.C.)

Este autor hablaba acerca de la teoría de los cuatro tipos de temperamento: colérico, melancólico, sanguíneo y flemático.

Creía que el cuerpo humano, al igual que todas las formas terrenales, estaba compuesto de cuatro elementos: fuego, tierra, aire y agua; los relacionó con los cuatro humores corporales: la bilis roja y la negra, la sangre y las mucosidades.

Con esta relación, Empédocles estableció las bases para una psicología determinada de manera primordial por los humores corporales: “El asociaba la bilis roja, caliente y seca, choler; con el fuego, la bilis negra melancholie, con la tierra

fría y seca, la sangre caliente y húmeda sanguis, con el aire y las mucosidades frías y húmedas, plegma, con el agua la excesiva expansión de uno de estos humores por el cuerpo se consideraba la causa de determinados estados anímicos y predisposiciones del carácter: todavía son conceptos actuales: el irritable y explosivo colérico, el pesimista y deprimido melancólico, al abierto y divertido sanguíneo y el lento y apático flemático”.²

Empédocles fue uno de los primeros autores que habló sobre las emociones, e hizo una relación de éstas con ciertas manifestaciones orgánicas del cuerpo humano. Con esta relación, dio conceptos de algunos estados anímicos del carácter de los individuos los cuales hoy en día todavía son retomados en algunas ciencias como la psicología, lo que ha permitido poder comprender y explicar los diferentes comportamientos del ser humano.

Sin embargo la explicación que Empédocles da sobre las emociones únicamente se queda a nivel orgánico, no menciona de dónde surgen los sentimientos ni cuál es su origen. Por lo que su participación en la teoría IE resulta ser intrascendente.

1.2 Sócrates (469 – 399 a. C.)

Para Sócrates la ciencia y la virtud representan a “La búsqueda de sí mismo que es al mismo tiempo búsqueda del verdadero saber y de la mejor manera de vivir: en otras palabras, es a la vez investigación del saber y de la virtud. Saber y virtud se identifican, según Sócrates. El hombre no puede tender más que a saber lo que debe hacer o lo que debe ser; y tal saber es la virtud misma”.³

Sócrates considera que el común de las personas piensa que sabiduría y virtud son cosas distintas, esto es que se cree que el saber no es cuestión importante

² MARTÍN, Doris y Boeck Karin, *¿Qué es la Inteligencia Emocional?*, EDAF, Munich, 1997, pp.15-16.

³ ABBAGNANO, Nicolás *Historia de la filosofía*, Motaner y Simón, Barcelona, 1978, p. 60.

para el hombre al momento de actuar y que aún cuando está convencido de lo que es el bien es muy común que se vea derrotado por el placer, situación que lo aleja de la virtud. No obstante Sócrates piensa que aquella llamada “ciencia”, la cual no puede dominar al hombre y que además lo deje solo ante los impulsos sensibles, no es tampoco una ciencia; es decir que para Sócrates el poder controlar las emociones es signo de poseer una racionalidad humana a la cual él traduciría como ciencia.

Esto es, cuándo el ser humano se entrega a estas pasiones, cree actuar bien, es decir, para él lo más útil y conveniente, lo cual es un error de juicio, porque dice Sócrates que la ignorancia es base de toda culpa y todo vicio. Es un mal cálculo que induce al hombre a las pasiones y al placer del momento, aunque esto pueda traerle momentos amargos o dolorosos. Entonces, cuando una persona sabe, formula bien sus cálculos y con esto, escoge en cada uno de los casos, el placer mayor, el cual lo va a alejar del dolor y del daño; siendo ese placer, la virtud.

Esto nos sirve para afirmar que efectivamente a través de la historia se ha hablado de una IE, aunque no con el mismo nombre. Podemos verla presente en autores como Sócrates, quien al hablar de la virtud, pone de manifiesto que el ser humano tiene como objetivo la búsqueda del placer; pero a lo que Sócrates llegó fue a la obtención de un placer, pero no inmediato, sino a largo plazo, donde el razonamiento esté presente y en equilibrio con la emoción. Es decir, que el ser humano debe de ir en busca de ese placer a partir de un razonamiento que le permita alejarse del dolor y del daño.

Sócrates está en contra de la renuncia al placer y a las emociones para ser virtuoso, porque el negarlas no es sinónimo de virtud, pues recuerda que las emociones son parte básica del ser humano y el renunciar a ellas sería negar la vida misma. Considerarlas y aprovecharlas se traduce en una vida humana “perfecta”, pues el comprender al placer de este modo, es obtener el placer máximo.

Sócrates hace una distinción entre hombre virtuoso y hombre no virtuoso; el primero es aquel que sabe calcular los placeres y controlar las pasiones, escogiendo de éstos al mayor; mientras que el no virtuoso no es capaz de llevar a cabo este cálculo y, por lo tanto, no puede alejarse del placer del momento y no es capaz de controlar sus pasiones.

Entonces para Sócrates “la virtud no es ni puro placer ni puro esfuerzo, sino cálculo inteligente. En este cálculo, la profesión o la defensa de la injusticia no halla lugar porque la injusticia no es más que un cálculo equivocado.”⁴

Se entiende que dicha injusticia puede ser causa de una falta de control sobre las emociones mismas, que puede llevar al ser humano a un exceso en sus pasiones, lo que le imposibilita entender las emociones del otro.

Sócrates aunque no lo conocía con el mismo nombre, ya hablaba de la importancia de poder controlar de forma racional las emociones del individuo. Él, a diferencia de Empédocles, llevó a cabo un estudio más a fondo sobre la importancia de las emociones en el ser humano.

Por ello podemos considerarlo como uno de los principales aportadores a la teoría de la IE.

1.3 Platón (427-347 a. C.)

Según Platón “ La vida del hombre no puede ser una vida fundada sobre el placer. Una vida tal, que llegaría a excluir hasta la conciencia del placer, es una vida propia del animal pero no del hombre. Por otro lado, no puede ser una vida de pura inteligencia, que sería divina, pero no humana. Por lo tanto debe de ser una

⁴ Ibid. p. 61

vida mixta de placer y de inteligencia para constituir la forma perfecta del llegar al bien.”⁵

Platón habla sobre el sujeto, quien debe conseguir un equilibrio entre sus emociones e inteligencia; considera que la vida propia del ser humano debe tener una parte emocional y una intelectual, que ambas deben ser celosamente cuidadas, pues el no desarrollar una de ellas ocasiona que el sujeto viva de manera incompleta. Si se trata de una falta de conciencia sobre el placer, dice Platón, que es la vida propia de un animal, que lo aleja por completo de su condición humana. Si al contrario de esto, predomina la inteligencia, el individuo se asemejaría más a una divinidad que a un ser humano. Es por ello que está convencido de que debe existir ecuanimidad entre ambas partes.

Platón, al igual que Sócrates, consideraba que el ser humano debe tener una armonía entre su inteligencia y sus emociones; pues irse a los extremos daría como resultado o un ser divino o un animal falto de razón. Es por ello que este filósofo también es considerado como pionero de la teoría de la IE .

1.4 Aristóteles (384 – 322 a.C.)

Para Aristóteles el amor es una emoción muy unida a la mistad así como el miedo está unido al sufrimiento es decir: “El amor estaría íntimamente vinculado a la amistad y lo siente por nosotros aquel que se alegra o bien se entristece a la par nuestra. El miedo surge de la representación de un mal o de un sufrimiento que va a sobrevenir. La envidia es casi siempre un malestar en vista del bien ajeno; incluso son con frecuencia envidiosas personas a las que apenas les falta nada”⁶

⁵ *Ibid.*, p. 105.

⁶ LOTHAR Schmidt, Atzert, *Psicología de las Emociones*, Herder, Barcelona, 1985, p. 14-15

Para Aristóteles, cada emoción se presenta debido a causas externas, producen diferentes estados de ánimo de acuerdo a la situación de la misma.

Por ejemplo, el miedo para él representa una alerta ante problemas que puedan suscitarse; por lo regular, el ser humano tiene miedo a lo desconocido, no sabe a ciencia cierta qué le espera ante estas situaciones, lo que le produce angustia, sufrimiento y desconcierto.

No deja de lado la envidia, sentimiento que produce odio, enfado y rencor en las personas: “Desde el punto de vista de Aristóteles, el problema no está en la emocionalidad, sino en la convivencia de la emoción y su expresión.”⁷

Aristóteles pensaba que las emociones deben estar acorde con el momento y la situación que las precede, esto es por ejemplo que el estar alegre debe concordar con una situación que produzca felicidad y no una que refiera enojo. Es por esto que “... en el concepto de Aristóteles de la virtud moral, es básica la idea de que nuestras emociones tienen que ser apropiadas a la situación que deben sentirse hacia el individuo indicado, bajo las circunstancias indicadas y hacia el individuo indicado, bajo las circunstancias indicadas y en la cantidad correcta, no siendo ni demasiado violentas ni demasiado calmadas.”⁸

Aristóteles reconoce la importancia de las emociones, dándoles una racionalidad que permite que el individuo actúe de cierta forma. Pretende sensibilizar a los sujetos con respecto a sus propias emociones, para que logre vivir en armonía por medio del control de las mismas.

⁷ GOLEMAN, Daniel, *La Inteligencia Emocional*, Vergara, México, 2000, p.18

⁸ CALHOUN, Cheshire, y Solomon Robert, *¿Qué es una emoción?*, Fondo de Cultura, México, 1996, p. 13.

1. Cristo (I de nuestra era.)

Dentro de los pensadores que hablaron sobre las emociones y lo importante que resulta para la configuración del ser humano, está Cristo, dentro de su doctrina manifestaba la importancia del amor para lograr alcanzar “el reino de Dios”, “es amor al prójimo, preocupación por los débiles y los pobres y perdón para los que han ido por el mal camino.”⁹

Dentro de su doctrina , Cristo promulgaba que a partir de la incondicional emoción del amor, es posible lograr un incondicional perdón entre los hombres.

El alma del hombre puede llegar a la divinidad gracias a la caridad como virtud humana, que tiene como base el amor al prójimo como a nosotros mismos.

Para concluir, lo que Jesús pretendía que el hombre alcanzara; es la expresión abierta y sincera de sus emociones, lo cual lo llevaría a una vida armónica y pacífica.

3 Renacimiento

3.1 Juan Luis Vives (1492 – 1540.)

Este autor hace una relación antagónica de las emociones, da su lado opuesto a cada una de ellas; “Estableció una doctrina acerca de las pasiones en la que constituye un criterio fundamental de ordenación, la contraposición bueno (ejemplo el amor), malo (el odio), Vives admitía que son las pasiones (las emociones) las que mueven el alma e influyen sobre la percepción sensoriales y sobre el comportamiento”¹⁰

⁹ JOSTEIN, Gaarder , *El Mundo de Sofía*, Patria/Siruela, México, 1998, p. 192.

¹⁰ LOTHAR Schmidt, Atzert, *Op. cit.*, p. 15

Juan Luis Vives considera que las emociones son sumamente importantes para los sujetos, pues influyen en la forma de percibir el comportamiento de otros individuos a partir de las propias, permitiendo con esto una comparación entre emociones y dando así una dualidad entre ellas.

3.2 Robert Burton (1577 – 1640).

Este autor habló “sobre la composición de los humores corporales y, en consecuencia, el equilibrio anímico del ser humano era sensible a influencias externas como la alimentación, la edad y las pasiones.”¹¹

Burton junto con otros autores “supusieron por ejemplo que las pasiones frías y secas como la tristeza y el temor provocaban que el vaso generara una secreción de humor biliar negro y al mismo tiempo encogía el corazón; en oposición a estas facultades anímicas inferiores y animales, estaba la razón que capacitaba a los seres humanos para el enjuiciamiento de las cosas y el discernimiento entre el bien y el mal”.¹²

Burton se asemeja a Empédocles en su estudio sobre las emociones, pues toma como punto importante de partida a las reacciones fisiológicas y cómo éstas influyen en el comportamiento de los seres humanos. Sin embargo, a diferencia de él, Burton relaciona estos humores con influencias externas como son la alimentación, la edad y las pasiones. Esto es, que fue más allá de las simples reacciones fisiológicas, debido a que ya da causas aparentes que ocasionan estas reacciones, por lo que no se limita únicamente a describir lo que sucede físicamente en el sujeto, sino que hace una relación entre causa- efecto.

¹¹ MARTÍN, Doris y Boeck, Karin, Op. Cit., p.16

¹² Idem.

3.3 René Descartes (1596 – 1650.)

Para Descartes la clave de su teoría radicaba en dos tipos de sustancias: la mente y la física. La mente se refiere a una sustancia no extendida, la cual se define por sus propiedades de pensamiento y libre albedrío. Mientras que la física se refiere a los cuerpos que se encuentran extendidos en el espacio y que son sometidos por las leyes mecánicas de la física.

La filosofía de Descartes es importante, porque intenta la unión de ambas sustancias (mente y cuerpo), las cuales se encuentran ubicadas es una pequeña glándula que se encuentra en la base del cerebro (pineal); que no era conocida en aquel tiempo; sin embargo, Descartes habla de su importancia.

Por otro lado, consideraba que la mente del hombre tiene la capacidad de interactuar con cualquier parte de su cuerpo gracias a lo que él llamaba “espíritus animales”, que son partículas minúsculas de sangre, las cuales llevan los mensajes a diferentes direcciones del cuerpo humano:

Las emociones, que son una subdivisión de ese grupo general de fenómenos psíquicos a los que Descartes llama las pasiones, parecen estar divididas entre la mente y el cuerpo; y esto da razón de algunos de los problemas que tuvo Descartes con su propia teoría.

Por otro lado, Descartes piensa en las emociones como sentimientos de agitación física y excitación y se esfuerza en describir, en términos apropiados para el nivel de conocimiento científico de su tiempo, lo que sucede en el cuerpo cuando experimentamos una emoción.

Así por ejemplo, señala que la sangre sale rápidamente del corazón cuando hay miedo, y los espíritus animales pasan del cerebro a los miembros, disponiéndonos a huir. En la medida en que Descartes piensa en las emociones como sensaciones, su teoría de la emoción prepara el escenario para muchas teorías.”¹³

Descartes considera, al igual que otros autores, que las emociones tienen reacciones fisiológicas, que no llamó como tales. La glándula pineal, la cual en aquel tiempo no existía bajo el conocimiento médico que tiene hoy en día, resulta para este autor de gran importancia, pues en nuestros días valida su teoría; cosa que en su momento no tuvo el reconocimiento científico esperado.

Descartes estaba seguro de que en el cuerpo algo sucedía al momento de experimentar una emoción, pues habla de manera ligera sobre el comportamiento del organismo cuando el individuo experimenta una pasión, como puede ser el fluido de la sangre al ser bombeada por el corazón:

“Descartes también describe las emociones en lenguaje mentalístico directo, y habla de las percepciones, los deseos y las creencias relacionadas con las diferentes emociones. Así por ejemplo, dice que el asombro depende de que percibamos la novedad de una cosa y creamos que es digna de mucha consideración, y que el odio surge de la percepción del carácter dañino de una cosa y abarca un deseo de evitarla. Al reconocer la dimensión conceptual de las emociones, Descartes parece estar luchando hacia una imagen más cognoscitiva de las emociones, una imagen característica de muchas teorías contemporáneas de la emoción.”¹⁴

Descartes consideraba que toda emoción tenía un motor que la producía, una acción conllevaba a una emoción y ésta a una reacción fisiológica que era el resultado del sentir del individuo en un momento determinado; así, cada emoción

¹³ ABBAGNANO, Nicolás, Op. Cit., p. 62.

¹⁴ CALHOUN, Cheshire, y Salomón, Robert, Op. Cit., p.62.

producida en el hombre tenía una causa que lo llevaba a manifestar en el organismo alguna actividad que lo identificaría.

4 Ilustración.

4.1 David Hume (1711-1776.)

Hume argumentó en el Tratado “al hacer nuestros juicios de lo que es moralmente correcto o incorrecto nos guiamos por ciertos sentimientos de aprobación y desaprobación, a los que él llamó sentimientos morales. En defensa de esto, Hume consideró que si el sentimiento no jugara un papel importante en el conocimiento moral, nunca estaríamos motivados a hacer lo correcto y a evitar lo incorrecto.”¹⁵

Hume a diferencia de los demás autores, involucró a los sentimientos con la moral, lo cual le dio un giro diferente a las emociones y su modo de ser tomadas, pues él le otorga un sentido de “bueno o malo” a las cosas de acuerdo a lo que los sentimientos le dicten al individuo; y es gracias a éstos que los seres humanos somos capaces de distinguir y escoger entre el bien y el mal, entre lo correcto y lo incorrecto, lo cual proporciona una racionalidad a su actuar.

Así mismo Hume define a la emoción en distintos grados, como es la agitación física y posiblemente mental, pues para él existen emociones calmadas, como el caso de los sentimientos morales, que abarcan poca agitación, y emociones violentas, como la cólera y el amor; debido a que son simples e imposibles de analizar, argumenta que una teoría de la emoción no puede referirse a las partes que integran dicha emoción; sino que debe referirse a las causas que llevan a dicho sentimiento; situación que concuerda con la teoría cartesiana que predica una situación parecida, donde lo importante es saber qué causa una emoción; es

¹⁵ Ibid., p. 107.

decir, qué situación externa motiva al individuo a presentar un sentimiento determinado.

4.2 Baruch Spinoza (1623 – 1677.)

Según este autor todas las emociones se derivan de cuatro básicas, de tal manera que la inmensa gama que existe de sentimientos viene únicamente de cuatro; “Spinoza diferencia entre las tres emociones fundamentales: 1)deseo 2)ganas, 3)alegría y 4) tristeza. De éstas derivan otras numerosas pasiones o afectos. Así, por ejemplo, consideraba como formas especiales de la alegría, al amor, el cariño, la veneración, la esperanza, la seguridad y la satisfacción. El puesto que ocupaban en su obra las emociones puede deducirse de la ordenación y de los contenidos de las distintas secciones. La primera parte trata acerca de Dios, la segunda de la naturaleza y del origen del alma, la tercera del origen y naturaleza de las emociones, la cuarta « de la servidumbre humana y de las fuerzas de las pasiones » y la quinta finalmente del entendimiento y de la libertad humana”.¹⁶

Este autor, a diferencia de otros, hace una clasificación de emociones básicas y algunos derivados de éstas, considera que existen tres emociones eje, las cuales dan paso a una serie de emociones en el sujeto.

Spinoza, a diferencia de otros autores revisados, trata el interior del individuo de una forma distinta; toma en cuenta el alma del individuo, haciendo con esto referencia a la religión, dando gran importancia a Dios como parte importante para que el ser humano logre la independencia que le permita alcanzar su libertad.

No considera importante la parte fisiológica en la manifestación de las pasiones; centra su atención en el alma y las repercusiones emocionales que ésta tiene en los sujetos.

¹⁶ Idid., p. 15

4.3 Maine de Biran (1766 – 1824.)

Este autor consideraba que las emociones se dividían en pasivas y activas, mismas que las relacionaba con diferentes funciones corporales, así dio unión a las cuestiones orgánicas del ser humano y sus reacciones con las diferentes emociones que existen.

“Describió emociones concretas tales como la alegría, la tristeza, el miedo y la timidez. Diferenció entre emociones activas y pasivas y adjudicó a cada una de ellas funciones corporales (circulación, respiración, secreción). De los cambios corporales que se dan en las emociones, se ocupó también (Patemología médica, moral o ensayos sobre las pasiones y su influencia sobre los asuntos de la vida corporal) , en toda pasión dominante tienen lugar de algún modo, una modificación de la circulación y en cada una de ellas sentimos, por ello también un cierto cambio en el corazón... que podría inducirnos a considerar al corazón como sede de las pasiones”¹⁷

Este autor, por un lado clasifica a las emociones en pasivas y activas y, por otro, al igual que algunos autores que hemos venido citando, le da una reacción orgánica a éstas; pero a diferencia de éstos, Mainen de Biran consideraba que el corazón era la parte primordial del ser humano, debido a que es en este sitio donde se dan los cambios que posteriormente se traducen en las diferentes emociones.

¹⁷ SCHMIDT- ATZERT, Lothar, Op. cit., p. 15.

4.5 Charles Darwin (1809 – 1882.)

Darwin dio a conocer que existía una relación entre las emociones del ser humano y la de los animales, ambos seres presentan sentimientos y los manifiestan de diferente forma.

“En la expresión de las emociones en el hombre y en los animales (1872) Darwin intentaba demostrar que existen esquemas de comportamiento congénitos para las emociones más importantes, como la alegría, la tristeza, la indignación o el miedo. Observó que determinadas emociones desencadenan parecidas reacciones mímicas, anímicas y psicológicas en todas las personas. Por ejemplo, en la mayoría de los seres humanos la temperatura de la piel desciende cuando están tristes o deprimidos, mientras que la ira y la agresividad hacen su aparición acompañadas de oleadas de calor.

Por lo tanto Darwin, estableció una relación entre experiencias emocionales y componentes biológicos.”¹⁸

Este científico, considera que el cuerpo presenta distintas reacciones fisiológicas debido a determinadas emociones, así por ejemplo la temperatura resulta un buen indicador que muestra qué emoción se presenta en cierto momento y qué grado de intensidad se tiene en la misma. Así, en emociones cuya manifestación psicológica por lo general pretende un aislamiento del resto de los individuos, como es el caso de la tristeza, la temperatura se manifiesta en una baja constante, mientras que emociones que promueven ira, cólera y enojo entre otras, requieren de una temperatura alta que permita sacar la tensión acumulada por la misma.

En su contribución a la psicología de las emociones resulta notable, sobre todo, su método de investigar. Darwin se formuló una serie de preguntas concretas, tales

¹⁸ MARTÍN, Doris y Boeck karin, Op. Cit., p. 16.

como ¿provoca la vergüenza, rubor cuando el color de la piel permite que se vea el mismo?

Algunas formas de expresión de la ira descritas por Darwin son las modificaciones de la respiración, el patalear y dar vueltas de un lado a otro, arañarse, etc.

Opinaba que la mayoría de las formas de expresión son congénitas y que cumplían una determinada finalidad, al menos en una fase temprana del desarrollo humano. También hoy día hay que considerar como útiles determinadas formas de expresión; así por ejemplo con respecto a la comunicación entre madre e hijo lactante, Darwin consideraba su presencia en los animales como una prueba de la exactitud de su teoría evolutiva.

La investigación de las expresiones, según Darwin, se ocupaba en primer término de la expresión facial. “Una cuestión central en tales investigaciones era la relativa hasta qué punto reconocen los observadores correctamente las emociones y qué emociones son capaces de diferenciar entre sí.”¹⁹

5 Siglo XX

5.1 Nietzsche (1844 – 1900.)

Este autor afirmaba que las emociones tienen su origen en el cerebro, es decir en el intelecto; explicaba que todo aquello que sentimos es razonado por este.

“Afirmaba ya en la voluntad de poder: los afectos (emociones), son construcciones del intelecto... todos los sentimientos corporales generales que no entendemos son interpretados por el intelecto, es decir: se busca un motivo para sentirse de una u otra manera en cuanto a personas, vivencias, etc...”²⁰

¹⁹ LOTHAR Schmidt, Atzert, Op. cit., pp. 24-25.

²⁰ Ibid., p.16.

5.2 Jonh Dewey (1859-1952)

Para Dewey la experiencia era principalmente una interacción con el propio ambiente; debido a que como consecuencia el hacer y el sentir eran experiencias significativas del ser humano, analizó la experiencia en términos de conflicto y armonía: constantemente confrontamos conflictos, dudas e indecisión que se resuelven posteriormente.

Es de igual importancia la experiencia de la negación sobre cualquier distinción radical entre lo subjetivo y lo objetivo, debido a que una persona asustada por ejemplo, experimenta su situación como algo atemorizante. Esta cualidad emocional tiende a ser una cualidad real de cierta situación que lo mueve a tener alguna conducta específica.

Argumenta que “las emociones son formas de experimentar el mundo que están dirigidas hacia cosas del ambiente que poseen cualidades emocionales que nos atemorizan, alegran o entristecen”²¹

Para Dewey las emociones son necesarias para el ser humano, ya que ellas le van a permitir responder a las diversas situaciones que se le vayan presentando.

“Dewey argumenta también que los trastornos fisiológicos y las conductas abiertas que caracterizan a determinada emoción son necesarios para que podamos manejar una situación emocional en forma deliberada.”²²

5.3 Walter Cannon (1871-1945)

Este autor consideraba que las emociones no se quedan meramente en la percepción de los trastornos viscerales sino va más allá sino que los unió y los

²¹ CALHOUN, Cheshire y Salomón Robert, Op. Cit., p. 169.

²² Idem.

relaciono con los cambios corporales que ocasionan otras emociones más intensas.

“Confirmó la correlación entre la emoción y los trastornos viscerales; pero sobre la base de experimentos diseñados específicamente. Concluyó que las emociones no pueden ser simplemente la percepción de estos trastornos viscerales. Lo llevó naturalmente a un interés general en los cambios corporales relacionados no sólo con el hambre, sino también con el dolor, temor, rabia y otras emociones intensas.

Los cambios corporales en el dolor, hambre, temor y cólera, en qué demuestra cómo los cambios fisiológicos relacionados con estos estados contribuyen al bienestar y autopreservación del individuo.”

Cannon pone su interés sobre las reacciones fisiológicas del cuerpo ante cualquier emoción, pero dicha importancia tiene sus bases en experimentos, los cuales le ayudaron a confirmar que aunque las emociones tienen gran parte de culpa ante dichas reacciones, también los cambios fisiológicos le ayudan al individuo a su bienestar y a su preservación.

5.4 Horwicz (1878 - 1950.)

Horwicz consideraba que las emociones tienen una estrecha relación con la conciencia y los deseos ya que en ambos casos las emociones siempre están presentes al momento de presentarse los impulsos, esto es que “Menciona cómo cuestiones fundamentales, por ejemplo la relación entre sentimientos y conciencia (en especial el recuerdo y el pensamiento). Así como entre sentimientos y deseos (impulso a la acción), las causas de los sentimientos, de igual forma la división y las formas de su curso. Horwicz (1878) enjuicia de un modo bastante negativo el estado de los conocimientos de entonces con respecto al tema por las emociones”²³

²³ Idem., pp. 16- 17

5.5 Wilhelm Wundt (1832 - 1920.)

Hizo un análisis más profundo respecto a las emociones, llevó a cabo toda una técnica la cual incluía la introspección y la expresión que le permiten al individuo reflexionar sobre sus emociones.

Diferenció entre un método basado en la impresión (equivalente a la introspección) y un método basado en la expresión (registro de modificaciones objetivas). Consideraba, sin embargo, que las modificaciones objetivas de la autoobservación era el método más adecuado para abordar el problema. Ahí dónde la observación subjetiva no permite reconocer inconfundiblemente la existencia de un determinado sentimiento por muchos fenómenos objetivos que se acumulen, no se puede naturalmente, sentar conclusiones acerca del mismo.

Ese método era desde luego discutido también por entonces pero sus partidarios no carecían de argumentos para defenderlo. Contra la objeción de que no se podía sentir una emoción y observarla al mismo tiempo científicamente, se aducía que en el análisis científico se podía posponer algo, confiando luego en la memoria. Al argumento de que la autoobservación aminoraba o debilitaba las emociones, se aducía que ello no era exacto, puesto que en último término no se puede suprimir un sentimiento desagradable dirigiendo sencillamente la atención sobre el mismo”²⁴

5.6 Leschke (1911 - 1951.)

La idea de que las emociones son acompañadas de reacciones orgánicas o fisiológicas ha sido punto de interés para los filósofos, la que posteriormente se ve corroborada por la experiencia cotidiana según la cual estados que son designados como de ansiedad, alegría, etc; se caracterizan por frecuencias, síntomas corporales tales como palpitaciones, sudoración, sonrojamiento, temblor,

²⁴ Idem.

etc. Esto se ha logrado a partir de la invención de aparatos de medición fisiológica, los cuales produjeron un gran interés por las manifestaciones somáticas que se presentan con las emociones:

“Hace una recopilación de numerosos datos correspondientes a procesos emocionales, tales como terror, miedo, placer y displacer, como variables fisiológicas se registraron al respecto, por ejemplo la frecuencia del pulso, el volumen del brazo, el volumen cerebral, la tensión arterial y la frecuencia respiratoria. Los planteamientos teóricos que se hallaban en la base de investigaciones eran, la mayoría de las veces, muy simples. Se buscaban los fenómenos concomitantes a las emociones.”²⁵

5.6 William James (1842 – 1910.)

La teoría de William James inicia con una definición de cómo “la percepción de trastornos fisiológicos que ocurren cuando nos damos cuenta de sucesos y objetos de nuestro ambiente.

En defensa de esta definición James señala que, si le quitamos a nuestra experiencia de la emoción todas las características de los síntomas corporales, encontramos que sólo nos queda un estado frío y neutral de percepción intelectual.”²⁶

El ser humano no puede concretarse a lo intelectual, es decir, que requiere de ciertos cambios en el organismo que le permitan darse cuenta de las emociones que experimenta en determinadas circunstancias:

“Un impulso tan importante para la formación de teorías como para la investigación guiada para estas últimas fue el precedente de la teoría acerca de las emociones establecida por el psicólogo William James y el fisiólogo Carl

²⁵ Ibid., p.20.

²⁶ Ibid., p. 140.

Lange. Ambos desarrollaron sus reflexiones de forma independiente y las publicaron, respectivamente en 1884 y 1885.

Ambos coincidieron en una afirmación esencial: las emociones son una consecuencia de modificaciones corporales. Esta idea básica de la teoría de James y Lange se expresaba con frecuencia con la frase “no lloramos porque estamos tristes, sino que estamos tristes porque lloramos”, según James, una emoción surge del modo siguiente: se percibe un objeto; como reacción a ello se provocan determinados reflejos corticales (modos de comportamientos y cambios fisiológicos). El sujeto percibe estas reacciones y tal percepción es idéntica a la emoción.

Lange postuló además la presencia en el cerebro “de un centro vasomotor que provocaría las reacciones corporales.”

Ni James ni Lange pudieron aportar resultados experimentales en apoyo de su teoría. No faltaron tentativas de la gente destinadas a refutar esta última, que parece contradecir el sano sentido común.²⁷

²⁷ Ibid., p. 20.

5.8 Sigmund Freud (1856-1939.)

La obra de Freud se distingue por tres formas diferentes de ver la emoción, las cuales están basadas en tres componentes que son: instinto, idea y afecto.

“1.- Una emoción es ella misma un instinto o un impulso innato esencialmente inconsciente.

2.- Una emoción es un instinto más una idea: un impulso que viene del interior del inconsciente, pero encaminado a un objeto consciente. En este análisis, una emoción llega a ser inconsciente cuando la idea se separa de su instinto, de tal manera que la persona podría experimentar sin saber cómo o por qué.

3.- Una emoción es simplemente un afecto, simplemente un sentimiento.

En este análisis, una emoción no puede ser inconsciente, aunque sus causas puedan serlo. El síntoma más común en los estudios psicoanalíticos, la angustia que flota libremente, en un afecto que ya no está conectado con ninguna causa o efecto conocido”.²⁸

5.9 Landis (1924 – 1974)

Este autor llevó a cabo una investigación científica la cual a partir de la observación logró llegar a conocer datos interesantes sobre las emociones:

“Intentó provocar en sus probandos emociones mediante circunstancias provocadoras naturales, para fotografiar luego su expresión facial. Utilizó 17 estímulos diferentes (entre otros decapitación de una rata, electrochoques, imágenes pornográficas); de las 844 fotos, seleccionó 77 que eran especialmente expresivas y se las presentó a sujetos que debían opinar acerca de las mismas. Landis apenas halló coincidencia entre las emociones que habían experimentado

²⁸ Ibid., p. 202

y habían comunicado los probandos y las emociones que los sujetos que habían juzgado acerca de las fotos habían atribuido a éstas. Las posibilidades de la investigación de la expresión facial fueron juzgadas muy pronto de un modo pesimista, ya que la exactitud de la medición era en general muy reducida. Sin embargo, gracias a perfeccionamientos metodológicos se han abierto en la actualidad nuevas posibilidades a la investigación.”²⁹

5.10 John Broadu Watson (1878 – 1958.)

Este autor tuvo grandes semejanzas con autores como fue el caso de Darwin; “Al igual que él, no se interesó por los sentimientos subjetivos, sino tan sólo por las reacciones corporales. Pero en un sentido fue mucho más radical que él, ya que rechazó explícitamente toda atención dirigida a las vivencias subjetivas. Watson es considerado como uno de los fundadores del conductismo, es decir, de aquella orientación científica de la psicología, que tan sólo se ocupa expresamente del comportamiento observable y de los estímulos que provocan comportamientos. La introspección fue estrictamente rechazada.

Su contribución a la psicología de las emociones ha sido fundamental con respecto a la investigación del aprendizaje de reacciones emocionales y además ha influido sobre el concepto que acerca de las emociones tienen muchos psicólogos, debido a su rechazo de la toma en consideración de las vivencias subjetivas.

Watson partió de la observación de que ciertos objetos y situaciones conducen a reacciones que en realidad no parecen necesarias.

La contribución propiamente dicha del conductismo a la psicología de las emociones se ha limitado principalmente a una explicación del comportamiento

²⁹ Ibid. , p. 25.

emocional basado en la teoría del aprendizaje y en la puesta a punto de un vocabulario de las emociones.”³⁰

Para concluir, a partir de los autores antes expuestos se hizo una división entre Fisiólogos, cuyo interés en las emociones radicaba en las reacciones fisiológicas, y aquellos que profundizaban más dándole una gran importancia a la inteligencia o racionalidad al momento de manifestar las emociones, como era el caso de Sócrates, Aristóteles, Platón y Horwicz; autores que sin saberlo ya manifestaban las primeras ideas que conformarían la teoría de la IE.

b) Definición de las emociones.

1. Problemas generales en la definición de las emociones.

Las emociones han sido estudiadas aproximadamente desde los antiguos griegos, por lo que sería lógico esperar que existiera cierta unanimidad sobre lo que se debe entender por emoción, cuyo concepto ha sido uno de los peor definidos en la historia de la psicología según Wenger y colaboradores. (1962)

El problema que se da al momento de definir satisfactoriamente las emociones, ha dado lugar a que algunos autores se resignen ante esta situación, en la que nunca se pondrán de acuerdo con respecto a qué es la emoción.

Dentro de los problemas que se tiene en la definición de las emociones, existen dos motivos que evitan que este término tenga una definición exacta. Este concepto ha sido aplicado a distintos fenómenos, los cuales no son del todo racionales.

Esto permite concluir que el término de emoción no goza de una definición única y general para todos los individuos, debido a que justamente cada autor ha puesto

³⁰ Ibid., p. 26.

especial énfasis en cierta parte de la misma, lo que no permite que los criterios se unifiquen al momento de definir este término. Es por ello que se vuelve necesario conocer varias definiciones, sobre todo aquellas que provengan de autores que mayor influencia han tenido sobre el tema, los cuales se citarán. Esto se pretende con el fin dar un criterio propio sobre lo que significa “emoción”. Para lograrlo, se tomarán aquellas definiciones que resulten más completas y coherentes y que permitan obtener una definición lo suficientemente integral.

Aristóteles

Considera la emoción “Como una forma más o menos inteligente de concebir cierta situación, dominada por un deseo (por ejemplo, en la cólera, el deseo de venganza).”³¹

Juan Luis Vives

Consideraba las emociones como aquellas que mueven al alma e influyen sobre las percepciones sensoriales y sobre el comportamiento.

Nietzsche

Las considera como construcciones del intelecto, es decir que se busca algún motivo para sentirse de una u otra manera en cuanto a personas, vivencias etc.

Bottenberg

Las emociones se pueden concebir como una peculiar acción conjunta de múltiples y variados factores que, como vivencia, comportamiento y reacción fisiológica, se hallan sintonizados entre sí en proporción diversa.

³¹ Ibid., p. 9.

René Descartes

Considera las emociones, sentimientos de agitación física y excitación.

Spinoza

Considera las emociones como “Modificaciones del cuerpo que aumentan o disminuyen nuestros poderes activos”³².

William James

Considera que la emoción es “una reacción fisiológica esencialmente en su acompañamiento sensorial: Un sentimiento”.³³

Strongman

Considera las emociones como experiencias conscientes, estados psicológicos con acentuada participación del sistema nervioso vegetativo o del sistema límbico, adaptaciones inadecuadas o aspectos del comportamiento.

William Wundt

Toma “las emociones como actos de voluntad.”³⁴

Bertrand Russell

Las emociones son el producto de la activación fisiológica combinada con acontecimientos desencadenantes del orden cognoscitivo:

“Se ha conceptualizado a la emoción como un fenómeno de tipo afectivo, que va acompañado por una conmoción orgánica característica.

³² Ibid., p. 140.

³³ Ibid., p.142.

³⁴ Op cit., p. 17.

Puede ser definida como la tendencia de un organismo acompañado de una notable modificación corporal a aproximarse o a alejarse de un objeto. Es un elemento de motivación.

Tipo de estado temporal o permanente de una persona con más o menos amplitud de disposiciones hacia varios estados, incluidos los emocionales.”³⁵

A partir de los conceptos revisados sobre emociones, se concluyó que existen muchos y muy variados puntos de referencia sobre ese mismo, así se observó que cada autor considera importante alguna cuestión que va a reflejarse en su propio concepto. Con lo que se puede ver que es justamente ahí donde radica la dificultad que el término de “emoción” ha tenido al momento de querer ser conceptualizado a través del tiempo.

Gracias a estos antecedentes, se puede tener una idea más clara sobre las emociones y cómo desde tiempo atrás han sido estudiadas e interpretadas por diferentes autores, los cuales dependiendo de su ideología, creencias y conocimientos, las han investigado; algunos pusieron su interés en las reacciones fisiológicas que se tienen al momento de experimentar una emoción. Otros autores se preocuparon por estudiar las causas que las originan y otros mostraron su interés en el lugar que ocupa el intelecto al momento de presentarse una emoción.

Finalmente es importante resaltar que la mayoría de estos autores, sin conocer el término de Inteligencia Emocional, de una u otra manera se acercaron bastante al decir que las emociones eran parte indispensable del ser humano, quien no únicamente está formado por intelecto y que ambas partes constituyen a la personalidad de los individuos.

³⁵ ROPETTO, Elvira, *Fundamento de Orientación*, Morata, Madrid, 1992, p. 7.

Es a partir de esta dificultad que decidimos llevar a cabo una definición propia de emoción, debido a que consideramos que el ser humano es un ser integral que pone en juego su intelecto, sus vivencias, sus conocimientos y su organismo al momento de manifestar una emoción; de ahí que la definición que daremos incluye todas estas fases que en algún momento fueron dejadas de lado.

Las emociones son reacciones fundamentales e indispensables del ser humano, las cuales se manifiestan a raíz de estímulos externos y ajenos a él. Los estímulos ocasionan efectos en el intelecto, el cual a partir de la segregación de sustancias presentan respuestas orgánicas que se manifiestan en el cuerpo del individuo.

El conocer sobre la historia de las emociones, así como los autores que se empeñaron en entenderlas y estudiarlas, sirvió como antecedente para que surgiera el término de Inteligencia Emocional en el año de 1995, que es considerado como constructo teórico, el cual surge gracias al best-seller Inteligencia Emocional de Daniel Goleman.

Es importante recalcar que aunque el término es nuevo, las teorías que se han venido manejando sobre emociones desde la antigua Grecia, ya manifestaban la importancia de razonarlas y controlarlas, por lo que se puede decir que en realidad no es nuevo, simplemente el término y el estudio como “Teoría de la Inteligencia Emocional” es reciente, pero el interés por las emociones es antiguo.

Ello sirvió de base a la IE para poder ser tomada como un constructo teórico, que merece seriedad y validez al momento de ser estudiado.

El concepto de IE resulta de gran interés, pues de una u otra manera ha sido ya estudiado por el entorno científico, debido a que lo ha considerado como parte fundamental para una adaptación exitosa del ser humano en las diferentes contingencias que se le puedan presentar en su vida. Es una teoría que consta de

un conjunto de metahabilidades que pueden ser aprendidas y educadas, cuyo fin es lograr una mejor adaptación personal, social e incluso laboral, lo cual ha causado que proliferen documentos sobre la IE así como de la forma de evaluarla.

A partir de esto, es necesario revisar a los autores que se han encargado de darle vida a esta teoría; la cual a pesar de ser nueva tiene sus inicios desde principios del siglo xx hasta lo que hoy conocemos como Teoría de la IE.

Para ello analizaremos su historia en tres periodos:

- a) Principios del siglo xx.
- b) De 1920 – 1950.
- c) De 1950 a nuestros días.

Posteriormente se explicará cómo se llegó a la definición de este concepto.

c) antecedentes y definición de la inteligencia emocional.

1. Principios del siglo xx.

Uno de los principales investigadores que se interesó por el estudio sistemático de las diferencias individuales en la capacidad mental fue Galton quién creía que cada persona tiene características innatas, es decir que nace con ellas. Éstas las considera factores que les permiten a los individuos que sean diferentes unos de otros. Basaba sus estudios en la idea de la evolución.

A principios del siglo, Catell inventó pruebas mentales, cuya finalidad eran convertir a la psicología en una ciencia aplicada. Para 1905 Binet desarrolló un instrumento de evaluación, que le fue encargado por el ministerio francés de la educación pública; este instrumento medía la inteligencia de los niños.

En 1916 se da una nueva versión de dicho instrumento, en el cual aparece por primera vez el concepto de cociente intelectual (CI). A partir de este descubrimiento, los teóricos de la IE, buscan de igual manera un cociente emocional (CE), lo cual ha dado lugar a una interminable polémica entre aquellos que defienden a la inteligencia general y los defensores de una teoría correlativa de la inteligencia pluralista, la cual se basa en una serie de vínculos estructurales independientes, como son los reflejos, los hábitos, experiencia, etc.

2. De 1920 – 1950.

Unos de los grandes precursores de la IE es Thorndike, quien fue el autor del concepto de Inteligencia Social, la cual tomaba como la habilidad que tenemos para comprender y dirigir a los seres humanos, permitiendo con esto actuar sabiamente en sus relaciones.

Thorndike consideraba que existían tres tipos de inteligencias, por un lado está la social, por otro la abstracta, que es la habilidad para manejar ideas y la mecánica, que es la habilidad para entender y manejar objetos.

Después de Thorndike, en los años 30 aparece el conductismo que provocó una etapa de “Silenciamiento” de aquellos procesos que no podían ser directamente observables como es el caso de la inteligencia. Sin embargo, surgen autores como Wechsler, quien diseñó dos baterías de pruebas de inteligencia, una era para adultos, la cual elaboró en 1939 a la que dio el nombre de WAIS. La otra era para niños, producida en 1949, la cual se conoció con el nombre de WISC.

3. De 1950 a nuestros días.

A partir de 1950, aquella etapa de “Silenciamiento” donde el conductismo tenía mucha fuerza comenzó a decaer y surgió entonces el interés por los procesos

cognitivos que representan la teoría del estructuralismo. Una muestra visible de esta teoría son los trabajos de Piaget, quien se dedica a estudiar el desarrollo intelectual, cuyos resultados contrastan visiblemente con las posturas psicometricistas.

Con base en sus estudios. se desarrollan dos enfoques:

1) Correlatos cognitivos, cuyo objetivo es la medición de la inteligencia mediante un test.

2) Componentes cognitivos, cuyo fin es el conocer qué mide un test de inteligencia.

Si bien es cierto que el cognitivismo ha traído grandes aportaciones, también es necesario decir que queda como tarea pendiente elaborar una ciencia de la inteligencia humana, donde no únicamente se estudie su lógica formal, sino también la lógica inventiva. Del mismo modo, es importante rescatar para esta nueva ciencia, que el ser humano no sólo está constituido de razón, sino también de emoción y sentimiento.

Es justamente aquí donde comienzan los primeros peldaños de la IE, que van surgiendo por un lado de los conocimientos que se han ido forjando alrededor de las emociones, y por otro de las necesidades a las que se enfrenta el ser humano día con día.

4.- Cómo se llegó a la definición de Inteligencia Emocional

En 1983, el psicólogo H. Gardner reformula el concepto de inteligencia a partir de la teoría de las Inteligencias Múltiples, la cual sostiene que el ser humano posee diferentes tipos de ellas, relativamente independientes unas de otras:

- 1) Inteligencia musical.
- 2) Quinestésica - Corporal

- 3) Lógico – matemática
- 4) Lingüística
- 5) Intrapersonal
- 6) Interpersonal

Dentro de éstas, introdujo dos tipos de inteligencias relacionadas con la competencia social, y hasta cierto punto emocional; éstas son la inteligencia intrapersonal y la interpersonal a las cuales las definió como:

“La Inteligencia Interpersonal se constituye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. En formas más avanzadas, esta inteligencia permite a un adulto hábil leer las intenciones y deseos de los demás, aunque se haya ocultado...” (Gardner, 1993: 40)

Y la Inteligencia Intrapersonal como: “El conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre las emociones y finalmente ponerles un nombre y recurrir a ellas como un medio de interpretar y orientar la propia conducta...” (Gardner, 1993: 42)

De estos dos tipos de inteligencias, la intrapersonal es la que más se acerca al constructo teórico de la IE, debido a que hace referencia a la vida emocional del individuo; sus sentimientos y la capacidad que tenga de escoger entre ellos, constituyen parte indispensable para el ser humano.

Por otro lado, Goleman interpretó estas dos inteligencias propuestas por Gardner como:

“La capacidad de discernir y responder apropiadamente a los estados de ánimo, temperamentos, motivaciones y deseos de las demás personas” en referencia a

la inteligencia interpersonal, y en cuanto a la intrapersonal como: “la capacidad de establecer contacto con los propios sentimientos, discernir entre ellos y aprovechar este conocimiento para orientar nuestra conducta”.³⁶

Sin embargo, el concepto de IE fue más desarrollado por Peter Salovey, quien la definió como: “Un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas, y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno.”³⁷

Para ellos el término de IE tomó el lugar de aquel que tenían la inteligencia intrapersonal e interpersonal en aquel momento, propuesto por Gardner.

A raíz de estos antecedentes, la IE parece tener una base biológica, que puede demostrarse por medio de los estudios de Le Doux.

A partir de los antecedentes expuestos, se concluye que la teoría de la IE efectivamente debe ser tomada como punto de referencia para estudiar al ser humano; esto debido a que se encontró que muchos autores coincidieron en que en efecto las emociones están estrechamente relacionadas con su comportamiento y que de ellas dependerán las diferentes reacciones que presente ante situaciones diversas.

Esto se ha manifestado a través de la historia en diferentes estudios e investigaciones, que nos permiten promulgarla como un constructo teórico.

Por otro lado, también se encontró que la IE tiene su origen en el cerebro; es decir que tiene una base biológica, lo que la vuelve más palpable y objetiva.

³⁶ GOLEMAN, Daniel, Op. cit., p.74.

³⁷ MAYER Y Salovey, Op. Cit., 433.

Para fundamentar lo anterior es necesario explicar cómo es que la IE tiene relación con la parte biológica. Por un lado, trabaja la cuestión racional donde entran los lóbulos prefrontales, los cuales son los responsables de llevar a cabo una evaluación intelectual ante problemas o situaciones de peligro.

Esto se lleva a cabo mediante una rápida transmisión de señales. El neocórtex tiene como función recibir el mensaje y estudiarlo en todos los aspectos. Una vez analizado esto, la amígdala decidirá si es necesario actuar con rapidez, basándose, tal vez, en experiencias pasadas.

Pero además de un estudio racional del mensaje, según el neurólogo Joseph E. LeDoux, de Nueva York, el ser humano reacciona de manera emocional ante ciertas situaciones ajenas a él, antes de que el neocórtex sea capaz de llegar a una conclusión intelectual ante el problema suscitado. Sin embargo, cuando el individuo se encuentra ante mucha tensión, su organismo secreta hormonas que bloquearán la información que manda el neocórtex a la amígdala.

Esta situación ocasiona que las reflexiones racionales ya no tengan lugar; la emoción, en el sentido más literal de la palabra, es la que bloquea el camino a la razón.

Es decir, la amígdala ha clasificado una situación como peligrosa. El hipotálamo, los nervios, el sistema motor, el sistema hormonal y la activación de los neurotransmisores provocan ciertas reacciones.

Cuando esto sucede, el corazón comienza a latir con más fuerza, los músculos se tensan, se empalidece el rostro, las entrañas se contraen y los rasgos del rostro adquieren expresión de miedo.

Si no existiera una respuesta cognitiva consciente por parte del individuo, la amígdala reaccionaría con miedo congénito, es decir que el individuo se pondría rígido y se frena.

Los cambios que sufre el organismo, son llevados al sistema límbico, el cual en un momento dado dará la señal de que el peligro ha pasado.

Mientras que esto sucede, el lóbulo prefrontal se encuentra analizando el acontecimiento emocional en forma cognitiva y con ello reflexiona sobre una reacción efectiva, es decir sobre alguna solución.

Con lo antes mencionado, concluimos que el cerebro emocional garantiza al ser humano la supervivencia en situaciones peligrosas, ya que las reconoce con rapidez, llevando a cabo reacciones preorganizadas. Además facilita las decisiones racionales, pues otorga ayuda de orientación ante una maraña de posibilidades.

Por otro lado, el cerebro racional suavizará las emociones que invaden al ser humano, afinando y cultivando los modelos de reacción del cerebro emocional.

Es decir, sentir y pensar se encuentran entrelazados. Por un lado, las emociones determinan hasta dónde poner en marcha el potencial mental, y por otro el intelectual permite razonar tanto la situación problemática como las emociones.

Esto también nos sirve de fundamento para afirmar que la teoría de la IE debe ser tomada como ciencia, ya que a partir de diversos estudios de tipo biológico se puede comprobar que las emociones constituyen parte fundamental de los individuos. Éstas, en conjunción con el intelecto, permiten responder ante situaciones conflictivas de modo equilibrado; la respuesta es racional y logra detener los impulsos que facilita a las personas calmarse para encontrar la solución al problema.

Pensadores como Aristóteles, Empédocles y Sócrates ya habían hablado de la relación que existe entre el cerebro, las reacciones físico-biológicas y las emociones. Obviamente no tenían los conceptos biológicos como tales ni los estudios ni conocimientos de hoy día; sin embargo, ya hablaban de una innegable relación entre ellas. Esto que otorga mayor validez a nuestra teoría.

A partir de estos pensadores aparecen nuevas ideas sobre el tema. Se pretende implementar la IE como fundamental para el buen desarrollo de los individuos. Es así como surgen nuevos razonamientos, como los de Salovey y Mayer, quienes se preocupan por dar a conocer planteamientos.

En el siguiente capítulo se hablará sobre la definición de IE, así como de las diferentes emociones que el ser humano puede manifestar.

CAPÍTULO II

CUANDO HABLAMOS DE LA IE, ¿A QUÉ NOS REFERIMOS?

En este apartado se profundizará en la teoría de la Inteligencia Emocional. Se adentrará en temas, como qué es la IE, qué parte del cerebro se encarga de las emociones, de qué manera los seres humanos podemos controlar nuestras emociones, lo cual permite que la respuesta ante ciertas circunstancias se dé a partir de un razonamiento sobre ellas.

Del mismo modo este apartado abordará la importancia que tiene la orientación para los adolescentes, los pedagogos por medio de la teoría de la IE pueden lograr dar los fundamentos basados en el desarrollo óptimo de las emociones, con el fin de que la parte cognitiva tenga una estrecha relación con la parte emocional del ser humano, que dé como resultado un aprendizaje integral, tomando como ejemplo el consumo de adicciones en los adolescentes de secundaria.

La importancia de este trabajo recepcional, desde el punto de vista pedagógico, radica en la necesidad de comprobar si la teoría de la IE sirve como herramienta para evitar y solucionar problemas o situaciones que puedan poner en peligro a la población estudiantil.

Es por esto que la tarea de las y los pedagogos está en diseñar, modificar y reestructurar los programas educativos, con el fin de lograr una mejora en éstos, en los cuales se brinde una educación que sea de calidad e integral, donde el desarrollo exhaustivo del ser humano sea el objetivo primordial de la misma.

Se Entiende por esto, tanto las capacidades cognitivas, como emocionales de las personas, que les brinden éxito tanto en su parte personal y social, como profesional, lo que trae como consecuencia una vida armónica.

La trascendencia que tiene la IE dentro de la vida de los individuos, radica en reconocer y aceptar las emociones, así como ser capaz de manejarlas con el fin de lograr sacar provecho del potencial que cada uno posee.

Sólo aquel que es capaz de percibir las señales emocionales, etiquetarlas y aceptarlas podrá dirigir las y ahondar en ellas, para lo cual se requiere la “atención”, que pretende ser consciente del propio mundo interior, con el fin de no ser dominados por él, debido a que por lo general el ser humano se niega a la oportunidad de conocerse a partir de sus propias emociones y ser así capaz de tomar medidas correctivas.

La atención permite sacar lo mejor de las emociones y los estados de ánimo. El llegar a comprender los motivos y la influencia que ejercen las emociones se estará en una mejor situación para hacer lo correcto.

En cuanto al manejo de las propias emociones se refiere las básicas como el hambre, la sed y el miedo forman parte del equipamiento básico emocional.

En cambio, la manera en como las manejamos depende del ser humano como las manifieste . Por lo tanto, la libertad de decisión que tienen los individuos va más allá de los simples instintos biológicos, aunque éstos sea de vital importancia.

El lograr sacar partido del potencial existente en el individuo depende de una combinación de emociones que se generan de forma consciente en él mismo.

Es en esto donde radica la importancia que tiene la IE en la vida cotidiana del ser humano, pues en cada acción que lleva a cabo durante el transcurso de su

existencia pone en práctica toma de decisiones, conciencia de normas sociales y respeto hacia los demás, tolerancia, capacidad para asumir responsabilidades; una forma de actuar y comunicarse asertivamente evitando conductas agresivas y la capacidad para buscar diversas soluciones a diferentes problemas.

Se Puede lograr esto a partir de la IE, la cual pretende ayudar a los individuos a desarrollar y educar sus emociones, con el fin de alcanzar una vida plena y armónica, volviendo al sujeto menos vulnerable ante situaciones consideradas como de alto riesgo, que pueden propiciar su acercamiento a acciones que afectan su salud, como claro ejemplo están las adicciones.

Por otro lado, la IE también tiene importancia dentro del ámbito educativo, ya que la educación le ha dado demasiado interés al desarrollo intelectual, propiciando la parte matemático- racional y dejando de lado la cuestión emocional, sin tomar en cuenta que al igual que el intelecto, las emociones forman parte indispensable para un buen desarrollo en las diferentes áreas en las que el individuo se desenvuelve.

En el proceso educativo, mucho tiempo se creyó que la mejor forma de control y de autocontrol, era desterrar las emociones negativas. Sin embargo, ambas terminaban por acumularse, al punto que en el momento más inoportuno éstas no podían ser controladas y salían a flote; los jóvenes al igual que los adultos deben de estar conscientes que existen emociones positivas y negativas, pero que éstas deben de asumirse responsablemente, qué se hace con la emoción, en vez de que la emoción decida por la persona.

Sofía Smeke en su libro Alcanzando la excelencia emocional en niños y jóvenes, habla sobre la aplicación de un método para enseñar a los alumnos la IE. Se debe de dar en donde el padre y el maestro dejan de ser meros transmisores de información, para convertirse en formadores de la personalidad integral del pequeño o joven.

Desarrolla un método educativo donde se trabaja tanto en la escuela como en la casa, para que el joven desarrolle habilidades que le facilitan su correcto desarrollo personal y social, lo cual así un ambiente de seguridad y respeto.

A la conjunción entre escuela y casa se le puede adjudicar un incremento en logros académicos, es decir, que si existe una comunicación directa entre casa, escuela y estudiante, su desarrollo cognitivo y emocional no tendrán ningún problema, pero al carecer de dicha comunicación, los jóvenes se encuentran más vulnerables a situaciones peligrosas.

Es por ello que la IE tiene una gran misión en el ámbito educativo, ya que en él se podrá fomentar cómo educar al alumno para que tenga un equilibrio entre razón y emoción. Su tarea principal es promover un adecuado manejo de sus emociones.

Por lo tanto, la docencia tiene la difícil tarea de lograr que los alumnos desarrollen no sólo la parte cognitiva y racional en su formación educativa, sino que al mismo tiempo y con un mayor interés el lado emocional, el cual permita que sean capaces de resolver problemas y enfrentarse a situaciones adversas de manera exitosa.

La IE puede ser usada como instrumento para los docentes, con el fin de lograr en los adolescentes una conjunción entre su razonamiento lógico y sus emociones, lo cual puede facilitar el buen desarrollo en su vida profesional y personal.

a) ¿ Qué es ser inteligente?

Los diccionarios consideran la inteligencia como la facultad de comprender y de conocer.

Sin embargo tras recientes investigaciones se ha concluido que el tener un elevado cociente intelectual no es suficiente, debido a que el éxito en la vida tanto personal como profesional está determinado en un 80 por 100 por factores completamente ajenos a este coeficiente. Según Doris Martín, entre ellos se encuentra el origen social, un poco de suerte, pero, lo más importante para ella es el manejo inteligente de las emociones tanto propias como ajenas.

Dentro de esta afirmación, cabe mencionar que también se ha encontrado que la mayoría de las personas que tienen un alto coeficiente intelectual, no poseen tolerancia a la frustración. Esta tolerancia es la que le permite a los seres humanos responder de manera asertiva al fracaso que puedan tener; en el caso de las personas muy inteligentes, su paciencia es menor, lo que los lleva a tener explosiones emocionales que por lo general las llevan al fracaso.

Hoy día debemos dar un nuevo sentido al concepto de Inteligencia en el caso de los adolescentes; al vivir en un mundo cada vez más complicado y complejo se les debe manejar a la inteligencia, no solo como a la capacidad de abstracción, la lógica formal, la comprensión de complejas implicaciones y amplios conocimientos generales, sino que también se les debe incluir situaciones como la creatividad, el talento que tengan para la organización, el entusiasmo, la motivación; así como las cualidades sociales y emocionales. Conceptos que están estrechamente relacionados con la IE.

Debido a estos cambios tan repentinos nuestros adolescentes necesitan con urgencia herramientas que los ayuden a desenvolverse en una sociedad altamente violenta. Ellos deben saber cómo discernir qué tipo actitudes deben

tener en la vida, porque se ha visto que por lo general los medios de comunicación carecen de información positiva que permita que las personas se desarrollen con una alta calidad humana.

Con esto no se intenta afirmar que el coeficiente intelectual no sea importante, más bien, “el desarrollo adecuado de la Inteligencia Emocional en conjunto con el desarrollo de las habilidades que conforman la inteligencia tradicional, (aquellas habilidades y estrategias que se miden en el coeficiente intelectual) son las que permitirán a los adultos de nuestro futuro una mejor adaptación a su medio y la adquisición de herramientas y habilidades que les permitirá ser seres humanos exitosos, con un alto valor de calidad humana, y sobre todo, les permitirán la oportunidad de convertirse en seres humanos felices”.³⁸

Si los pedagogos logran que se dé un equilibrio entre coeficiente intelectual e IE, será más sencillo que los adolescentes logren mantenerse alejados del problemas como es el caso del consumo de drogas, porque serán capaces de distinguir de manera racional entre lo que deben y no deben hacer, esto les ayudará a lograr el éxito en su vida tanto personal como académica.

También Goleman considera que “Este modelo ampliado de lo que significa ser inteligente coloca las emociones en el centro de las aptitudes para vivir” .³⁹

Con esto se concluye que el mantener un equilibrio entre el coeficiente intelectual y la IE, puede ayudar a que los adolescentes comprendan el proceso de cambio por el cual están pasando, con lo cual se logra que esa transición sea más fácil para ellos.

³⁸ *Ibid.*, p. 12

³⁹ GOLEMAN, Daniel, *La Inteligencia emocional*, Javier Vergara editor, México 2002, p 17.

b) ¿Qué es la inteligencia emocional?

El término de IE fue utilizado por primera vez en 1990 por los Psicólogos Peter Salovey y John Mayer, quienes la definen como: un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas, y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno, las cualidades emocionales que parecen tener importancia para el éxito. pueden ser:

- ❖ La empatía
- ❖ La expresión y comprensión de los sentimientos
- ❖ El control de nuestro genio
- ❖ La independencia
- ❖ La capacidad de adaptación
- ❖ La simpatía
- ❖ La capacidad de resolver los problemas de forma interpersonal
- ❖ La persistencia
- ❖ La cordialidad
- ❖ La amabilidad
- ❖ El respeto

Sin embargo, fue Daniel Goleman quien le dio mayor fuerza a este concepto, el cual define como: “habilidades como ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones; controlar el impulso y demorar la gratificación, regular el humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar; mostrar empatía y abrigar esperanza”⁴⁰ .

Por lo anterior, concluimos que la IE se puede definir como: la capacidad de comprender las emociones tanto propias como ajenas, de saber ponerse en el lugar de otras personas y de conducir las emociones de forma que mejore la calidad de vida de los individuos.

⁴⁰ Ibid., p. 54.

Las cualidades emocionales pueden aprenderse y desarrollarse, mediante un esfuerzo por percibir de manera consciente las propias emociones y posteriormente las de los demás

c) La importancia del cerebro para la inteligencia emocional

De acuerdo con lo que dice Sofía Smeke en su libro Alcanzando la excelencia emocional en niños y jóvenes, sobre la relación que existe entre el cerebro y la IE, en el campo de la educación se da una nueva idea que viene a revolucionar el concepto que se tiene de “inteligencia”; en el cual en forma general se toma a la IE como aquella que se despliega del lado derecho del cerebro, el cual se encarga del surgimiento y desarrollo de las emociones, así como del avance del pensamiento abstracto e intuitivo de cada ser humano; es por ello que el lado derecho del cerebro es aquel que se encarga de desarrollar el área afectiva, emocional, artística y creativa de las personas.

El lado izquierdo del cerebro, a diferencia del derecho, es el que se responsabiliza del pensamiento lógico y racional del ser humano. A partir de esto, se debe entender a la inteligencia como una unidad que se conforma por el correcto desarrollo de ambos hemisferios. Es decir, que para que el ser humano se desenvuelva de manera integral, es necesario educar y desarrollar ambas partes de su cerebro.

La educación que se da actualmente en las escuelas, únicamente se ocupa del desarrollo del pensamiento del lado izquierdo del cerebro y se beneficia más el pensamiento cognitivo, como es la memorización, la comparación, el análisis, etc. Se ha visto que con este tipo de educación, se favorece más al coeficiente intelectual. Sin embargo, tras investigaciones se ha visto que el único desarrollo de este hemisferio no es suficiente para lograr en los individuos una educación integral que les permita tener éxito en todos los ámbitos de su vida y no

únicamente en el intelectual. El fin de la IE es lograr que los seres humanos tengan un equilibrio entre ambos hemisferios, lo cual logrará un óptimo desarrollo socioemocional que les permita una vida armónica.

La IE con el desarrollo de la IE se “busca la formación integral del niño o adolescente al estimular su lado derecho del cerebro, dotándolo así de las herramientas necesarias para desarrollar habilidades tales como:

- ❖ Autoestima
- ❖ Autoevaluación
- ❖ Autodominio
- ❖ Capacidades de motivación
- ❖ Persistencia
- ❖ Escucha afectiva
- ❖ Empatía
- ❖ Desarrollo de una comunicación asertiva
- ❖ Busca de soluciones efectivas a diferentes tipos de conflictos
- ❖ Desarrollo de pensamiento lateral, el cual ofrezca varias respuestas divergentes a diferentes situaciones que presenta la vida diaria
- ❖ Capacidad para trabajar en equipo o cooperativamente”⁴¹

Así mismo, el desarrollo adecuado del hemisferio derecho del cerebro, ayudará a el alumno a obtener mayores logros académicos, debido a que el tener una autoestima elevada y el saber manejar las emociones, permitirán una mayor concentración, aprendizaje y aptitudes necesarias que le faciliten en correcto desarrollo del pensamiento.

Para lograr que la inteligencia se desarrolle al máximo, es necesario buscar un equilibrio de los dos hemisferios del cerebro.

⁴¹ SMEKE, Sofía, *Alcanzando la excelencia emocional en niños y jóvenes*, Tomo, México, 2002, p. 21

d) Relación entre la razón y la emoción

El cerebro emocional permite que se garantice la supervivencia de las personas cuando se encuentran en situaciones de límite, esto debido a que logra reconocer con cierta rapidez los momentos de peligro y para alejarse de ellas. El cerebro emocional pone en práctica reacciones preorganizadas; entre los que se encuentra la transformación fisiológica de los procesos del cerebro racional, también le facilita la toma de decisiones racionales, ya que orienta ante una gama de posibilidades. Por otro lado, el cerebro racional simplifica y relativiza la cantidad de emociones que invaden al ser humano haciendo los modelos de reacción más finos del cerebro emocional que hasta entonces eran primitivos.

Debe existir un equilibrio entre CI y CE (coeficiente emocional). Por un lado una buena relación entre ambos, logrará que la toma de decisiones se vuelva más asertiva, debido a que la combinación de ambos dará como resultado una respuesta correcta. En cambio, si se deja de lado al coeficiente emocional, no importa que el coeficiente intelectual sea elevado, ya que esto no garantiza que la toma de decisiones sea la adecuada.

Por otro lado “La inteligencia académica tiene poco que ver con la vida emocional. Las personas más brillantes pueden hundirse en los peligros de las pasiones desenfrenadas y de los impulsos incontrolables; personas con un CI elevado pueden ser pilotos increíblemente malos de su vida privada”.⁴²

De ahí la importancia de que las emociones sean educadas. Todos poseemos una mezcla entre CI e IE en diversos grados, sin embargo cada persona ofrece una visión instructiva de cada dimensión de acuerdo a las cualidades que tenga; en la medida en que una persona disfrute de una inteligencia cognitiva y también emocional, le será más sencillo acercarse al éxito en cualquier ámbito de su vida.

⁴² Idem, p. 54.

Sin embargo, de entre las dos inteligencias, la emocional proporciona más cualidades que nos permiten ser más plenamente humanos.

e) Definición de las diferentes emociones

MIEDO: Comprende sentimientos que son básicamente distintos por su contenido y por su función. Existe el dolor corporal y el dolor mental. El dolor corporal, es una categoría de sentimientos aparte, una transición entre percepción y emoción (Witthenstein).

TEMOR: "Actitud emotiva caracterizada por un tono hedónico desagradable y por la idea de que pueda ocurrir un mal en el futuro"⁴³.

DESESPERACIÓN: "Actitud emotiva dirigida hacia el futuro, caracterizado por la postración y por la aceptación de la idea de algo desfavorable con un tono afectivo de intenso desagrado"⁴⁴.

AMOR: "Sentir el amor es guardarlo en el alma, conocer las ideas y tener hacia ellas, por su participación en el deseo; es anhelar, y perseguir el retorno a la unidad primitiva que se esfuerza; plenitud y felicidad.

Situar el amor entre los hombres, es afirmar y asegurar su enaltecimiento, su fortaleza, su perfeccionamiento, su progreso, su acción, su definición; es vislumbrar el sentido y la finalidad de la existencia humana.

- Encontrar el amor en toda acción valiosa.
- Vivir el amor, experimentarlo, conocerlo, es el suceso de un anhelo o de un sueño en ansias de función o comunión, en afanes vehementes hacia

⁴³ GARCÍA Pelayo, Ramón y Gross *Pequeño Larousse Ilustrado*, Ediciones Larousse, México, 1985

⁴⁴ dI

el entorno a la unidad primitiva, al encuentro venturoso, amar a la otra mitad, bello y bueno”.⁴⁵

Según Heintzein , “el amor es esa disposición del ánimo en que la dicha de otro ser resulta esencial para la propia felicidad...

El amor es una emoción más compleja y constante. Supone respeto que logra la valorización, la identidad y la integridad de la persona amada, el cual jamás se le explotará egoístamente en beneficio del otro. Esta emoción requiere de cariño y respeto”.⁴⁶

GRATITUD: “Actitud agradable y favorable de una persona hacia otra a causa de algún beneficio recibido de ella”⁴⁷.

TERNURA: “Es el polo emocional, sentimental de la sexualidad. Orientado a los seres de ambos sexos hacia una función afectiva; hacia una identificación recíproca en la que cada uno se complace en desea la felicidad del otro, de la persona amada, pero sin alienar la libertad de ésta”.⁴⁸

AFECTO: “Estímulo o motivo que provoca sentimiento más que percepción o pensamiento; componente dinámico y esencial de la emoción. Una emoción fuerte, y también de estado de ánimo agrado y desagrado denotan cualidades sentimentales específicas; afecto denota cualidades del sentimiento en general”⁴⁹.

ALEGRÍA: “La alegría es una reacción que se presenta en cada instante de la conducta en que se produce el triunfo.”⁵⁰

⁴⁵ PIERRE Janet. (1980) “*Psicología de los sentimientos*”, Edición y libera Franco Americano S.A.; México, p. 35.

⁴⁶ VEGA Ortiz, Julieta, (1995), *Amor y Sexualidad*, Morata, México, p. 342

⁴⁷ GARCÍA Pelayo, Ramón y Gross, Op. Cit.

⁴⁸ Diccionario de la Psicología sexual. Op. Cit.

⁴⁹ GARCÍA Pelayo, Ramón y Gross, Op. Cit.

⁵⁰ PIERRE Janet. (1980) *Psicología de los sentimientos*, Edición y libera Franco Americano S.A. México, P 38.

SIMPATÍA: “Inclinación o afecto natural que experimenta una persona respecto de otra; afinidad, atracción, estima, interés. Manera de ser de una persona que la hace agradable y atractiva a los demás”.⁵¹

ODIO: “Aversión que se experimenta hacia una persona o una cosa”.⁵²

ENOJO: Ira, cólera.

IRA: “Cólera, enojo, apetito de venganza. Irritarse o enfadarse mucho”.⁵³

CÓLERA: “Movimiento desordenado del alma ofendida. Dejarse llevar por la ira”.⁵⁴

ENVIDIA: “Sentimiento o actitud social de carácter penoso, suscitado en el individuo al ver que otro consigue o posee lo que a él mismo le falta o desea”.⁵⁵

CELOS: “Actitud emotiva caracterizada por la envidia, control y posesión dirigida hacia otro individuo, siendo causa específica de esta emoción la relación íntima de ese individuo con un tercero.

Los celos son un problema exclusivo de la persona, nada tiene que ver con la pareja, ni mucho menos en el ámbito social donde se desarrollen. Puede tener un motivo real o imaginario; es decir, que el rival puede existir realmente o tan sólo en la imaginación del celoso: si los celos son imaginarios, indican un trastorno de la personalidad, debido frecuentemente a un complejo de inferioridad”.⁵⁶

⁵¹ GARCÍA Pelayo, Ramón y Gross, Op. Cit.

⁵² Idem.

⁵³ Idem.

⁵⁴ Idem.

⁵⁵ Idem.

⁵⁶ *La Psicología moderna de la A a la Z.*(1995), Planeta, 4ª edición, España, p47.

EGOÍSMO: “Inmoderado amor de sí mismo, que hace pensar sólo en el interés personal”.⁵⁷

APATÍA: “Literalmente ausencia de pasión. Pérdida de la afectividad que se traduce en desinterés, inestabilidad e indiferencia. El término significa propiamente insensibilidad, pero el uso filosófico antiguo lo aplicó al ideal moral, o sea de la diferencia hacia todas las emociones y el desprecio de ella, indiferencia y desprecio logrados mediante el ejercicio de la virtud”⁵⁸.

RESENTIMIENTO: “Disgusto o sentimiento que se experimenta por una algo. Animosidad, enemistad, hostilidad, malevolencia, odio, rencor”⁵⁹.

DESEO: Movimiento del alma que aspira a la posesión de alguna cosa, gana, anhelo, ansia, tentación, etc.

PASIÓN: “La pasión amorosa es una atracción afectiva que se caracteriza por su intensidad emocional y por su polarización exclusiva. Especie de idea fija, se apodera del psiquismo hasta hacerse obsesiva. Encantamiento según unos obnubilación según otros. La pasión amorosa se despliega en todo caso de acuerdo con una lógica intrínseca que paraliza el juicio objetivo”.⁶⁰

PLACER: “El placer es el estado verdaderamente positivo que acompaña todo progreso del ser hacia la armonía, que acaba y perfecciona su naturaleza. El placer es nuestro fin, cuando lo poseemos no deseamos nada más. El organismo se halla en perpetuo movimiento; cuando es bastante fuerte para hacerse perceptible a la conciencia, resulta una emoción”.⁶¹

⁵⁷ GARCÍA Pelayo, Ramón y Gross, (1985), *Pequeño Larousse Ilustrado*, Ediciones Larousse, México, P.50.

⁵⁸ Idem

⁵⁹ Idem

⁶⁰ HOWARD. C. Warren, , *Diccionario de Psicología*, Ed. Fondo de Cultura Económica, México, 1985 p 130.

⁶¹ LÓPEZ Vallejo, José, *Ante la vida*, Planeta, México, 1949 p 177.

Característica de sensación o tono erótico cuya correlación motora es el movimiento hacia el estímulo o la tendencia a mantenerlo. Placer sexual experimentado mediante la excitación de una zona erógena. Placer o experiencia de tono agradable debida directamente a estímulos sensitivos.

EXCITACIÓN: “Es el proceso causado en los nervios por un estímulo. Estado del organismo producido por una serie de estímulos a los que no se puede reaccionar adecuadamente, causando una disociación de la función nerviosa y de diversos patrones de conducta que generalmente se hallan integrados. Fase de primer estudio del ciclo de respuesta sexual en el ser humano originado por la estimulación física, psicológica o por ambas a la vez. se caracteriza por el crecimiento en el grado de miotomía y vasoconstrucción”.⁶²

SATISFACCIÓN: “Actitud caracterizada por un sentimiento de agrado y de quietud motora, generalmente debido a una situación previamente imaginada y cuya idea ha suscitado la actividad”⁶³.

GOZO: Placer o alegría.

FELICIDAD: “En general es un estado de satisfacción debido a la propia satisfacción en el mundo, según Aristóteles, es una noción más extensa, definiéndola como determinada actividad del alma desarrollada conforme a la virtud, la cual no excluye sino controla o incluye las satisfacciones de las necesidades y de las aspiraciones mundanas”.⁶⁴

⁶² WILLIAM H. Masters, Virginia E. Johnson, Robert C. Kilodny, , *La sexualidad humana, Tomo III*, Ed. Grijalbo, Décima edición, México, 1987, p 210.

⁶³ Idem, p. 212.

⁶⁴ ABBAGNANO, Nicola G, , *Diccionario de Filosofía* , Ed Fondo de Cultura Económica, México, 1989, p 267.

ALEGRÍA: “La alegría es una reacción que se presenta en cada instante de la conducta en que se produce el triunfo”.⁶⁵

ENTUSIASMO: “Exaltación producida por la inspiración divina, inspiración exaltada del poeta, del artista. Emoción extraordinaria del alma, acoger con entusiasmo, arrebató, exaltación, delirio, frenesí”⁶⁶

TRISTEZA: “Es un estado emocional que comúnmente aparece en el curso de la vida normal, la tristeza es un dolor moral o de otro modo dicho, tiene un fondo penoso de sufrimiento”.⁶⁷

FRUSTRACIÓN: “Malogro de un deseo. Tensión psicológica suscitada por la exigencia de un obstáculo que dificulta realizar un objetivo”.⁶⁸

PENA: “En el aspecto de la angustia psíquica o pérdida material que causa al individuo. Actitud caracterizada por un intenso desagrado, y manifestada mediante violentas expresiones glandulares y motores, como sollozos, llanto, etc.”⁶⁹.

PREOCUPACIÓN: “Anticipación o prevención que una cosa merece. Primera impresión que causa una cosa en el ánimo. Idea falsa y preconcebida que se tiene acerca de una cosa, la cual supone cuidado y desvelo”⁷⁰.

ARREPENTIMIENTO: “Pesar de haber hecho una cosa; remordimiento, constricción, penitencia”⁷¹.

⁶⁵ PIERRE Janet, *psicología de los sentimientos* Edición y libera Franco Americano, México, 1980, P 60.

⁶⁶ Ibid., p 63.

⁶⁷ Ibid., P 67.

⁶⁸ GARCÍA Pelayo, Ramón y Gross, Op. Cit.

⁶⁹ Idem.

⁷⁰ Idem.

⁷¹ Idem.

VERGÜENZA: “Turbación del ánimo causada por el miedo a la deshonra, al ridículo, etc”⁷².

DEPRESIÓN: “Pérdida de las fuerzas. Estado de melancolía que hace perder el ánimo”⁷³.

DOLOR: “Es un mal esencial, necesario, inherente, consecutivo al hecho de vivir; pero con ser un mal, sostiene, fomenta, eleva y fecunda la vida y aún origina sus hechos más nobles”.⁷⁴

ANGUSTIA: “Aflicción, congoja, dolor moral profundo, ansiedad”⁷⁵

ASOMBRO: “Sorpresa, extrañeza, grande admiración. Persona o cosa”⁷⁶.

ADMIRACIÓN: “Tener en singular estimación a una persona o cosa, que de algún modo sobre sale en su línea”.⁷⁷

DESCONCIERTO: “Descomposición, desarreglo, desorden, desavenencia, falta de medida y gobierno”⁷⁸.

SORPRESA: Hallar a alguien desprevenido.

DEPRESIÓN: “La depresión suele ser a la vez física y mental. En el plano físico, produce un descenso de la actividad, una gran fatigabilidad, insomnios, estreñimiento, pérdida de apetito, etc. Desde el punto de vista mental, se observa

⁷² Idem.

⁷³ Idem

⁷⁴ LÓPEZ Vallejo, José, Op. Cit.

⁷⁵ GARCÍA Pelayo, Ramón y Gross, Op. Cit.

⁷⁶ Idem.

⁷⁷ *Artel Diccionario Enciclopédico Universal, 1985, Tomo 1, Ed. Marín, p 19.*

⁷⁸ Ibid., p. 20.

una disminución de las facultades de atención, huecos de memoria en algunos casos los sujetos tienden a derramar abundantes lágrimas sin causa real”.⁷⁹

ADORAR: “Amar apasionadamente. Verbo predilecto de los enamorados que recurren a él para expresar sus sentimientos de forma superlativa y en términos expresivos”⁸⁰.

A partir de las emociones antes expuesta, se determinará cuáles de ellas hacen más referencia al ser humano.

f) Emociones más importantes en el ser humano

Las emociones constituyen una parte fundamental en el ser humano. Gracias a ellas el comportamiento, la actitud y la conducta que tenga cada persona, es lo que lo diferencia de los y las demás.

Estas emociones representan los diferentes estados de ánimo que puede tener cada sujeto, las cuales a su vez tienen representaciones fisiológicas distintas unas de otras.

Para entender mejor el papel de las emociones, es necesario dar una definición de qué son; para lo cual se retomó la antes mencionada del autor Bottenberg, quien las define cómo:

Las emociones se toman como una acción de múltiples factores que, como vivencia, comportamiento y reacción fisiológica, se hallan sintonizados entre sí .

⁷⁹ *La psicología moderna de la A a la Z*, 4ª edición, España, , 1995, p. 56.

⁸⁰ *Ibid.*, p. 61.

Así mismo las emociones se dividen en básicas y secundarias. En el presente trabajo se hizo una clasificación propia de las mismas, las cuales se tomaron de diversas fuentes bibliográficas; fueron escogidas las que se repitieron mencionadas por diferentes autores como son: Janet Pierre, Julieta Vega, Descartes entre otros.

A continuación se da la definición de emociones básicas y secundarias, posteriormente se presenta un guión que muestra la división entre las mismas.

Emociones Básicas: En la actualidad los teóricos de la emoción han tratado de hacer una lista de emociones “básicas”, que se encuentran virtualmente en todas las personas.

Emociones Secundarias: La expresión de los afectos puede modificarse (Indiosincráticamente) a pesar del carácter universal de los afectos (y de la expresión de los mismos). Sin embargo, esas modificaciones son consecuencia de emociones secundarias, de emociones cognitivas, situaciones construidas por los afectos.

En sí son llamadas secundarias, debido a que éstas dependen de las emociones básicas y afirmamos que las básicas son más fuertes y tienden a dominar e influir para que las secundarias descansen, e incluso tienen la capacidad de controlar a éstas últimas, de igual manera, se dice que una emoción básica generalmente va acompañada al menos por una o varias emociones secundarias.

Las emociones básicas son aquellas que todo mundo poseemos de manera natural y no requieren de ningún esfuerzo mental para expresarlas y exteriorizarlas. En cambio, las secundarias son las emociones que van subiendo escalones y que no todos poseemos, debido a que éstas sí requieren de un mayor esfuerzo para lograr sentirlas y por ende expresarlas; podría decirse que son la sublimación de las emociones.

g) El papel que juegan las emociones en el ser humano

Las emociones tienen tareas importantes que son mecanismos que le ayudan al ser humano a poder reaccionar con rapidez ante situaciones inesperadas. También le permite ser capaz de tomar decisiones de manera pronta y segura, así como a comunicarse de forma no verbal con otras personas.

Es por esto que al no tener una participación de las emociones al momento de tomar decisiones y llevar a cabo juicios sobre algunas situaciones, lleva a tomar fallos incorrectos; esto debido a que quebranta el sentido común de las personas.

De ahí la importancia de las emociones, pues al ser aplicadas de manera intencionada proporcionan a los individuos la dimensión humana a la vida cotidiana que la hace comprensible a los demás en cualquier ámbito de la vida.

Un ejemplo es la toma de decisiones, las cuales se presentan de manera constante en el ser humano; éstas van desde simples disposiciones hasta complicados decretos. Es decir, que entre más variadas son las posibilidades que se tenga al elegir, menor es la ayuda que proporciona la lógica formal por sí sola.

Las emociones, como ya sabemos, tienen reacciones fisiológicas que muchas veces recaen en el estómago, es a lo que Damasio denomina "Indicador somático", el cual puede ser positivo o negativo, refiriéndose a las señales que emite el cerebro emocional y que advierten de un mal asunto o indican el momento de una oportunidad única. También ayudan a clasificar los problemas de acuerdo a su importancia, pueden abrir un camino entre distintas decisiones o muchas veces en determinadas circunstancias traen consecuencias desventajosas.

Otra tarea de las emociones en el ser humano es como medio de comunicación. Los individuos tenemos la capacidad de relacionarnos con otros por medio de la

expresión verbal y corporal, sin embargo muchas veces sin necesidad de actuar podemos demostrar el estado de ánimo en el que nos encontramos y dar a conocer con exactitud cómo nos sentimos; esto se debe a las emociones que se manifiestan en la expresión del rostro, la actitud corporal, en el tono de la voz y en los gestos. Otra forma de darnos cuenta es a través del ritmo cardíaco, la sudoración, el temblor en manos y cuerpo, sonrojamiento en mejillas, etc.

Con lo anterior, Goleman considera que “... Nuestras emociones dicen, nos guían cuando se trata de enfrentar momentos difíciles y tareas demasiado importantes para dejarlas sólo en manos del intelecto: Los peligros, las pérdidas dolorosas, la persistencia hacia una meta a pesar de los fracasos, los vínculos con un compañero, la formación de una familia. Cada emoción ofrece una disposición definida a actuar; cada una nos señala una dirección que ha funcionado bien para ocuparse de los desafíos repetidos de la vida humana.”⁸¹

Reconocer y manejar a las emociones

El lograr el reconocimiento de las propias emociones, es el inicio de una vida plena y equilibrada; únicamente aquel o aquella que aprende a reconocer las señales de sus emociones, así como a etiquetarlas y aceptarlas es capaz de dirigir las, educarlas y ahondar en ellas. Según Doris Martín, la clave de acceso al mundo de las emociones es la atención, es decir que la persona debe estar atenta ante cualquier reacción tanto física, psicológica y emocional frente situaciones externas, ya que la atención supone a percibirse y ser consciente del propio mundo interior, con el fin de no ser arrastrados por él.

El común de las personas ha sabido desarrollar estrategias de represión y de evasión, con el fin de tapar emociones desagradables o inaceptables, de manera automática y sin ser conscientes, generalmente sólo permitimos el paso de algunas emociones a nuestra conciencia. Esta actitud es generada muchas

⁸¹ Ibid. P. 54.

veces por la sociedad, la cual recrimina ciertas actitudes por considerarlas impropias, lo que lleva al ser humano a reprimirlas.

Esta situación provoca que las personas se priven de la oportunidad de saber más sobre ellas mismas a partir de las emociones lo que les impide tomar las correspondientes medidas correctivas sobre aquellas que consideramos negativas.

Para poder percibir las propias emociones, así como manejarlas y desarrollarlas, es necesario que se dé un distanciamiento interior ante nosotros mismos lo que lleva a la sensibilidad ante las propias emociones. Esto se refiere a observar y relativizar de un modo exterior los grandes cambios emocionales actuando como un observador objetivo y neutral y sobre todo incapaz de emitir juicios de valor.

El lograr una observación desapasionada sobre las propias emociones hace que se activen las conexiones neocorticales; del mismo modo el reconocer un estado anímico negativo pretende querer librarse de él. Es decir que el cultivar la vida emocional de esta forma significa tres cosas:

- ❖ Permitir el paso a las emociones. Éstas no son buenas ni malas simplemente nos da información sobre nosotros mismos así como sobre nuestro bienestar anímico.
- ❖ Prestar atención a las señales emocionales. Es decir aquellos síntomas físicos como la aparición de sudores, la tensión de los músculos, los dolores de cabeza, las contracciones de estómago, sonrojos. También existen síntomas cognitivos como la falta de concentración, la irritabilidad, la excitabilidad, las cavilaciones o el vacío interior.
- ❖ Identificar el desencadenante. Éste se debe a situaciones ajenas al ser humano, que lo llevan a reaccionar de modo distinto a como esta acostumbrado a actuar.

Por lo tanto, la atención permite sacar lo mejor sobre las emociones y el estado de ánimo. El llegar a comprender bien tanto los motivos como las influencias que se presenta y la situación para hacer lo correcto, será lo óptimo.

Las emociones básicas forman parte del equipamiento básico emocional que el ser humano posee; éstas están introyectadas en su biología y en su naturaleza, formando parte de él, a querer o no. Pero, la forma en como reaccione ante ellas y el comportamiento que presentarían, ya que posee la libertad de equilibrar las diferentes posibilidades de actuar de acuerdo a su propio criterio y formación.

Según Doris Märtin en su libro Qué es la Inteligencia Emocional, existen tres posibilidades fundamentales de dirigir adecuadamente las emociones:

- ❖ Apaciguamiento: “desde la infancia se nos ha enseñado que debemos dominar y reprimir nuestras emociones: los niños no lloran, contrólate, no te dejes llevar así; una gran parte de nuestra educación emocional viene determinada por este tipo de advertencias. Como adultos, hemos aprendido bien la lección: sabemos cuándo debemos racionalizar la ira, la frustración y el miedo, cuándo no debemos manifestarla hacia fuera, sabemos reaccionar de manera práctica y no dejarnos avasallar por nuestras pasiones.”⁸²
- ❖ Represión: “la represión es un mecanismo de defensa al que recurren de vez en cuando casi todas las personas: como un a vaso de vino o a una ligera tranquilizante. Lo que hay que saber al respecto: cuando la actitud de más- vale- no- pensar- en- ello se convierte en costumbre, puede llegar a crear una adicción de la misma manera que el alcohol y los tranquilizantes.”⁸³
- ❖ Modificación de la situación: “la palabra emoción procede del latín emovere (moverse hacia fuera), y con ello apunta –por raíces etimológicas- al

⁸² MÄRTIN, Doris, y Boeck Karin, *Qué es la Inteligencia Emocional*, EDAF, Madrid, 1997, p. 73-74

⁸³ Ibid., p. 74

movimiento y al cambio. Es cierto que, por lo general, las emociones van ligadas a un impulso involuntario de hacer algo. Las personas inteligentes desde el punto de vista emocional no se dejan arrastrar por sus emociones, sino que utilizan esta energía desencadenada para desarrollar nuevas competencias, fortalecer su confianza en sí mismas o asumir riesgos”.

A partir de esto es que debemos reconocer la importancia que tienen las emociones en el ser humano, pues al recordar que tiene la característica de ser completamente anímico, repercute en una constante aparición de emociones; de modo que es indispensable reconocerlas.

h) Reconocer y manejar a las emociones

El lograr el reconocimiento de las propias emociones, es el inicio de una vida plena y equilibrada; únicamente aquel o aquella que aprende a reconocer las señales de sus emociones, así como a etiquetarlas y aceptarlas es capaz de dirigirlas, educarlas y ahondar en ellas. Según Doris Martín, la clave de acceso al mundo de las emociones es la atención, es decir que la persona debe estar atenta ante cualquier reacción tanto física, psicológica y emocional frente situaciones externas, ya que la atención supone a percibirse y ser consciente del propio mundo interior, con el fin de no ser arrastrados por el.

El común de las personas ha sabido desarrollar estrategias de represión y de evasión, con el fin de tapar emociones desagradables o inaceptables, de manera automática y sin ser conscientes, generalmente sólo permitimos el paso de algunas emociones a nuestra conciencia. Esta actitud es generada muchas veces por la sociedad, la cual recrimina ciertas actitudes por considerarlas impropias, lo que lleva al ser humano a reprimirlas.

Esta situación provoca que las personas se priven de la oportunidad de saber más sobre ellas mismas a partir de las emociones lo que les impide tomar las

correspondientes medidas correctivas sobre aquellas que consideramos negativas.

Para poder percibir las propias emociones, así como manejarlas y desarrollarlas, es necesario que se dé un distanciamiento interior ante nosotros mismos lo que lleva a la sensibilidad ante las propias emociones. Esto se refiere a observar y relativizar de un modo exterior los grandes cambios emocionales actuando como un observador objetivo y neutral y sobre todo incapaz de emitir juicios de valor.

El lograr una observación desapasionada sobre las propias emociones hace que se activen las conexiones neocorticales; del mismo modo el reconocer un estado anímico negativo pretende querer librarse de él. Es decir que el cultivar la vida emocional de esta forma significa tres cosas:

- ❖ Permitir el paso a las emociones. Éstas no son buenas ni malas simplemente nos da información sobre nosotros mismos así como sobre nuestro bienestar anímico.
- ❖ Prestar atención a las señales emocionales. Es decir aquellos síntomas físicos como la aparición de sudores, la tensión de los músculos, los dolores de cabeza, las contracciones de estómago, sonrojos. También existen síntomas cognitivos como la falta de concentración, la irritabilidad, la excitabilidad, las cavilaciones o el vacío interior.
- ❖ Identificar el desencadenante. Éste se debe a situaciones ajenas al ser humano, que lo llevan a reaccionar de modo distinto a como esta acostumbrado a actuar.

Por lo tanto, la atención permite sacar lo mejor sobre las emociones y el estado de ánimo. El llegar a comprender bien tanto los motivos como las influencias que se presenta y la situación para hacer lo correcto, será lo óptimo.

Las emociones básicas forman parte del equipamiento básico emocional que el ser humano posee; éstas están introyectadas en su biología y en su naturaleza,

formando parte de él (ella), a querer o no. Pero, la forma en como reaccione ante ellas y el comportamiento que presentearían, ya que posee la libertad de equilibrar las diferentes posibilidades de actuar de acuerdo a su propio criterio y formación.

Según Doris Märtin en su libro Qué es la Inteligencia Emocional, existen tres posibilidades fundamentales de dirigir adecuadamente las emociones:

- ❖ Apaciguamiento: “desde la infancia se nos ha enseñado que debemos dominar y reprimir nuestras emociones: los niños no lloran, contrólate, no te dejes llevar así; una gran parte de nuestra educación emocional viene determinada por este tipo de advertencias. Como adultos, hemos aprendido bien la lección: sabemos cuándo debemos racionalizar la ira, la frustración y el miedo, cuándo no debemos manifestarla hacia fuera, sabemos reaccionar de manera práctica y no dejarnos avasallar por nuestras pasiones.”⁸⁴
- ❖ Represión: “la represión es un mecanismo de defensa al que recurren de vez en cuando casi todas las personas: como un a vaso de vino o a una ligera tranquilizante. Lo que hay que saber al respecto: cuando la actitud de más- vale- no- pensar- en- ello se convierte en costumbre, puede llegar a crear una adicción de la misma manera que el alcohol y los tranquilizantes.”⁸⁵
- ❖ Modificación de la situación: “la palabra emoción procede del latín emovere (moverse hacia fuera), y con ello apunta –por raíces etimológicas- al movimiento y al cambio. Es cierto que, por lo general, las emociones van ligadas a un impulso involuntario de hacer algo. Las personas inteligentes desde el punto de vista emocional no se dejan arrastrar por sus emociones, sino que utilizan esta energía desencadenada para desarrollar nuevas competencias, fortalecer su confianza en sí mismas o asumir riesgos”.

⁸⁴ MÄRTIN, Doris, y Boeck Karin, *Qué es la Inteligencia Emocional*, EDAF, Madrid, 1997, p. 73-74

⁸⁵ Ibid., p. 74

EL PAPEL QUE JUEGA LA ORIENTACIÓN EN LA FORMACIÓN DE LOS ADOLESCENTES PARA LOGRAR LA IE EN ELLOS.

a) La importancia de lograr una formación emocional dentro de las escuelas

A través de este trabajo, se ha visto lo importante que es para los adolescentes el lograr controlar sus emociones; una educación emocional a tiempo en esta edad tan difícil, puede evitar llegar a problemas funestos como es el consumo de drogas.

Más adelante se analizarán diversas situaciones que son consideradas como aquellas más frecuentes en los adolescentes que dificultan que sean capaces de responder ante ambientes peligrosos que los arrastran a probar sustancias tóxicas.

Estas situaciones son aquellas que los orientadores deben tomar en cuenta al momento de aconsejar a los alumnos, pues, además de estudiar los contextos peligrosos a los que son expuestos los y las estudiantes, nunca deben dejar de lado la cuestión personal e individual de cada uno de ellos, puesto que es ésta parte justamente la que puede proporcionarles herramientas para alejarse de dichos peligros.

La teoría de la IE, lograr llegar a conocer las emociones y con esto, se es capaz de controlarlas pues, sirve como herramienta para poder evitar el consumo de cualquier sustancia tóxica.

Hablando específicamente a nivel secundaria, creemos que la responsabilidad recae en los docentes, pero le delegaríamos la tarea al Orientador, ya que la función del mismo radica en guiar a los alumnos, evitando así que caigan en situaciones como las adicciones.

La orientación en México.

La Orientación Educativa se introdujo a nivel secundaria en 1960, sin embargo su primer enfoque fue exclusivo hacia la elección de una carrera profesional; a partir de 1992, la Orientación Educativa fue ampliada en el desarrollo del servicio del orientador en secundaria, y para ello fue englobada en cuatro grandes áreas:

- ❖ Orientación Pedagógica. La función del orientador es atender a los alumnos en sus necesidades académicas con respecto a los hábitos y técnicas de estudio, problemas de motivación y bajo rendimiento escolar .
- ❖ Orientación vocacional y para el trabajo. El orientador conduce al educando a descubrir sus intereses y aptitudes, así como otras cualidades personales. Así mismo ofrece información relacionada con las oportunidades educativas y ocupacionales que existen en la región con el fin de lograr un equilibrio entre las aspiraciones personales y las necesidades del mercado laboral.
- ❖ Orientación Afectivo Psicosocial. “El orientador pretende desarrollar en el educando actitudes y sentimientos en seguridad en sí mismos, lograr un autoconocimiento más pleno cada día, expresar sus inquietudes, aprovechar adecuadamente sus propios recursos y establecer relaciones positivas con los demás para lograr la superación propia y de la comunidad.”⁸⁶

⁸⁶ CASTILLO Delgado, Leticia. López Aragón, Linda Olimpia. PONENCIA. cómo el orientador educativo puede desarrollar las potencialidades del adolescente. 2° foro de formación y actualización de orientadores educativos. DGEST-UPN. Junio, 1999. p.p. 5 – 6.

- ❖ Orientación Educativa. “Es la disciplina que promueve el desarrollo integral de los individuos a partir de un proceso dinámico que implica el autoconocimiento, la formación de hábitos, actividades, habilidades y valores; la comprensión del entorno así como la realidad sociocultural del país para la toma de decisiones que permita la planeación y realización del proyecto de vida “. ⁸⁷

A partir de estas áreas de la Orientación clasificadas anteriormente concluimos que es la orientación educativa la que más se enfocaría a nuestro objeto de estudio; esto debido a que el autoconocimiento, las habilidades y la toma de decisiones entre otras cuestiones están estrechamente vinculadas, e inclusive forman parte de la teoría de la IE, recordando que ésta se define como “Un Subconjunto de la Inteligencia Social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios así como el de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y acciones”, definición dada por los creadores del término IE, Salovey y Mayer.

El orientador educativo debe estar a la vanguardia en esta teoría, porque es él o ella quien lleve a cabo un proceso en el desarrollo de la identidad personal y maduración psicosocial, con el fin de obtener la participación dentro del grupo y posteriormente en la sociedad en la que se desenvuelve él adolescente.

Consideramos que los objetivos principales que todo orientador debe plantearse al momento de desempeñar su labor, son los siguientes:

- ❖ Lograr obtener información a partir de las experiencias adquiridas que permiten un continuo enfrentamiento con él adolescente al momento de tomar decisiones; esto es que el orientador debe lograr el desarrollo

⁸⁷ SUBSECRETARIA DE SERVICIOS EDUCATIVOS PARA EL D. F. SEP. México, D. F. 1996, p. 4.

de la identidad personal y madurez psicosocial de ellos al momento de interactuar con su grupo y posteriormente en la sociedad en la que viven.

- ❖ El orientador debe tomar a la IE como un proceso permanente e implícito en el desarrollo educativo de los estudiantes.
- ❖ Los orientadores deberán sensibilizarse ante los cambios y problemas que sufren los adolescentes, de modo que a partir de una buena educación emocional, alcancen a sentir empatía hacia ellos y lograr con esto que se de una buena comunicación entre alumnos y orientadores, creando así un ambiente de confianza y armonía.
- ❖ Un enfoque formativo- preventivo al atenderlos en sus necesidades de manera oportuna, así como el propiciar actitudes y hábitos para una actuación eficiente en su vida cotidiana, pudiéndose apoyar en la IE para lograrlo.
- ❖ Deberán llevar a cabo una ayuda en la solución de problemas, los cuales al faltar una atención oportuna propician obstáculos en y los adolescentes así como en su desarrollo humano.

Así mismo según Jesús Nicasio García Sánchez, *Como interviene en la escuela el orientador*, la orientación está dividida en varios modelos:

- ❖ La orientación como cascada de servicios: La cual se refiere al ayudar a los alumnos a lograr el desarrollo máximo de sus potencialidades como seres humanos individuales.
- ❖ La orientación como reconstrucción social: El orientador proporciona información, recomienda y motiva para mover a determinados jóvenes hacia diferentes direcciones sobre el supuesto de sus características y potencialidades especiales.

- ❖ La orientación facilitadora del desarrollo personal: Es decir, desarrollo de la comprensión del yo, conocimiento de uno mismo considerar la propia idiosincrasia, profundizar los sistemas de constructos personales, autoevaluarse, identificación del yo, criticar y reflexionar las actitudes hacia uno mismo.
- ❖ La orientación como prevención: Entendemos por prevención la intervención destinada a evitar que suceda algo negativo en la vida de una población determinada. Este modelo de orientación tuvo auge desde los años 60, debido a que intenta determinar situaciones que pueden ser negativas y cuál es el momento de evitarlo; cuando exija una intervención en grandes grupos que todavía no experimentan desajustes. Se apoya en sólidos conocimientos sobre higiene mental y en una previsión de inadaptación que en la escuela puede manifestarse por los problemas de aprendizaje.

Aunque el orientador preventivo se centra en un principio en el o la alumno, poco a poco irá trabajando con los adultos, asesorándoles sobre la conducta a seguir con los alumnos problemáticos.

Este modelo intenta que los alumnos desarrollen un *self-concept* positivo, desarrollo de relaciones interpersonales eficaces, adquirir conciencia del propio medio respecto del desarrollo vocacional, académico y desarrollo de habilidades necesarias para la toma de decisiones.

- ❖ Orientación para adquirir habilidades para la vida: Intenta desarrollar a las personas como individuos equilibrados, que sepan controlar su conducta y resolver los problemas cotidianos con creatividad.
- ❖ La orientación instructiva: Intenta relacionar el proceso de la orientación con los modelos generales de instrucción. Parte de que el alumno tiene el

deseo de aprender, cambiar, tomar decisiones, resolver problemas, interactuar o controlar su ansiedad. La tarea del orientador es el lograr conseguir en los alumnos lo anterior. Este modelo posee tres componentes:

Intencional, que parte del sujeto de la orientación; estructural o procesual, que va desde las estrategias a las habilidades del orientador; funcional: el cual permite que se dé un cambio evidente.

b) Herramientas que deben de ser proporcionadas por parte del orientador para lograr educar la inteligencia emocional en los adolescentes.

La orientación tiene sus principios en cuestiones como el autoconcepto, la autoevaluación, la reflexión hacia uno mismo, etc.; los cuales se encuentran estrechamente relacionados a la teoría de la Inteligencia Emocional; es por ello que la consideramos como una herramienta vital y necesaria para cualquier orientador, al momento de desempeñar su labor; este constructo teórico se fundamenta en lo siguiente:

b.1 Autoconcepto.

“Se forma en función al tipo de experiencias y vivencias previas que han existido en la vida de cada individuo. Es el trato que de sí misma cada persona posee. Este retrato no necesariamente coincide en el trato de los demás acerca de la persona. Es un concepto subjetivo y no siempre es congruente con la realidad.”⁸⁸

Se le llama autoconcepto a la información que la persona tiene de sí misma; en muchos casos no obedece a una realidad objetiva, esto, por encontrarse formada por una interpretación personal. Tanto el autoconcepto como la autoestima poseen un efecto directo sobre las personas y sobre los demás en todos los aspectos de la vida.

⁸⁸ SMEKE, Op. cit., pag. 111

El autoconcepto es importante, debido a que es gracias a él que las personas pueden relacionarse con los demás, mostrando con ello seguridad ante su grupo de pares. Y es justamente la IE la que proporciona las capacidades para lograr que los individuos mantengan una estabilidad que facilite su desenvolvimiento óptimo dentro de éste.

La importancia de enseñarles a las y los adolescentes a tener un autoconcepto de ellos mismos se encuentra en la capacidad de saber distinguir entre comportamientos negativos o positivos, lo que puede dificultar en cierto momento su socialización con el grupo que pertenece.

b.2 Autoestima

“La autoestima es la valoración que tenemos nosotros: La opinión y el sentimiento que cada uno tiene acerca de sí mismo de los propios actos, los propios valores y las propias conductas “. ⁸⁹

La autoestima se divide en autoestima baja y autoestima alta; esta última se refiere a estar lleno de energía y entusiasmo, con el sentimiento de ser capaces de realizar todo con seguridad sobre el propio valer y su importancia. Por otro lado, la autoestima baja demuestra cansancio, falta de entusiasmo, así como de seguridad sobre lo que se es capaz de hacer y se tiene un sentimiento de inferioridad.

La autoestima se forma a partir del sentimiento de valor propio, el cual se aprende desde la infancia; a partir de esta etapa se tiene interacciones con otras personas, existe un sentimiento de apoyo el cual puede ser de menor o mayor grado, se reciben palabras de aliento o desaliento, se va aprendiendo de las experiencias y de la comunicación que se tiene con otros individuos, logrando con

⁸⁹ PICK DE WEISS, Susan, *Yo Adolescente*, Planeta , México, 2002, p. 46.

esto la formación de una imagen propia, la adquisición de una “balanza”, que muestra una comparación entre el propio valer del individuo, contra aquel impuesto por el mundo de los adultos.

La autoestima está conformada por cuatro características:

Confianza: los adolescentes requieren de adultos que les inspiren confianza en su desarrollo y aprendizaje así como en sus logros y situaciones difíciles de manejar.

Capacidad: los adolescentes necesitan de adultos que sean capaces de aportarles herramientas necesarias que favorezcan el desarrollo de las distintas aptitudes que posee cada uno, que les permitirá ser competitivos en los aspectos tanto académicos como social.

Circunstancias: los jóvenes necesitan de oportunidades reales y circunstancias que les permitan aplicar y poner en práctica estas herramientas dentro de un ambiente seguro y de aprendizaje.

Cuidado: los jóvenes requieren del cuidado y del amor por parte de los adultos que les permita saber que cada uno es importante por sí mismo, al mismo tiempo que estén conscientes de que tendrán la ayuda necesaria dentro de un ambiente de seguridad emocional y física.

Es importante resaltar que los adolescentes van generando su autoestima cuando su comportamiento es valorado y reconocido por las personas cercanas a él; situación que lleva a evitar el olvido sobre la importancia que tiene la retroalimentación de un comportamiento que se desea promover.

Cuando hablamos a nivel secundaria, este comportamiento merece un especial énfasis, debido a que es una etapa de constante cambio, el cual muchas veces

es pasado por alto por los mismos docentes y orientadores, lo cual ocasiona que la autoestima de los adolescentes tienda a estar baja.

Es por ello que el promover esta retroalimentación entre orientadores y alumnos puede lograr que ellos atraviesen por este período de transición de una manera más favorable, promoviendo en ellos una IE que les permita ser capaces de enfrentar de manera asertiva los problemas que se les presentan en su vida.

A partir de esto se expresa la importancia de conocer y estudiar nuevas teorías, como es el caso de la IE que les puede permitir a los orientadores ser capaces de entender a los alumnos, con lo que su desenvolvimiento personal se vuelva más humano y sensible ante dichas cuestiones.

En los pedagogos recae una gran responsabilidad, debido a que son ellos y ellas quienes tienen la tarea de buscar alternativas innovadoras que promuevan en los orientadores un cambio sustancial al momento de desarrollarse en los adolescentes en los cambios difíciles de su vida.

b.3 Asertividad

“El arte de la asertividad es hacer valer los derechos propios diciendo lo que necesitamos, creemos, sentimos y pensamos, de manera clara, directa, firme, sin agredir, respetando a las otras personas.”⁹⁰

Otra forma de ser asertivo radica, en hacer valer nuestros derechos al momento de comunicarnos con otras personas, y al hacerlo es de modo claro y directo a lo que queremos y esperamos de los demás; es decir que la asertividad implica hacerse respetar y respetar a los demás.

⁹⁰Ibid., P. 61

Al momento de comunicarnos de modo asertivo con otras personas implica expresar con firmeza nuestros valores, con claridad nuestros pensamientos y profundidad en nuestros sentimientos.

La asertividad por lo general supone imposición, respeto y admiración por parte de las personas que nos rodean; para lograrlo se requiere de una aceptación y valoración de nosotros mismos (una alta autoestima), lograr con firmeza nuestra posición, sin dejar de respetar a los demás y saber cuándo, dónde y cómo decir las cosas.

Así mismo como característica importante de la asertividad, se encuentra la toma de decisiones donde se pretende la determinación de qué es lo que se quiere hacer, definición del propio futuro y las metas a alcanzar la elección de los pasos correctos a seguir. Todo esto con el fin de conseguir la solución a los problema:

“... Lo importante es conocer las razones que sirven de base para cada sesión. Se requiere conocerlas tan bien como para defenderlas cuando otras personas las ponga en tela de juicio. Esto no significa, necesariamente, que si la decisión no convence a los demás, desistamos de ella. Tampoco quiere decir que no escuchemos las opiniones razonables y bien intencionadas. Simplemente hay que estar preparados para escuchar y responder seguros de lo que queremos lograr.

Cada quien tiene derecho a tener su propia opinión, a exponerla, a defenderla y actuar según su propio criterio.”⁹¹

La mejor decisión que se puede tomar es aquella que está basada en hechos, no en interpretaciones, y sobre todo debe estar de acuerdo con los propios valores personales de quien la toma.

⁹¹ Ibid., Pp. 64 – 65.

b.4 La capacidad de conversar

En ocasiones los adolescentes se encuentran ensimismados por problemas que les causa desconcierto, inseguridad, dolor, angustia etc.; lo que les niega la posibilidad de poderse comunicar con personas externas a ellos, situación que muchas veces promueve que dentro de su pensamiento rueden un sinfín de incertidumbres que son incapaces de expresar.

Esto nos lleva a la importancia que tiene enseñar a los adolescentes las capacidades necesarias para conversar; para lo cual es necesario que aprendan a expresar sus necesidades y deseos con claridad, pudiendo lograrlo a través de una afirmación que exprese de manera real lo que siente, y por qué lo siente.

Del mismo modo, deben lograr compartir información personal de él mismo, hablando acerca de cosas que son de su interés.

Por otro lado, deben de aprender a modular sus respuestas ante las palabras de los demás, poniendo atención a lo que los demás expresan.

También deben hacer preguntas sobre otras personas, con curiosidad para averiguar todo lo que se pueda sobre su interlocutor; esto les permitirá hacer un juicio que propicie una capacidad para conversar con las personas.

Sintetizando, la comunicación se vuelve vital para el buen desarrollo social de él y la adolescente, pues ésta, al permitir una libre expresión, alienta a su desahogo emocional, lo que ayudará a evitar el consumo de sustancias tóxicas, sobre todo si esta comunicación se establece con los padres o con personas que los puedan orientar de manera acertada, como pueden ser la o el orientador escolar quienes deben de tener esta facultad.

b.5 La capacidad de tener empatía

La empatía es considerada como la habilidad de saber lo que siente el otro; se forma sobre la conciencia del individuo mismo, es decir entre más abiertos nos encontremos ante nuestras propias emociones, más habilidad se dará para lograr la interpretación de los sentimientos.

Por lo general, el ser humano de manera impulsiva presenta incapacidad ante los sentimientos de los demás; lo que es considerado como un déficit importante que debe ser resuelto por la IE, debido a que es ésta, la que permite una sintonía emocional entre individuos que da como resultado la empatía.

Según Goleman, la clave para intuir los sentimientos de otras personas radica en la habilidad que se tenga para interpretar los canales no verbales: El tono de voz, los ademanes, la expresión facial, entre otros.

La empatía depende de la educación que el individuo haya recibido, así como del entorno cultural al que pertenece.

b.6 La automotivación.

La gente automotivada por lo general tiene el deseo de enfrentar y superar los obstáculos; es por ello que para muchas personas la automotivación es sinónimo de trabajo duro, que por lo general conduce al éxito y a la satisfacción propia:

“Las cualidades emocionales de la realización nos ofrecen satisfacciones reales, aún más que la realización misma. Nadie encarna mejor nuestro ideal emocional de automotivación y determinación que aquellos que han superado dificultades extraordinarias para alcanzar un grado excepcional de realización.”⁹²

⁹² SHAPIRO Lawrence, *La Inteligencia Emocional de los niños*, Ed. Punto de lectura, Madrid 2001. p298.

Es decir, muchas personas que viven situaciones dolorosas, como es el caso de las discapacidades físicas, han alcanzado un éxito que va más allá de las expectativas que se tiene de ellos. Así, una automotivación resulta ser la llave para el éxito que permite al ser humano descubrir y llevar a cabo cosas de manera óptima.

De igual forma los elementos básicos de la motivación para aprender y dominar nuestro medio o son multifactoriales. Durante más de cincuenta años, han existido diferentes especulaciones sobre las razones que permiten que las personas se muestren automotivadas y alcancen un alto grado de realización mientras que otras no lo hacen.

En el texto sobre la inteligencia emocional de los niños se dan algunas respuestas como principios generales, que a consideración del autor logran que el adolescente tenga una automotivación adecuada.

- ❖ Lograr que su hijo espere el éxito.
- ❖ Darle a su hijo las posibilidades para poder ser capaz de dominar su mundo.
- ❖ Lograr que la educación se vuelva vital para los intereses y el estilo de aprendizaje de su hijo.
- ❖ Lograr enseñar a su hijo a valorar el esfuerzo persistente.
- ❖ Mostrar a su hijo la importancia que tiene el superar el fracaso.

b.7 Capacidades sociales

“De todas las capacidades del CE que desarrollará su hijo, la de llevarse bien con los demás, es la que contribuirá más a su sentido de éxito y de satisfacción en la vida. Para desempeñarse efectivamente en un mundo social, su hijo necesita

aprender a reconocer, interpretar y responder en forma apropiada a las situaciones sociales. Debe juzgar la forma de conciliar sus necesidades y expectativas con los demás”⁹³

Esta situación debe comenzar cuando son pequeños, de tal manera que cuando lleguen a la adolescencia, sean capaces de desarrollar sus habilidades sociales de manera óptima, donde no les cueste trabajo relacionarse con su grupo de pares; de ahí la importancia de fomentar las capacidades sociales, para que en un futuro, puedan mantener relaciones estables y armónicas con el grupo social al que pertenece.

b.8 Las capacidades de realización

Para lograr la capacidad de realización, es importante infundir en los niños y adolescentes, seguridad, ya que ésta, “es un agradable sentimiento que incluye en su seno una sensación de seguridad física y emocional. En un ambiente de seguridad que tiene la certeza de que dicha sensación no es ni será amenazada por nada ni por nadie.”⁹⁴

El crear un ambiente de seguridad en los adolescentes, les permite obtener la capacidad de realización, así como lograr un autoconcepto que permita conocer sus alcances y limitaciones, con ello lograrán ser tolerantes ante la frustración y el fracaso que puedan tener durante su vida; debido a que no tienen temores, se dedican a alcanzar su éxito personal.

Para poder lograr esto, es necesario que los adolescentes tengan en claro los siguientes puntos:

- ❖ Que asuman las consecuencias de sus actos y las decisiones que tomen.

⁹³ Ibid., p. 235

⁹⁴ SMEKE, Sofía. Op. cit., pag. 120

- ❖ Que sean capaces de expresar sus emociones de forma verbal y no verbal.
- ❖ Se les brindará apoyo y confianza a los adolescentes con el fin de eliminar el rechazo y la inseguridad.
- ❖ Se le enseñará a manejar sentimientos negativos, como podrían ser: la agresión, miedo, ira y frustración.
- ❖ Se Desarrollará en ellos la creatividad y la imaginación.
- ❖ Se les aportará herramientas necesarias para no ceder a la presión social en circunstancias que lo puedan involucrar en diversos tipos de adicciones (alcohol, tabaco, droga), o llevarlo a conductas delictivas o suicidas.
- ❖ Se les Desarrollará el liderazgo positivo y apoyo comunitario, reforzando actitudes de honestidad, responsabilidad y compasión en los compañeros a través de distintos tipos de actividades escolares en las cuales la contribución de los alumnos sea significativa.

Si el adolescente cuenta con todas estas herramientas, pueden alcanzar una IE adecuada que les permita ser personas exitosas en todos los ámbitos de su vida.

B.9 Cómo alcanzar el éxito

Los jóvenes que son motivados desde pequeños, esperan tener éxito y no tienen inconvenientes en fijarse metas elevadas para sí mismos. Los jóvenes que carecen de la automotivación sólo esperan un éxito limitado fijando metas en el grado más bajo de realización que una persona puede tener sin experimentar una inquietud indebida.

Para poder lograr esto, es importante que además del trabajo en casa por parte de los padres, en la escuela los orientadores manejen el “Proyecto de vida” con los alumnos, con el fin de lograr en ellos una automotivación y un autoconcepto que les permita ver a futuro, estableciéndose expectativas que les permita alcanzar éxito en su vida cotidiana, manteniéndolos motivados y por ende alejados y alejadas de las adicciones.

c) Cómo el adolescente puede educar las emociones

Las emociones son consideradas como “aquellas habilidades que exigen al niño o joven a entender cuales son los sentimientos y emociones que se experimentan ante ciertas circunstancias para saber reconocer los propios sentimientos y los demás.

Es importante saberlos nombrar, con el objetivo de identificarlos y darles una estructura adecuada. Cuando un niño sabe expresar cómo se siente, que emociones experimenta en cierto momento o cuál es su estado de ánimo ante cierta circunstancia, facilita la comunicación asertiva con sus compañeros y es capaz de defender sus propias opiniones o derechos. Habilidades relacionadas con las emociones son: expresar emociones, recibir emociones, defender los propios derechos y opiniones.”⁹⁵

Según el texto Alcanzando la Inteligencia Emocional, existen derechos y opiniones que ayudarán a las y los jóvenes para alcanzar su IE:

- ❖ Autoafirmaciones positivas: Implican la capacidad de un autolenguaje positivo y optimista que refuerce en el niño o joven la posibilidad de experimentar emociones beneficiosas para él mismo, ya que el autolenguaje puede determinar la forma en la que nos sentimos.
- ❖ Expresar emociones: Significa tener la capacidad de expresar a otras personas cómo nos sentimos, qué emociones experimentamos y/o cuál es nuestro estado de ánimo ante cierta circunstancia, también implica poder decir a las otras personas los sentimientos que éstas nos provocan, saber como comunicar nuestras emociones, ya sean estas agradables o desagradables, permite que compartamos con los demás nuestros

⁹⁵ Ibidem., pag. 199- 200

sentimientos y que dichas personas sean partícipes de nuestras alegrías o que nos comprendan y ayuden en momentos difíciles.

- ❖ **Recibir emociones:** Se refiere a la respuesta adecuada ante las emociones y sentimientos que expresan otras personas; también supone responder adecuadamente a los sentimientos que uno provoca en los demás. Para responder a lo que las otras personas están sintiendo, es necesario desarrollar la habilidad de empatía con el fin de entender realmente lo que aquellas personas se encuentran experimentando cuando una persona es empática y resolver adecuadamente a los sentimientos ajenos, hace que la persona con la que está hablando se sienta escuchada, apoyada, comprendida y a gusto con ella. Responder adecuadamente a los sentimientos ajenos fomenta la comunicación asertiva y relaciones estables y exitosas.

- ❖ **Defender los propios derechos y las propias opiniones:** Es la capacidad para poder decir a otras personas que nuestros derechos u opiniones no están siendo respetados y expresar cómo nos sentimos al respecto, también implica comunicar a otros alguna situación o circunstancia que nos es molesta, injusta o agresiva. Esta habilidad es difícil de llevar a cabo, pues en ocasiones, las respuestas ante las defensas de los propios derechos, pueden ser agresivas, suelen ser burlas o las personas pueden negarse a ceder o simplemente argumentar que solo se trata de una broma. Un niño o un joven que no es capaz de defender sus derechos y expresar sus emociones al respecto, resultará en muchas ocasiones ignorado, amenazado, amedrentado, y/o agredido por los demás niños y jóvenes, independientemente de que éstos no lo respetaran.

Un chico adolescente que no se sabe defender, devalúa su propia autoestima, estará descontento y se aprovecharán de él. Defender las propias opiniones en ocasiones puede ser complicado porque no todos pensamos de la misma forma,

así como tampoco todas las personas dan la misma interpretación a un hecho determinado, situación que puede provocar cierta conducta.

Los niños y jóvenes deben aprender a respetar las opiniones ajenas independientemente de que estén de acuerdo con ellas o no y expresar su forma de pensar o sentir asertivamente.

El adolescente que no acepta lo que dicen los demás, no se hace respetar y se sentirán frustrados, pues nunca será tomado en cuenta y es probable que ésta situación los lleve a aceptar decisiones en las que no está de acuerdo o que implique riesgos para su persona. Se deben expresar las propias opiniones, siempre de modo asertivo y nunca de modo agresivo imponiendo lo que pensamos y no escuchando a los demás.

Es importante mencionar que las instituciones educativas son consideradas como la segunda sociedad en la que los adolescentes están inmersos; éstas pueden lograr el desarrollo de la IE en los jóvenes. Hoy día también recae sobre ellas la tarea de formar y no únicamente de informar, pues anteriormente era la familia la encargada de las cuestiones emocionales, valores etc.

Sin embargo, a partir de estudios se ha concluido que estas cuestiones no pueden aislarse de las instituciones educativas, esto porque se vio que aunque los estudiantes se encuentren desarrollando sus habilidades intelectuales, las emociones siguen presentes en ellos, y es más, éstas constituyen una parte fundamental para que tengan éxito dentro de ese ámbito.

De ahí la importancia de que como docentes sepan de qué manera pueden educar al mismo tiempo las emociones los estudiantes, con el fin de lograr una socialización y una conducta adecuada dentro del entorno en el que se desenvuelven sus estudiantes.

Cuando los adolescentes actúan con IE son percibidos como jóvenes que confían en sí mismos y logran manejar sus emociones de forma constructiva; ellos se muestran amigables y confiables, tiene un alto grado de aceptación entre sus compañeros, con lo que crean relaciones saludables.

Cuando logran ejercer control sobre sí mismos, son capaces de entender y aceptar las reglas de manera consciente, lo que los impulsa a actuar movidos con sus propios valores.

Son adolescentes que tienen tanta confianza en sí mismos y en el apoyo que reciben de las personas que los rodea, que son capaces de reírse de sí mismos, al momento de cometer errores.

Sin embargo, también encontramos jóvenes que no tienen la misma madurez emocional, situación que trae como consecuencia que sean más sensibles a cuestiones como el consumo de drogas, las cuales utilizan como escape ante diversos problemas que les cause disturbios emocionales.

Tomaremos como ejemplo el problema de las adicciones para comprobar que la IE puede ser utilizada como un medio eficaz para disminuir el consumo de drogas, el cual amenaza el proceso educativo por el que pasan los estudiantes.

Para esto en el tercer capítulo se hablará de la IE como alternativa para que la educación en México pueda tener un giro, donde se obtenga un equilibrio en las emociones del individuo.

CAPÍTULO IV

INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO TEORÍA ALTERNATIVA PARA LA PEDAGOGÍA.

La pedagogía ha sufrido cambios a través del tiempo. Su finalidad siempre es buscar la mejor forma de educar tomando en cuenta para ello las transformaciones que se dan en cuestiones políticas, económicas, culturales y sociales que esté pasando un país.

La ideología es determinante al momento de estructurar una teoría pedagógica, pues en ella se aglutinan cuestiones como valores, costumbres, ideas e inclusive la tecnología. “El aprendizaje a través de la comunicación con los semejantes y de la transmisión deliberada de pautas, técnicas, valores y recuerdos es proceso necesario para llegar a adquirir la plena estatura humana.”⁹⁶

Así vemos que cada una de las alternativas pedagógicas que se han dado, tiene su origen en las cuestiones cotidianas que se viven en ese momento determinado.

Para poder llevar a cabo este trabajo recepcional, es importante conocer las diferentes etapas por las que ha pasado la pedagogía a través de la historia. Es posible observar que ésta ha ido modificándose de acuerdo al pensamiento reinante de un momento determinado, teniendo siempre presente que “el pensamiento pedagógico surge con la reflexión sobre la práctica de la educación,

⁹⁶ Savater Fernando, Op. Cit., P. 37.

como necesidad de sistematizarla y organizarla en función de determinados fines y objetivos”⁹⁷.

Es decir, que en cada momento en el que se ha reflexionado sobre la cuestión educativa, se ha tenido como primordial punto de referencia la prioridad de lograr que se lleve lo mejor posible, a partir de ciertos fines a alcanzar. Por supuesto, dichos fines están estrechamente relacionados con la ideología que se vive en ese momento.

Así podemos ver que la educación ha sufrido cambios que son el reflejo de la filosofía, economía, política y cultura que va sufriendo la humanidad, desde un pensamiento tradicional, hasta un pensamiento crítico sobre la educación.

De ahí la importancia de partir con el concepto de qué es la pedagogía por un lado, y qué es la educación por otro.

La Pedagogía es la ciencia que se encarga de la reflexión de los procesos educativos la cual no se detiene en su conocimiento, sino que va hasta su valoración.

Es esencialmente analítica, porque estudia de un modo aislado los distintos fenómenos educativos, o las distintas formalidades de la educación como elementos de ulteriores aplicaciones; el proceso educativo se analiza en busca de sus componentes y leyes en lo que tienen de comunes a todo tipo de educación.

Se refiere a la búsqueda y la creación de programas en los que se incluyan temas de innovación.

Busca la justificación de los procesos educativos en orden a un fin preconcebido,

⁹⁷ GADOTTI Moacir, *Historia de las Ideas Pedagógicas*, Siglo XXI, México, 1998, p.7.

mientras que la educación significa “guiar, orientar, conducir a lo cual debe añadirse su significado semántico, que recoge las ideas de extraer, hacer que salga a la superficie, dar a luz, etc “⁹⁸

a) Educación, instrucción y enseñanza

EDUCACIÓN	FORMAL: impartir conocimientos de forma intencional, programada y sistemática. INFORMAL: Transmitir fundamentalmente pautas, valores, ritos, etc, de forma difusa, desorganizada e indirecta.
INTRUCCIÓN	En buena parte, este concepto es sinónimo de educación formal.
ENSEÑANZA	Es buena parte sinónimo de educación formal aunque recoge algunos aspectos de la educación informal.

OBJETIVOS Y FINES DE LA EDUCACIÓN

OBJETIVOS	Metas previamente fijadas que pueden alcanzarse en un plazo más o menos definido.
FINES	Se sitúan entre una realidad posible y un ideal al cual se tiende, que puede ser una finalidad considerada perfecta e inalcanzable, como mínimo, a corto y medio plazo.

⁹⁸ *Enciclopedia Práctica de Pedagogía*, Ed Planeta, Madrid, 1988

OBJETIVOS DE LA EDUCACION	Parte fundamentalmente de la teoría de la educación. Se interesan por el hombre tal como es, o mejor dicho tal como se manifiesta.
FINES DE LA EDUCACIÓN	Se basa primordialmente en la filosofía, con la meta en la humanización del hombre. Se preocupa del hombre tal como debe ser.

A partir de las definiciones de Pedagogía y Educación, es necesario ahora recurrir a las diferentes etapas o escuelas por las que ha pasado la primera instancia se encuentra la Escuela Tradicional, la cual era aquella educación de tipo autoritaria, en donde no se les permitía a los alumnos expresar libremente su opinión, el maestro era quien daba la clase, no existía una interacción entre ambas partes y era permitido el castigo corporal, “la letra con sangre entra”; se caracterizaba por :

- ❖ El maestro era considerado como eje alrededor del cual giraba toda la actividad.
- ❖ Mantener los pilares de la sociedad reinante.
- ❖ El alumno únicamente imitaba lo enseñado.
- ❖ El alumno debía ser obediente ante las reglas y normas establecidas por la sociedad.
- ❖ El alumno siempre era considerado como sujeto pasivo.
- ❖ Preservar ante todo el orden establecido.
- ❖ Inmutabilidad de los valores tradicionales.
- ❖ Completa sumisión a la autoridad del tipo que sea.
- ❖ Importancia de la vocación para el ejercicio del magisterio.
- ❖ Centralización a todos los niveles.
- ❖ Menosprecio, más o menos velado de las ciencias positivas.

Otra etapa importante es el pensamiento pedagógico moderno, el cual se dio en el s. XVI y XVII, se caracterizó por el realismo, sobre todo el de Jonh Locke, quien se preguntaba de qué servía enseñar latín a los hombres que trabajarían en fábricas, dando la opción a enseñar cálculo y mecánica, a las que consideraba más sustanciosas para aquellos trabajos.

Esta etapa se caracterizaba por:

- ❖ La insubordinación ante el formalismo humanista, dando mayor interés al mundo exterior y dejando de lado al interior, es decir supremacía de las cosas sobre las palabras.
- ❖ Se inicia la pasión sobre la razón, sobre todo al estudio de la naturaleza
- ❖ La educación se convirtió en científica, en donde el conocimiento únicamente tenía valor cuando preparaba para la vida y para la acción.
- ❖ Se impulsa el conocimiento de las ciencias naturales, sobre todo la física, la química y la biología.
- ❖ Se incrementó el interés por los estudios científicos.
- ❖ Se abandonó el estudio de los autores clásicos y la lengua greco-latina
- ❖ La educación dejó de ser un medio para perfeccionar al hombre, más bien junto con la ciencia, eran consideradas como un fin en sí mismo.
- ❖ Locke otorga a la educación una importancia extraordinaria, sobre todo cuando era dada desde los inicios de la infancia, pues consideraba al niño como una tabla rasa en donde el maestro podía escribir todo.
- ❖ Se propone por primera vez un sistema articulado de enseñanza con Comenio, en donde reconoce el mismo derecho de todos a saber.
- ❖ En él, la educación debía ser permanente, es decir durante toda la vida del ser humano.

Posteriormente se dio el pensamiento pedagógico positivista, el cual tenía por objeto que todo conocimiento científico y filosófico debían tener por finalidad el perfeccionamiento moral y político de la humanidad. Fue una época en donde las ciencias exactas debían dominar sobre cualquier situación social, inclusive sobre

la política, pues se consideraba que la ciencia verdadera debía analizar los fenómenos, incluso los humanos, como hechos; es decir que debía ser una ciencia positiva, entrando en estas tanto las ciencias naturales como las ciencias humanas.

Esta etapa tenía como características:

- ❖ Alejarse de cualquier prejuicio o presupuesto ideológico.
- ❖ La ciencia debía ser neutra, en donde las leyes naturales debían estar en armonía y éstas regirían a la sociedad.
- ❖ Representaba la doctrina que consolidaría el orden público; nada de doctrinas críticas, destructivas, subversivas, revolucionarias como fue el caso de la Ilustración de la Revolución francesa.
- ❖ Sólo una doctrina positiva serviría de base para la formación científica de la sociedad.
- ❖ Pretendía la sustitución de la manipulación mítica y mágica de lo real por la visión científica.
- ❖ Acabó por establecer una nueva fe, la fe en la ciencia, la cual subordinó la imaginación científica a la pura observación empírica.
- ❖ Se consolidó como una ideología del orden, de la resignación y contradictoriamente, el estancamiento social.
- ❖ Para los pensadores positivistas, la liberación social y política debían pasar por el desarrollo de la ciencia y la tecnología, siempre bajo el control de las élites.
- ❖ Fue una ideología que pese a todo, dio buenas contribuciones al avance de la educación, sobre todo por la crítica que se dio sobre el pensamiento humanista cristiano.
- ❖ Por lo que es innegable su contribución al estudio científico de la educación.

La educación pasó posteriormente a la Escuela Nueva, en donde se valoraba la autoformación y la actividad espontánea del niño, “la teoría de la Escuela Nueva

proponía que la educación fuera integradora de los cambios sociales y, al mismo tiempo se transformara porque la sociedad estaba cambiando”.⁹⁹

Esta escuela se caracterizaba por:

- ❖ La libertad para el desarrollo natural, lo que significa que el propio alumno debe regir su propia conducta, en función de las necesidades sociales de la comunidad escolar facilitando la iniciativa de autoexpresión mediante un ambiente rico e interesante en material para uso del propio educando.
- ❖ El interés de todo trabajo debe satisfacerse y desarrollarse partiendo de: el contacto directo o indirecto con las actividades del mundo circundante y el uso consiguiente de la experiencia conseguida; la aplicación práctica de los conocimientos adquiridos interrelacionando las diversas materias
- ❖ Se fijaban finalmente nuevas normas en relación a la función esencial de guía que debe ejercer el maestro en su tarea docente.
- ❖ Preparar al niño para el triunfo del espíritu sobre la materia.
- ❖ Respetar y desarrollar la personalidad del niño.
- ❖ Fomentar el carácter y los atributos intelectuales, artísticos y sociales propios del niño, utilizando particularmente el trabajo manual y la organización de una disciplina personal libremente aceptada.
- ❖ Desarrollar el espíritu de cooperación.
- ❖ Preparar el futuro ciudadano en esencia un individuo consiente de la dignidad humana.

A partir de la Escuela Nueva, se dieron otras escuelas como fue el caso de la escuela antiautoritaria, la cual estaba en contra del sistema tan asfixiante que presentaba la escuela tradicional, ésta proponía un sistema más relajado tanto para el profesor como para el alumno al momento de impartir y recibir los conocimientos.

⁹⁹ GADOTTI Moacir. Op. Cit., p.147.

La escuela antiautoritaria se caracterizaba por:

- ❖ La importancia de la relación que existe entre profesor y alumno.
- ❖ Principio de la realidad frente al principio del placer.
- ❖ Una educación no represiva.
- ❖ Una educación respetuosa hacia el alumno.
- ❖ Preparar a los alumnos con libertad de pensamiento y acción.
- ❖ Que existiera una relación armónica entre el profesor y el alumnado.

Por último, la escuela crítica también merece mención debido a que fue ésta la que dio de qué hablar ante las escuelas anteriores. Esta escuela crítica a los pensamientos pedagógicos que han existido, sobre todo a la escuela tradicional por considerarla poco flexible, así como intolerante, castrante y memorística.

Por otro lado, también hace mención a la Escuela Nueva, pues al contrario de la tradicional, ésta resultaba ser demasiado liberal y falta de límites al momento de ser impartida a los alumnos.

La crítica también se veía reflejada en la forma como la educación reproduce los intereses de una sociedad dominante, en donde es la escuela la que permite que un sistema de producción continúe, logrando con esto lo que los sistemas de producción requieren en ese momento.

b) Teorías del aprendizaje

b.1 Conductismo

- ❖ Se fundamenta en la relación condicionada.
- ❖ Se basa en el condicionamiento de un estímulo en el individuo.
- ❖ Teoría basada en la repetición de ejercicios asociados con premios o castigos.
- ❖ La repetición no garantiza la asimilación de la nueva conducta, si no sólo su ejecución.

- ❖ El estudiante no aprende si no se encuentra estimulado para ello.
- ❖ Realización de una serie de pruebas que conducen al resultado esperado, conocido como el principio de ensayo y error.
- ❖ Maneja las leyes de efecto, es decir que una acción conduce a un resultado deseable, siendo verosímil que se repita en ocasiones similares.
- ❖ El alumno como mero ejecutor de lo programado por el exterior.
- ❖ El aprendizaje se centra sólo en el almacenamiento de la información y no en su procesamiento.

PRINCIPIO	OPERACIÓN	EFECTO CONDUCTA
Refuerzo	Presentar o retirar un hecho después de producirse otro	Incremento de la frecuencia de la respuesta
Castigo	Presentar o retirar un hecho después de producirse otro	Disminución de la frecuencia de la respuesta
Extinción	Cesar la presentación de un hecho reforzante después de una respuesta	Disminución de la frecuencia de la respuesta previamente reforzada
Entrenamiento en el control y discriminación de estímulos	Reforzar la respuesta en presencia de un estímulo pero no en presencia de otro	Incremento de la frecuencia de la respuesta en presencia del estímulo y discriminación de la respuesta en presencia del estímulo

b.2 Cognitivismo

“El cognitivismo es la forma más adecuada de sintetizar la posición cognitiva del aprendizaje, significa que es el proceso de aprendizaje lo realiza una persona concreta (con unas características específicas), a través de unas tareas y en un contexto que tiene también unas condiciones propias. Así la instrucción es el resultado de todo el proceso de enseñanza- aprendizaje, en el que el aprendiz parte de un nivel de destreza o conocimientos determinado, realiza unas actividades en las que se movilizan unas determinadas expectativas de logro y todo en ello en interacción con los materiales de instrucción, los modos de representación, las guías de actuación, etc.”¹⁰⁰

b.3 Enfoque piagetiano

La psicología piagetiana es fundamentalmente una psicología que tiene como fin el conocimiento tanto del niño como de su desarrollo.

Es necesario recordar que Piaget no se enfoca al estudio del niño en sí, sino al análisis del desarrollo infantil que sirve para conocer la formación de las funciones mentales .

Esta psicología se centra en el niño, la cual se basa en el paso de una etapa a otra; cuya transición debe ser de la mejor manera. Piaget dedicó todo un estudio referente al desarrollo cognitivo de los niños, donde da especial énfasis a los diferentes estadios:

¹⁰⁰ *Enciclopedia práctica de Pedagogía*, tomo I, Planeta, Madrid, 1988

Periodos del desarrollo intelectual y estructuras lógicas correspondientes:

ESTADIO SENSORIO-MOTOR	De 0 a 2 años
ESTADIO PREOPERATORIO	DE 2 A 7 – 8 AÑOS
ESTADIO DE LAS OPERACIONES CONCRETAS	De 7- 8 a 11-12 años
ESTADIO DE LAS OPERACIONES FORMALES	De 11-12 a 13-14 años

b.4 Teoría constructivista

- ❖ Esta teoría fundamenta a la práctica de enseñanza llamada progresista, se asume la idea de que la enseñanza se basa en la acción, en la solución a problemas cotidianos y en la creencia que el niño sólo aprende aquello que descubre por sí mismo.
- ❖ Pone énfasis en la necesidad de que el maestro descubra lo que el alumno está dispuesto a aprender.
- ❖ El alumno debe participar activamente a planificar y desarrollar la enseñanza a partir de él mismo, mediante la acción y no tan sólo con la verbalización.
- ❖ La perspectiva constructivista sitúa su objetivo principal en el estudio de cómo los procesos de aprendizaje se encuentran vinculados con las estructuras cognitivas del alumno.
- ❖ En el interaccionismo constructivista, por un lado el sujeto construye un modelo de la realidad, y por otro, construye unos esquemas mentales que se adecuan a la realidad.
- ❖ Este modelo desarrolla su explicación del aprendizaje como; los seres humanos conocen su realidad adaptándola a sus esquemas de asimilación y en dicha medida proceden a reconstruirla.
- ❖ El constructivismo está basado en la actividad adaptativa y operativa de la inteligencia, de naturaleza autoestructurante y transformadora.

- ❖ El aprendizaje es un proceso de reorganización interna.
- ❖ La estrategia más eficaz para lograr el aprendizaje es la creación de contradicciones o conflictos cognitivos.
- ❖ El aprendizaje se favorece mediante la interacción social.

b.5 Teoría del psicoanálisis

- ❖ Los conocimientos adquiridos a partir de la comprensión no son mecanizados, debido a que la asociación que se ha llevado a cabo, facilita su reproducción.
- ❖ El estudiante debe tomar una responsabilidad hacia cierto aprendizaje
- ❖ El contenido del aprendizaje se construye de manera personal.
- ❖ Las aportaciones del psicoanálisis están centradas entre el profesorado como la capacidad intelectual, el valor de las actividades prácticas, la motivación, etc.
- ❖ La capacidad de aprender de los individuos no se muestra como un todo constante en desarrollo continuo.
- ❖ Las épocas más favorables para el aprendizaje parecen encontrarse en la denominada etapa de latencia, la pubertad y después cuando se resuelven los conflictos de la adolescencia.
- ❖ Este modelo asume que la falta de éxito en los aprendizajes se puede deber, además a causas imputables a las formas de organizar los sistemas de enseñanza al estado emocional del individuo.
- ❖ La actividad práctica no puede concebirse como una mera repetición sin variaciones, de la misma acción.
- ❖ Desde esta perspectiva, se recomienda, la utilización de distintos soportes de enseñanza, trabajar el mismo tema o problema desde varios enfoques o materiales diferentes
- ❖ Los estudios de motivación del psicoanálisis permiten detectar la existencia de control motivacional en tipos de conducta que anteriormente no se habían considerado.

A partir de la revisión de las teorías del aprendizaje más importantes, concluimos que el tema de las emociones fue tomado de alguna manera, quizás no con el nombre de IE, sin embargo se hacía referencia tanto a ellas como a su importancia, así como al papel que juegan en el ser humano

Posteriormente el pensamiento cambió respecto a la educación, el interés por lograr un alto desarrollo cognitivo tomó fuerza dejando de lado la parte emocional de los individuos, volviéndose una época completamente rígida en la que se pretendía únicamente formar sujetos pasivos a partir de un aprendizaje memorístico.

Se dan cuenta de que esta educación proporciona ciertas habilidades, pero dejaba de lado el desarrollo emocional, con lo que se percataron de que este tipo de individuos se mostraba incompleto en alguna etapa de su vida.

A partir de esta idea, se empiezan a desarrollar nuevas teorías que comienzan a dar auge a las emociones y emplear técnicas innovadoras que estimulan el desarrollo emocional de los sujetos. Teorías que son base fundamental para la IE, pues fueron estas las que permitieron que se desarrollara como tal.

Recordemos que la IE pretende una motivación emocional del individuo y que la pedagogía se encuentra en una constante búsqueda de la innovación y el perfeccionamiento del proceso educativo. Este trabajo se da a la tarea de unir ambas características que permitirán al pedagogo, fundamentar una nueva teoría cuyo resultado sea una educación integral, que deje de lado un aprendizaje memorístico, volviéndolo significativo, donde la creatividad, la automotivación, la reflexión, la crítica, el autoconocimiento y la autoevaluación se vuelvan cuestiones primordiales en todo educando y educador.

Con esto, nos hemos dado cuenta de que la IE efectivamente puede ser tomada como alternativa para lograr un buen cambio en la educación; para lo cual haremos un estudio que nos permitirá demostrar esta afirmación, en el cual se analizará qué tanto influye la IE durante el proceso educativo.

Gracias a la exploración de las diferentes escuelas encontramos que sólo la Escuela Nueva ha logrado integrar intelecto con emociones; esto recordando que la Escuela Tradicional no presentaba interés por lo que al alumno le sucediera, siempre existía una barrera entre docente y pupilo, lo que por su puesto alejaba completamente la idea de lograr que los estudiantes exploraran su interior con el fin de conocerse y saber que les gusta y que no para de ahí partir y lograr un mayor aprendizaje.

El llevar únicamente el papel de receptor le ocasionaba al educando alejarse de la posibilidad de entablar una relación más “amistosa” con el profesor y entre los mismos compañeros dentro del salón de clases; esto traía como consecuencia que las materias se volvieran aisladas quedándose únicamente en la cuestión académica. Sin embargo, las emociones no tenían cabida y cualquier expresión abierta de ellas era cuestión de regaño o sanción.

El caso de la Escuela Nueva, que atrajo nuestra atención, resulta más integradora, pues toma en cuenta que el ser humano es un ser complejo lleno de terminaciones nerviosas y de intelecto. Considera que no sólo debe educar a la mente, sino también a las emociones permitiéndole al niño, desenvolverse de manera exitosa dentro de su entorno social, el lograr esto, implica dar auge a la motivación, la autoestima y el dar a conocer a cada estudiante que puede hacer bien y explotar esas habilidades. Es por ello que la Escuela Nueva representa un buen ejemplo que permitiría integrar la Teoría de La Inteligencia Emocional al momento de llevarse a cabo.

La nueva educación en nuestro país hace referencia a cuestiones como éstas; teniendo como visión a futuro dejar el sistema educativo tradicional para dar paso a una nueva forma de mirar a la formación de los niños. Ha empezado a tomar aspectos de la escuela nueva que le permiten ser más flexible. Pero sobre todo pretende que los docentes entiendan que un niño es mucho más que sólo un cerebro.

Y que para evitar problemas futuros, se debe atacar desde los inicios y la forma como pretende lograrlo es justamente desarrollar el lado abandonado del cerebro y darle importancia a las emociones para ayudarles a entender que una vez que logren conocerse a sí mismos, entenderse y aceptarse como son, será más sencillo que el éxito esté de su lado.

Por supuesto que todavía falta mucho camino por recorrer, pero es un hecho que el comenzar con estas cuestiones aunque sea pequeñas, irá dando la oportunidad a los niños de conocer otras cosas y explorar nuevos rumbos que les de la oportunidad de ampliar su visión sobre ellos mismos y los individuos que le rodean. La teoría de la IE constituye parte fundamental hoy en día para el desarrollo y formación de los niños y el lograr que sea incluida como materia obligatoria otorgaría oportunidades nuevas para un mejor y más amplio desarrollo infantil.

Así mismo consideramos que es el constructivismo la teoría que pone de manifiesto a la IE; este constructo refiere la importancia del individuo para tomar decisiones u obtener soluciones a problemas o situaciones que se le presenten. La IE pretende que los individuos sean capaces de lograrlo y la manera en como se puede realizar es justamente aprendiendo a ser asertivos; esto permitirá reflexionar sobre varias opciones y mediante un análisis minucioso de estas, llegue a la más adecuada. El ser asertivo requiere de saber conocer las propias emociones para posteriormente saber determinar las ajenas.

Esto explica la importancia que tiene la teoría de la IE, pues una vez que el individuo sea capaz de conceptualizar y concretar el estado de ánimo en el que se encuentra, será cuando logre dominar la situación aunque mala parezca, porque el dominar el impulso significa ser inteligente emocionalmente.

La IE pretende un conocimiento del individuo y del medio. Es por ello que el permitir al docente acercarse y conocer a sus alumnos significa un cambio que le puede ayudar a lograr desarrollar una IE tanto en él como en sus alumnos porque la interacción resultara más profunda y se podrá dar lugar a un análisis de situaciones que ayuden a conocerse a sí mismos y como grupo.

Recordemos que el constructivismo supone la participación activa del estudiante, vuelve a la IE como parte indispensable, porque pretende un análisis y reflexión sobre la clase misma y es esta teoría la que puede dar esa parte faltante a los estudiantes pues el lograr que tengan una autoestima alta, permitirá que sean capaces de expresar sus ideas de manera libre y conciente aún cuando sepan que pueden errar.

Éstas son algunas causas que permitieron ubicar al constructivismo como una teoría que puede incluir y dar auge a la IE, pues lo que finalmente desea o busca es que el individuo se desarrolle lo mejor posible en todas las fases de su vida y en todos los ámbitos.

CAPÍTULO V

COMPROBACIÓN TANGIBLE A PARTIR DE LA UTILIDAD EN LA TEORÍA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Después de haber hecho una investigación sobre la IE, a partir del interés por la misma, el cual surge en el segundo semestre de la carrera de Pedagogía se reflexionó pedagógicamente sobre ella y se buscó una institución que permitiera reafirmar la idea de que este constructo tiene los fundamentos teóricos necesarios para ser considerada como una herramienta útil ante diversos problemas a los que se enfrentan nuestros jóvenes.

A manera de comprobación, se tomó como ejemplo a las adicciones, por lo que buscamos instituciones que nos permitieran comprobar la efectividad de dicha teoría.

De este modo acudimos a Centros de Integración Juvenil, los cuales se dedican a la prevención, detección y al tratamiento de sustancias tóxicas. Fue ahí donde llevamos a cabo el Servicio Social, que nos permitió convivir de manera cercana con el problema de las drogas, permitiéndonos poner en práctica los conocimientos sobre la IE, ya que la finalidad era comprobar si efectivamente puede servir como ayuda a los orientadores y docentes para enseñar a los adolescentes a enfrentar los factores de riesgo a los que se enfrentan diariamente.

Dentro de esta institución, la labor que hicimos fue conscientizar a los jóvenes sobre el daño que causa el consumo de drogas, para lo cual nos ayudamos de los componentes de la IE, que nos brindaron los instrumentos que lograrían el objetivo deseado.

Como se mencionó anteriormente, Centros de Integración se encarga a la información, prevención y tratamiento de las adicciones; sin embargo, tomando en cuenta el ámbito al que pertenece nuestra carrera, se nos asignó el terreno educativo, el cual desempeñamos en escuelas primarias y secundarias. Aunque en realidad pasamos la mayor parte del servicio en una secundaria.

En Centros de Integración las delegaciones son divididas en zonas de alto, medio y bajo riesgo; dándole prioridad a aquellas que se encuentran en colonias consideradas peligrosas y vulnerables al problema de las adicciones. Son éstas las que tienen el punto de atracción en los diferentes centros.

Tal es el caso de la escuela en la que pasamos gran parte del servicio. Fue ésta la que permitió realizar una investigación de campo en donde se comprobaría si efectivamente el poseer un coeficiente emocional elevado es sinónimo de tener un buen desarrollo académico y social afectivo del cual se evite el consumo de sustancias tóxicas.

Una vez explicada la razón por la que llevamos a cabo el servicio en esta institución, procederemos a contextualizar la escuela secundaria que sirvió de ejemplo para este trabajo recepcional.

Esta escuela está ubicada en una zona que Centros de Integración denominó como zona de alto riesgo, debido a la migración de diferentes lugares como es el caso de Chimalhuacán, Neza, Tepito y la Obrera entre otras. La población que conforma esta colonia, es considerada como “paracaidista”, es decir que invadieron terrenos de una zona ecológica. Los oficios de las personas van desde albañiles hasta narcotraficantes.

Las calles no son pavimentadas y la mayoría de las casas son de lámina. Hay poco alumbrado, pocas actividades recreativas y deportivas .

La escuela tiene ambos turnos. El vespertino es el que presenta más problemática, debido a las diferentes circunstancias por las que esos alumnos están ahí; como es la edad, ser expulsados de otras escuelas, reprobación de años, trabajo, etc.

Para poder ingresar a la escuela, necesitamos la aprobación de los directivos de la escuela. Una vez obtenida, contamos con el completo apoyo del orientador, quien tiene trabajando en esa institución tres años; situación que facilitó las cosas, pues a partir de que él conocía a los alumnos, hizo una separación de grupos, poniendo a aquellos que tenían problemas específicos con adicciones, lo que ayudó a lograr que las actividades propiciaran el desinhibimiento en los alumnos, con lo que obtuvimos información específica sobre aquello que han consumido o consumen drogas.

En primera instancia, se llevaron a cabo pláticas informativas en los tres grados de secundaria, donde se manejaron contenidos como factores de riesgo y de protección, se habló de las diferentes drogas y los efectos que éstas causan en el organismo. Así mismo, se tocaron temas como consecuencias escolares, sociales, económicas, individuales y familiares.

Un punto importante que siempre se resaltó, fue que las drogas no únicamente son aquellas consideradas como ilegales, sino que aquellas como el alcohol y el tabaco, también lo son pero legales.

Después de proporcionar la información a partir de las pláticas informativas, se nos pidió que realizáramos el taller que Centros de Integración maneja en 9 sesiones, los cuales tienen una duración de 90 minutos diarios; el cual pretende no sólo dar a conocer los factores que facilitan que un individuo se aleje de las drogas, también pretende conscientizar a los alumnos que ya las consumen y aquellos que aún no lo hacen.

Los contenidos que se manejaron en estos talleres, forman parte de los componentes de la IE expuestos por Daniel Goleman, los cuales son: autococencia, autocontrol, automotivación o aprovechamiento emocional, empatía, habilidad social, asertividad, autoestima y apego escolar. Para los cuales se llevaban a cabo dinámicas que facilitaban el entendimiento y asimilación del concepto. Al mismo tiempo, permitieron que hubiera una interacción entre alumnos y expositoras, lo cual dio lugar a una confianza que ayudó a crear un ambiente armónico en donde algunos de ellos expresaron abiertamente que son o habían sido adictos.

A partir de la segunda sesión más o menos, se acercaron a nosotras exponiendo sus problemas o adicciones y preguntaron cómo podían salir de éstos. Supimos por medio de estos alumnos que el aborto era una cuestión muy común en esta escuela, que existían padres que se dedican al tráfico de droga y que son ellos quienes la dan a sus hijos para distribuirla en la escuela, con lo que obtienen una gran difusión entre los jóvenes de dicha institución.

Dentro de las actividades notábamos participación por parte de algunas y algunos alumnos, mientras que del resto no, ya que nos fue imposible que la otra parte del grupo llegara a la concientización deseada.

Dentro de las dinámicas descubrimos que muchas adolescentes consumían drogas debido a que habían o eran abusadas sexualmente por sus padres o algún miembro de su familia y no habían tenido la atención adecuada que permitiera que salieran del problema; encontraban en las sustancias tóxicas una puerta de escape a esa realidad.

Otra de las problemáticas que se encontraron en gran parte fue la violencia intrafamiliar en la cual vivían, ya que los alumnos comentaban que una de las

cosas por las cuales consumían era por el maltrato que recibían por parte de padres, hermanos; sentían rechazo y por ende tenían baja autoestima.

Encontramos casos en los cuales había chicos que se dedicaban a la venta de droga, debido a la carencia económica que vivían en casa, por lo que encontraban en este medio una forma fácil de obtener dinero.

Al no contar con dinero suficiente, muchos tenían que acudir al robo para poder obtener la droga, llegando muchas veces a incurrir en delitos más fuertes, como la violencia física.

Por otro lado, esta escuela presenta graves problemas con el vandalismo, pues éstos no sólo ocurrían dentro de las instalaciones, sino que se venían dando fuera de ellas; los conflictos eran cuestiones de poder entre bandas, debido a que en esta colonia existen diversas bandas que pelean el territorio, donde cada una se dedica a la venta de droga.

Un claro ejemplo de esta problemática sucedió en el transcurso del año escolar pasado, cuando un alumno fue demandado por enviar al hospital a un compañero por haber tenido relaciones sexuales con su novia. Esta información fue proporcionada por el orientador, ya que despertó en él una gran preocupación por todos los chicos que estudiaban en dicha institución. El fin de este informe era que nosotras habláramos con los chicos con el objeto de hacerles ver que no era una actitud adecuada, ya que con ello no resolverían problemas, sino al contrario.

Nuestra intervención consistió en hablar con ellos y hacerles ver todas las consecuencias que puede traer el resolver los problemas con violencia. A lo que el demandado contestó: “No me importa, no saben con quién se están metiendo. Mi papá pertenece a una banda de secuestradores” (situación que consideramos

no del todo cierta, sin embargo, nos dejó ver de qué manera los adolescentes son maleados por sus mismas familias y que viven en ambientes hostiles).

Otra de las cosas que vivimos dentro de esa institución en el transcurso de este taller, fue el rechazo y el desagrado de algunos a quienes no les interesaba dicho curso. Esto lo notamos cuando contestaban, pues sus respuestas contenían resentimiento hacia la sociedad. Una de sus respuestas fue que para nosotras era fácil decir las cosas, ya que no vivíamos las situaciones por las que ellos pasaban. Con esta alumna no obtuvimos muchos resultados, debido a que fue una persona que por lo mismo, constantemente interrumpía las sesiones con bromas de mal gusto y burlas hacia nosotras.

Dentro del taller pudimos observar que algunos alumnos acudían a la escuela en estado etílico, pues su aliento mostraba indicios de alcohol y sus ojos estaban rojos (lo que nos hacía deducir que habían ingerido bebidas).

Al finalizar el taller llevamos a cabo un convivio en donde se pretendía mostrar a los alumnos que existen maneras de divertirse sanamente sin la necesidad de drogas como el alcohol, tabaco y las no permitidas legalmente.

En este convivio, se realizaron diversos juegos, cantos y bailes. Se llevaron botanas y refrescos, en donde pudimos notar que a pesar de las medidas que tomamos para evitar la introducción de bebidas alcohólicas, aun así las botellas fueron inyectadas con alcohol.

Con esto finalizamos el taller en dicha secundaria. Concluimos que es necesario educar dentro de la IE. Esto puede lograrse si se introduce en una materia a modo de contenido durante todo el año, y sobre todo que la o el maestro, tome conciencia de la importancia que tiene que los adolescentes eduquen sus emociones, pues esto puede darles herramientas para afrontar sus problemas

cotidianos de modo racional, donde sus emociones no se vean tan afectadas y puedan ser capaces de salir de ellos.

Estas actividades nos permitieron obtener información a partir de las calificaciones que fueron proporcionadas por el orientador, quien además valoró a los adolescentes, facilitando aquellos alumnos que tenían problemas con adicciones o que estaban vulnerables a las mismas. Del mismo modo a partir de los resultados obtenidos en los cuestionarios, sobre todo de aquellas preguntas en las que se cuestionaba directamente sobre el consumo de cualquier tipo de droga (llámese a éstas tabaco, alcohol o estupefacientes.), se vio que muchos de los alumnos consumían algunas de ellas.

Se dará una explicación sobre los criterios que se utilizaron para llegar a dichos resultados, se mencionarán los cuestionarios que se tomaron como modelo para la elaboración de uno propio, el cual se aplicó a los estudiantes de secundaria.

a) Test de inteligencia emocional

Los tests son herramientas interesantes que permiten evaluar la posición u opinión de los adolescentes.

A través del tiempo se ha visto que el ser humano ha infravalorado su aspecto emocional a tal punto de calificarlo de debilidad humana; pero en los últimos años ha surgido una corriente integradora que espera dar relevancia a este aspecto.

Es por esto que nos hemos dado a la tarea de hacer una revisión de los diferentes tests que hay sobre IE, los cuales fueron analizados detenidamente. En ellos encontramos que cada uno toma diferentes aspectos que son considerados como importantes para medir a la IE que poseen los sujetos.

Dentro de los tests revisados, estuvieron el de Sacks, el de PIEMO 2000 y Versión 111.5, prueba de normas- Proyección de su Inteligencia Emocional, cuestionarios que ya tienen una fundamentación teórica que los respalda.

Se basó en once elementos que se recopilaron de los diferentes autores, quienes finalmente de una u otra forma hacían mención de ellos y que consideramos necesarios para poseer un alto CE, pues a través de la investigación realizada sobre la IE, nos dimos cuenta de que son elementos básicos que debe tener el ser humano para lograr ser una persona inteligente emocionalmente.

Fue a partir del análisis de éstos, que modificamos, cambiamos y agregamos items que consideramos necesarios para la elaboración de un test propio; dichos reactivos están hechos específicamente pensados en adolescentes que oscilan entre los 14 y 16 años. El test contiene preguntas catalizadoras que permitieron

además de clasificar a las y los alumnos en aquellas y aquellos que poseen o no un alto CE, también demostraron si sus respuestas fueron sinceras.

Una vez terminado el test, se llevó a cabo una prueba piloto en 6 estudiantes de los tres grados de secundaria; dos estudiantes por grado. La finalidad de esta tentativa era el conocer el grado de confiabilidad que permitiría determinar si las preguntas planteadas en este test eran las adecuadas en cuanto al lenguaje, la extensión y la comprensión para los adolescentes.

Una vez que se confirmó que efectivamente era un test apropiado para la población a estudiar; se llevó a cabo la aplicación del mismo a 284 estudiantes de los grados de segundo y tercero de secundaria en una escuela técnica en el turno vespertino.

Posteriormente se analizaron los resultados recabados con el fin de llevar a cabo la estadística necesaria que nos arrojarían la información necesaria que permitiría la corroboración de la hipótesis planteada.

El objetivo del test es medir la frecuencia de una conducta, en donde se llevarán a cabo algunas condiciones que permitan su efectividad :

- 1) Instrucciones claras y sencillas
- 2) Preguntas que no induzcan la respuesta
- 3) Items que no se contradigan entre sí
- 4) Lenguaje claro, preciso y sencillo
- 5) La pregunta debe invitar a la reflexión
- 6) Las categorías de evaluación deben dar una opción de comportamiento, no sólo de diagnóstico.

El fin del test es tener un instrumento que permita valorar de manera objetiva la IE en los adolescentes de secundaria.

Se revisaron los cuestionarios con el fin de tomar aquellos elementos que constituyen a la IE. Una vez que se obtuvo esta información, se hizo una selección por rubros, donde las preguntas estaban directamente relacionadas con cada uno de ellos; cuyo objetivo fue facilitar el entendimiento del cuestionario a los adolescentes.

Una vez terminado el cuestionario, se llevó acabo una prueba piloto en donde fue aplicado a cuatro estudiantes de secundaria de diferente grado, con la intención de constatar el completo entendimiento tanto de las preguntas en sí, como de las palabras que se utilizaron para su elaboración.

Dicha prueba mostró ser eficaz y eficiente debido a que los reactivos no presentaron mayor problema.

El cuestionario se dividió en nueve rubros con diez preguntas cada uno, los rubros fueron:

- a) Inhibición de impulsos
- b) Empatía
- c) Optimismo
- d) Habilidad social
- e) Expresión emocional
- f) Reconocimiento de logro
- g) Autoestima
- h) Autoconciencia
- i) Autocontrol
- j) Aprovechamiento emocional
- k) Conciencia emocional de sí mismo

Para determinar si los estudiantes contaban con un coeficiente emocional alto se tomó como escala el puntaje de las opciones de cada pregunta.

Esto se hizo a partir de ponerle un valor a cada opción de acuerdo a la cercanía que tiene con la IE; así algunas veces la opción fue “nunca” la que se llevó el mayor puntaje, en algunos casos fue “siempre”. De manera que cada uno de los rubros obtuvo su propio promedio.

Dicho puntaje se calificó de 5 a 1 de acuerdo a la relación que tiene con la IE. Al final se hizo un conteo de los resultados de cada pregunta; se llevó a cabo el resultado que había en las hojas de respuesta mediante la suma de todos los promedios más el resultado de las 10 preguntas y dividido entre dos. A partir de esto se determinó el nivel de IE de cada estudiante.

Dicho cuestionario lleva datos personales como son nombre, edad y género. Estas preguntas se hicieron con el fin de identificar a la población que respondió dicho perfil.

Gracias a la pregunta que se refiere a los años cumplidos de los alumnos pudimos determinar el promedio de edad que existe entre los estudiantes. Así pudimos ver que éste oscila entre los trece y dieciséis años, debido a que fue aplicado a adolescentes de segundo y tercer grado de secundaria.

Como se mencionó anteriormente, cada rubro consta de diez preguntas; éstas se encuentran estrechamente ligadas con el mismo, ya que lo que pretende cada una de ellas es proporcionar la información suficiente que permita conocer en qué nivel se encuentra el cuestionado respecto a cada rubro, con el fin de determinar como se encuentra emocionalmente.

Las opciones que maneja el perfil de IE son: siempre, casi siempre, a veces, casi nunca y nunca. Se manejó esta escala tomando en cuenta que el ser humano no responde de la misma manera en todas las situaciones.

Repasando la bibliografía que se utilizó para llevar a cabo este trabajo recepcional, encontramos que varios autores concuerdan con que el hombre no es constante, sino que actúa debido a cuestiones personales así como al contexto que le rodea, es decir que la respuesta de un padre de familia ante un problema familiar, no será igual si tuvo un buen día laboral o no.

Como no somos permanentes en nuestros sentimientos, no podemos encapsular la respuesta emocional en un sí o no, porque dejaríamos de lado la gran diversidad emocional con la que cuenta el hombre. Y resultaría falso y poco objetivo asegurar que como seres emocionales actuamos siempre de la misma manera. Mayer opina que la gente suele adoptar estilos característicos para responder y enfrentarse a sus emociones. El entorno que le rodea puede ser determinante en su forma de responder ante los estímulos.

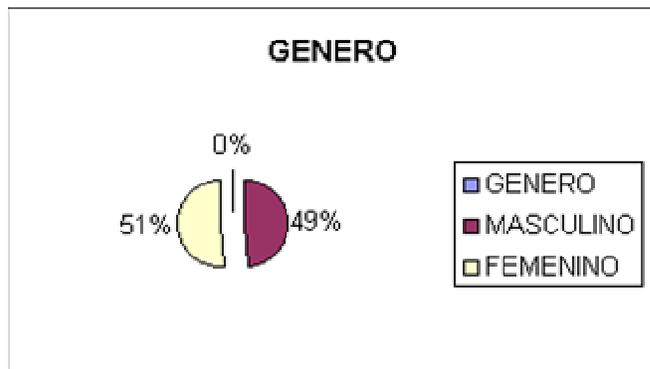
Es por esto que en la escala no manejamos respuestas concretas como “sí” “no”, “ siempre, nunca “, porque dimos la opción de reflexionar sobre sus propias emociones.

GRAFICAS DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS

Para llegar al análisis de los resultados, se tomaron en cuenta tanto datos que fueron tabulados como gráficas que muestran los porcentajes de los mismos. Para dicho análisis serán utilizadas las gráficas por ser consideradas más objetivas, lo cual le dará una mayor confiabilidad a la investigación realizada.

GRAFICA 1

GENERO	
MASCULINO	139
FEMENINO	145

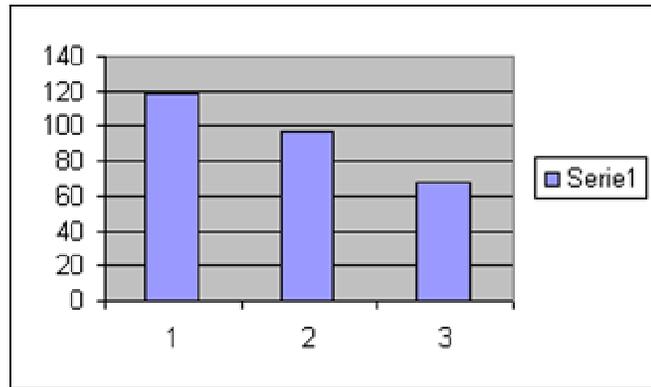


Se cuantificó el total de alumnos a los que se les aplicó el cuestionario. La estadística mostró que el 51 % son mujeres y 49 % son hombres. Esta muestra que el mayor porcentaje de alumnos que asisten a la Escuela pertenece al género femenino, que indica un incremento en el Interés en la mujer para prepararse y salir adelante.

GRAFICAS 2

EDADES

12 A 13 AÑOS (1)	119
14 A 15 AÑOS (2)	97
16 A 17 AÑOS (3)	68



A partir del cuestionario aplicado se concluyó que las edades de los alumnos oscila entre los doce y diecisiete años de edad.

Tomando en cuenta que fue utilizado en estudiantes de segundo y tercero de secundaria.

La gráfica muestra que durante el primer año de secundaria, la edad promedio pertenece al

Común de las escuelas, sin embargo, al hablar del grupo de tercero, se nota un incremento

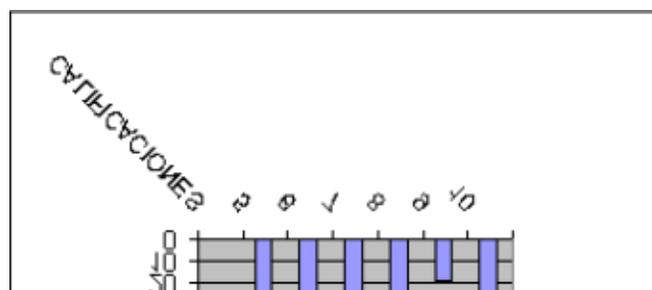
Desproporcional entre edad y grado, lo que muestra que un número considerable de alumnos

No concluyó sus estudios dentro del período establecido.

GRAFICA 3

CALIFICACIONES

5	48
6	75
7	43
8	43
9	19
10	52

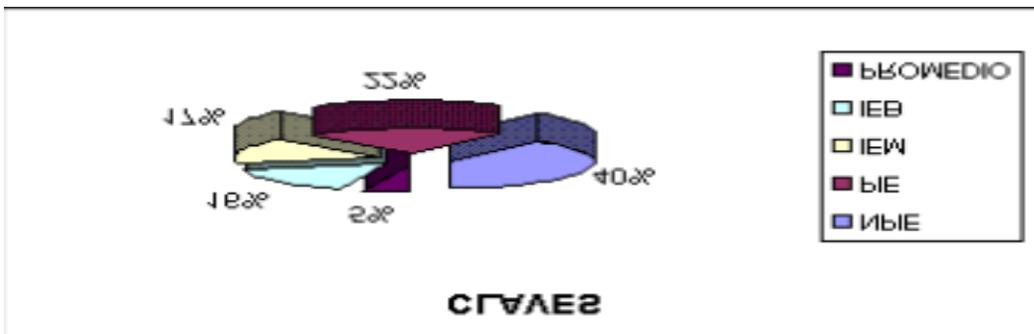


Esta gráfica muestra los rangos de calificaciones en los que se encuentran los estudiantes.

El mayor índice de estudiantes se encuentra entre las calificaciones 5 y 6. Lo que denota bajo rendimiento en los estudiantes. Tomando en cuenta el contexto socio-económico y que la escuela se encuentra en una zona considerada de alto riesgo, podemos intuir que los problemas como embarazos no deseados, drogadicción, alcoholismos, etc, repercuten en dicha población, lo que se ve reflejado en su desempeño académico.

GRAFICA 4

CLAVES	
NPIE	113
PIE	63
IEM	48
IEB	46
PROMEDIO	14

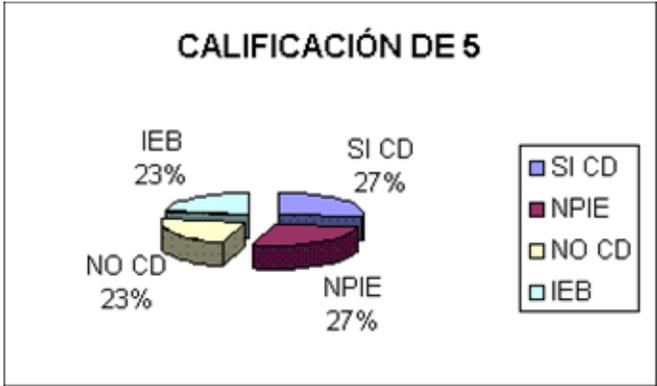


Esta gráfica pretende mostrar el nivel emocional en el que se encuentran los estudiantes de esa escuela . En donde se pudo ver que el rango de “No posee inteligencia emocional” fue el más elevado, con un 40%, después se encontró “posee IE” con un 22%, “Inteligencia emocional moderada” le siguió con un 17%, muy cercano a él se encontró el apartado “Inteligencia Emocional buena” con un 16% y por último el promedio que obtuvo un 5%. Estos datos demuestran que la mayor parte de la población a la que se le aplicó el test no posee un adecuado nivel de IE.

En cada calificación se realizaron dos gráficas de cada una; en donde una de ellas muestra el porcentaje de alumnos que consumen drogas y la otra el porcentaje de aquellos que no lo hacen.

GRAFICA 5

Calificación	Total de Alumnos	SI CD	NPIE	NO CD	IEB	
5	46	25	25	21	21	

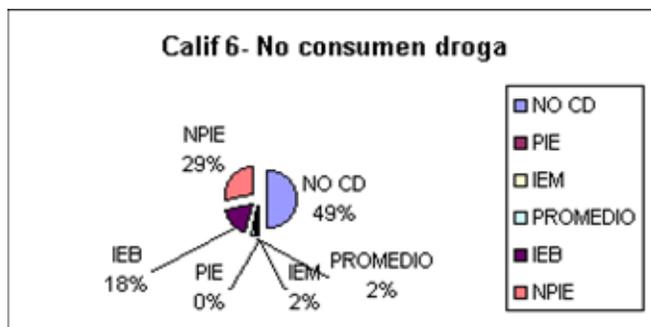


Esta calificación es la única que posee solo una gráfica debido a que se concluyó que aquellos alumnos que tienen 5 de calificación se clasificaron en “posee IE buena”; que son

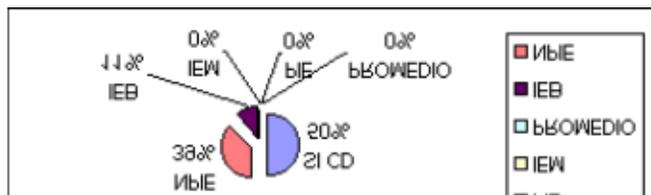
aqueellos que no consumen drogas y “ no posee IE” que si consumen drogas. Lo cual deja ver que la mayoría de estos alumnos no tienen una IE adecuada viéndose reflejado en el consumo de drogas. Se intuye que la calificación de no Aprobado se encuentra estrechamente ligada a una falta de IE, es decir que aquellos alumnos que tienen esa calificación están más propensos a ingerir sustancias tóxicas.

GRAFICA 6 NO CONSUMEN DROGAS

Total de Calif.NO CD	PIE	IEM	PROMEDIO	IEB	NPIE	
75	66	0	2	2	24	38



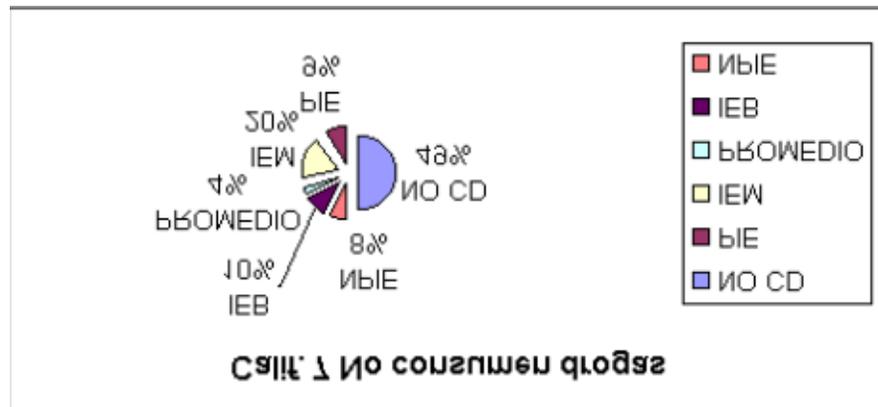
Total de Calif.SI CD	PIE	IEM	PROMEDIO	IEB	NPIE	
75	9	0	0	0	2	7



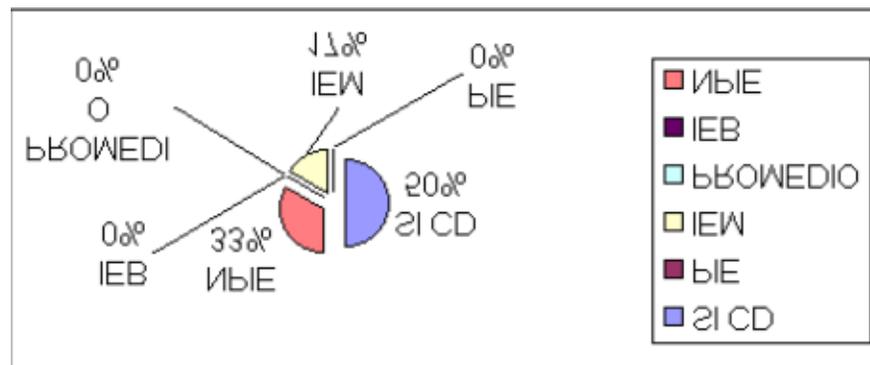
GRAFICA 6 NO CONSUMEN DROGAS: Se observó que dentro del 49% de alumnos que no consumen drogas, el 29% no posee una IE adecuada como mayor porcentaje, mientras que “Posee IE” no obtuvo ningún porcentaje. Esto permite ver que aunque no consuman drogas, no se puede hablar de que tengan un equilibrio con sus emociones.

GRAFICA 6 SI CONSUMEN DROGAS: Dentro de la calificación de 6 existe un porcentaje que si consume drogas; dentro de éste se observó que el 39% no posee una IE, mientras que el porcentaje restante lo obtuvo “IE buena”. “IE moderada”, “posee IE” y ”promedio” no obtuvieron porcentaje. Aquí también se ve, que el no poseer una IE conlleva a ser más propenso al consumo de drogas.

Total de Calif.NO CD	PIE	IEM	PROMEDIO	IEB	NPIE	
43	40	7	16	3	8	6



Total de Calif.SI CD	PIE	IEM	PROMEDIO	IEB	NPIE	
43	3		1			2

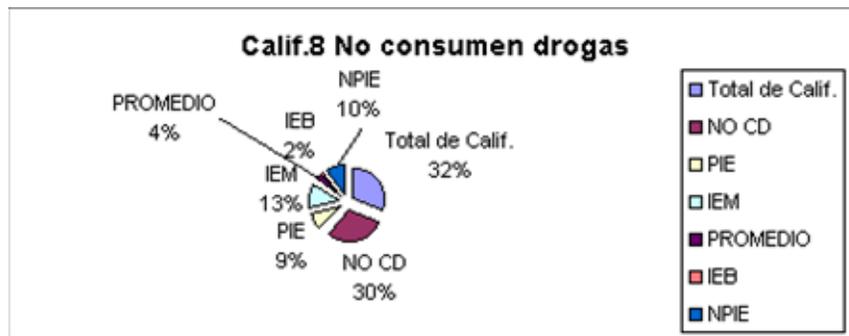


CALIFICACIÓN 7 NO CONSUMEN DROGAS: Esta gráfica muestra que de los alumnos que no consumen drogas, el mayor porcentaje lo tiene “IE moderada”, mientras que “no posee IE” ocupó el último lugar. Por otro lado “IE buena” obtuvo el segundo lugar en porcentaje y por último el promedio.

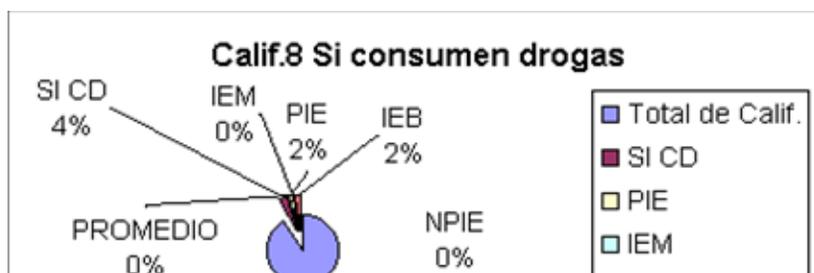
GRAFICA 7 SI CONSUMEN DROGAS: Esta Gráfica muestra que el mayor porcentaje lo tiene “no posee IE”, y después “IE moderada”. Los otros no obtuvieron porcentaje.

Se puede observar que el aumento de calificación se ve reflejado en los alumnos que poseen IE moderada o buena, con esto se puede decir que aunque no al 100% pero si Existe cierto equilibrio entre calificación e Ie al menos en la calificación de 7.

Total de Calif.	de	NO CD	PIE	IEM	PROMEDIO	IEB	NPIE	
43		41	12	18	5	3	13	



Total de Calif.	de	SI CD	PIE	IEM	PROMEDIO	IEB	
43		2	1	0	0	1	

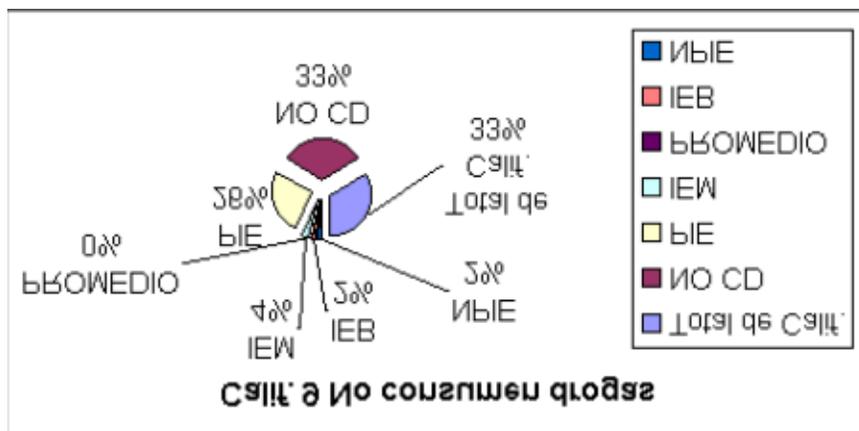


GRAFICA 8 NO CONSUMEN DROGAS: “IE moderada” obtuvo más porcentaje dentro de esta gráfica, mientras que “IE buena” obtuvo el último lugar. “promedio e IE buena” obtuvieron un porcentaje bajo comparado con los otros dos.

GRAFICA 8 SI CONSUMEN DROGAS: Esta gráfica muestra que de todos los alumnos que tenían ocho de calificación únicamente un 4% consume drogas; en donde un 2% poseían una IE y el otro 2% una IE buena.

La calificación de 8 es la que más concordancia presenta entre tener una IE adecuada y El ser menos vulnerable al consumo de sustancias tóxicas. Lo que confirma la teoría de Este trabajo.

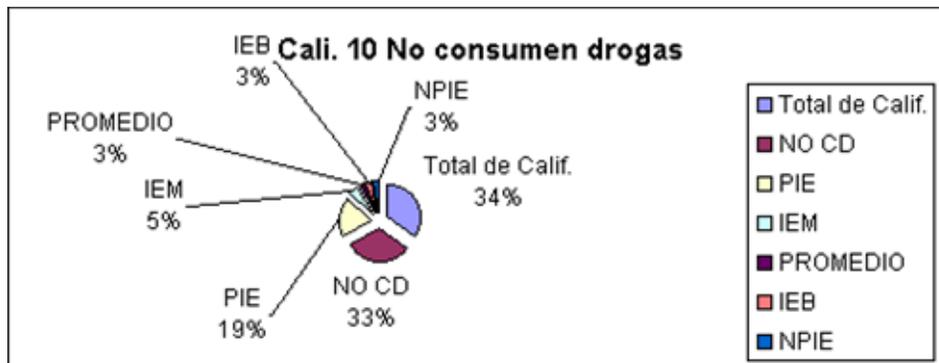
Total de Calif.	NO CD	PIE	IEM	PROMEDIO	IEB	NPIE
	19	19	15	2	0	1



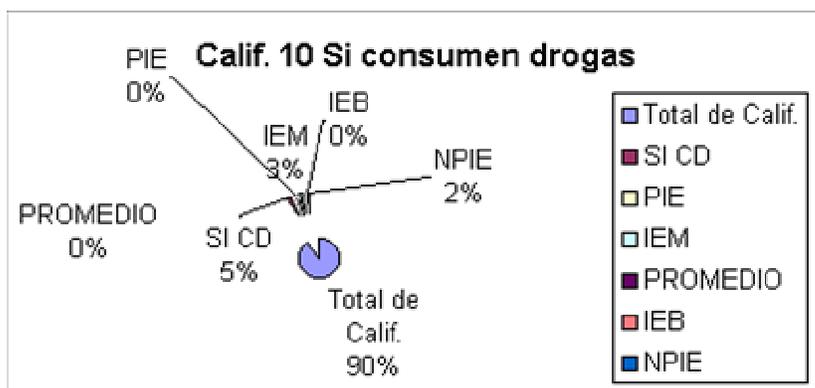
GRAFICA 9: Esta calificación dados sus resultados, únicamente presenta una gráfica, pues se analizó que ningún alumno que tiene calificación de 9 consume drogas. Dentro del análisis se observa que la mayoría posee una IE, mientras que el porcentaje más bajo lo obtuvo el promedio.

Con esto se ve que el rendimiento académico se encuentra relacionado con poseer una IE y el ser o no vulnerable al consumo de drogas.

Total de Calif.	NO CD	PIE	IEM	PROMEDIO	IEB	NPIE	
52	49	29	7	4	5	4	



Total de Calif.	SI CD	PIE	IEM	PROMEDIO	IEB	
52	3	0	2	0	0	



GRAFICA 10 NO CONSUMEN DROGAS: El mayor porcentaje lo obtuvo “posee IE”, posteriormente “IE moderada” quedando al último “no posee IE” y el “promedio”.

GRAFICA 10 SI CONSUME DROGAS: del total de los alumnos, solo 3 consumen drogas.

Estas gráficas demuestran que a diferencia de las calificaciones 8 y 9, no todos los alumnos que obtienen 10 se encuentran alejados del consumo de drogas y por lo tanto no poseen una IE, de hecho se observó que un porcentaje importante de alumnos que obtuvieron esta calificación no la poseen y varios de ellos si consumen alguna sustancia tóxica.

Con esto podemos ver que el contexto socio-económico al que pertenece esta escuela determina la situación de los alumnos, quienes se enfrentan a problemas propios de su edad aunados a los conflictos sociales que viven día con día por ser considerada una zona rural y de alto riesgo. Este dato fue basado en investigaciones realizadas por la delegación de Tlalpan y Centros de Integración Juvenil de esa zona.

Lo que permite observar que efectivamente existe una relación estrecha entre poseer IE, rendimiento académico y abstinencia en el consumo de drogas, aunque se observaron casos en los que esa teoría no pudo ser aplicada, debido a que se presentaba una IE y sin embargo, también se dio un consumo de drogas.

CONCLUSIONES

La IE es un concepto considerado como sabiduría antigua y convertido en un concepto moderno; fue manejado desde los antiguos griegos, quienes ya desde un principio hacían una referencia importante de los sentimientos y cómo éstos influyen en la conducta de los seres humanos.

Sin embargo, es un tema que ha sido dejado de lado sobre todo en la época moderna, debido a que el sistema económico y político ha requerido de personas que piensen, mas no que sientan.

De ahí la importancia que se le ha brindado al Coeficiente Intelectual dejando de lado el Coeficiente Emocional. Por ello se, ha llegado a creer que el sacar buenas calificaciones es sinónimo de éxito. No obstante, autores como Goleman, Sofia Smeke, Salovey y Mayer se han dado a la tarea de modificar este pensamiento y comenzar a dar auge a la cuestión emocional en el ser humano:

Niños con calificaciones de 10 predicen jóvenes con calificaciones de 10. Niños aceptados por el grupo social que han desarrollado habilidades de IE predicen jóvenes con éxito en la vida.

Esta afirmación la pudimos constatar a partir del cuestionario aplicado en la escuela secundaria, donde se precisó que un alto nivel académico no es sinónimo de una vida exitosa. Se dieron casos en los que había alumnos que tenían una calificación de 10 y sin embargo su coeficiente emocional no era elevado. Así

mismo también se vio el caso contrario, había quienes presentaban un promedio de 7 a 9, cuyas respuestas ante el coeficiente emocional resultaron más elevadas.

Por ello podemos concluir que el poseer un coeficiente emocional elevado resulta más eficaz para lograr un vida exitosa y armoniosa, debido a que en un mundo cada vez más complejo la inteligencia debe abarcar más ámbitos que la capacidad de abstracción, la lógica formal, la comprensión de complejas implicaciones y amplios conocimientos generales.

Las habilidades sociales y emocionales provocan logros más altos. Y la unidad básica de la memoria humana es información conectada a un contexto de sentimientos y emociones. Esto significa que es tan importante cómo se aprende como lo que es enseñado.

Es decir, ya no basta con simplemente poseer un coeficiente intelectual elevado, debido a que se ha comprobado que aquellas personas que lo tienen, muestran mayores problemas de conducta, como poca tolerancia a la frustración.

En cambio los sujetos que tienen un alto coeficiente emocional, por lo general muestran un equilibrio entre razón y emociones, es decir que son capaces de contener sus impulsos ante situaciones diversas; lo que los vuelve menos vulnerables al estrés; son personas más persistentes y optimistas, que tratan de sacar lo mejor de las situaciones.

La teoría de la IE tiene cabida en la pedagogía, retomando que el pedagogo tiene una estrecha relación con el proceso educativo y esta teoría resulta innovadora y útil para lograr un cambio en la sociedad. Dejando de lado la memorización que vuelve a los sujetos fríos y egoístas ante los problemas del otro. Ya que hasta el momento, la educación sólo ha servido para satisfacer una demanda que

responde a un estereotipo- social, personal pero en ese proceso de formación creamos una insatisfacción que nunca se conforma del todo.

Al tomar esto en cuenta, concluimos que la teoría de la IE resulta ser una eficaz herramienta para evitar problemas como el consumo de drogas, pues lo que pretende es enseñar a quererse y respetarse como seres individuales y aprender a hacer lo mismo con los demás. Una vez que se conocen los elementos que plantea esta teoría, resulta más sencillo alejarse de situaciones que puedan dañarlo y echar a perder su vida.

Esto se observó en la realización del cuestionario, puesto que los resultados brindaron elementos para comprobar lo que al inicio de esta tesis se buscó: saber si se puede establecer una relación entre desempeño escolar, grado de IE que se posee y susceptibilidad a consumir sustancias tóxicas.

A lo que se llegó en este trabajo recepcional fue que, efectivamente nos dimos cuenta de que el mayor porcentaje de alumnos que tienen un nivel académico bajo (sobre todo calificaciones de 5 y 6) no presentaron una IE y por ende una parte de esta población presentó problemas con drogas (los cuales van desde consumir ocasionalmente tabaco o alcohol, hasta drogas químicas ya en un nivel mayor).

Situación que se vio reflejada sobre todo en su autoestima y en la capacidad que tienen de hacer frente a los problemas; en cuanto a autoestima se refiere, la mayoría de los estudiantes que presentaron calificaciones bajas mostraron poco respeto y aceptación a ellos mismos.

Aquellos alumnos que obtienen buenas notas (entre 8, 9 y 10 de calificación), mostraron una autoestima mayor, así como una aceptación a su vida y su persona y por lo tanto una vida más armoniosa.

Sin embargo, no todos los casos de 10 fueron positivos, nos encontramos con algunos cuyo promedio era excelente y, sin embargo, no contaban con un buen nivel de IE, por lo que no podemos instaurar como regla que un promedio de 10 equivale a tener una inteligencia emocional elevada y estar exento de consumir drogas. Pero la mayor parte de los casos, correspondió a un promedio bajo, es decir una IE baja.

A partir de lo que se ha manejado en esta tesis sobre el grado que tiene la IE en el sujeto, consideramos de vital importancia que los elementos de esta teoría sean introducidos en las materias, como es el caso de Formación cívica y ética, pues reflexionamos que dentro de estas materias se tocan elementos compatibles con la teoría de la IE; pero lo trascendental es lograr que la IE sea introyectada por los alumnos.

Por otro lado, también buscamos que los orientadores tomen en sus manos la responsabilidad del cambio que se pretende en esta sociedad, de tal manera que se encarguen de proporcionar talleres informativos y formativos a los estudiantes, que les permitan conocerse a sí mismos, respetarse y aprender a exteriorizar sus sentimientos de acuerdo a sus intereses; lo cual pretende lograr sujetos felices que conformen una sociedad más humana.

Gracias a lo anterior, se ha visto que la IE es un medio eficaz para lograr ejercer de manera adecuada la capacidad del autoconocimiento emocional, autocontrol y automotivación, que permita un óptimo desarrollo del sujeto en todos los ámbitos de su vida.

Con la elaboración de la tesis, nos dimos cuenta de la necesidad tan grande que existe dentro de la población mexicana respecto a la IE que posee, es decir al concepto que tenemos de nosotros mismos, el respeto que profesamos hacia las demás personas, la capacidad de resolver problemas de manera inteligente sin

dejar de lado las emociones, o al menos mantener un equilibrio entre ambos que nos permita tener una IE, la cual supone el control de las emociones.

Para ello, consideramos que es de suma importancia dar a conocer dentro del ámbito escolar los elementos que la conforman, con el fin de que conjuntamente directivos, docentes y orientadores promuevan el desarrollo humano de sus estudiantes, el cual se logrará a partir del impulso del CE.

Con lo anterior, dejamos la puerta abierta a los pedagogos que estén interesados en lograr un cambio dentro de nuestra sociedad, a partir de una teoría novedosa y eficaz que logre el desarrollo óptimo del ser humano.

BIBLIOGRAFÍA

ABBAGNANO Nicola G, , *Diccionario de Filosofía* , Ed Fondo de Cultura Económica, México 1989.

ABBAGNANO, Nicolás *Historia de la filosofía*, Motaner y Simón, Barcelona, 1978.

CALHOUN, Cheshire, y Solomon Robert, *¿Qué es una emoción?*, Fondo de Cultura, México, 1996.

Diccionario de la Psicología sexual. Gastin, México, 1990.

Enciclopedia Práctica de Pedagogía, Ed Planeta, Madrid, 1988.

GADOTTI, Moacir, *Historia de las Ideas Pedgógicas*, Siglo XXI, México, 1998.

GARCÍA Pelayo, Ramón y Gross, *Pequeño Larousse Ilustrado*, Ediciones Larousse, México, 1985.

GOLEMAN, Daniel, *La Inteligencia Emocional*, Vergara, México, 2000.

HOWARD. C. Warren, , *Diccionario de Psicología*, Ed. Fondo de Cultura Económica, México 1985 .

Inteligencia Emocional, Colombia, 2003, Tomo I.

JOSTEIN, Gaardner, *El Mundo de Sofía*, Patria/Siruela, México, 1998.

La Psicología moderna de la A a la Z, 4ª edición, Planeta, Madrid, 1995.

LÓPEZ Vallejo, José, *Ante la vida*, Ariel, México, 1949.

LOTHAR Schmidt, Atzert, *Psicología de las Emociones*, Herder, Barcelona, 1985

IMARTÍN, Doris y Boeck Karin, *¿Qué es la Inteligencia Emocional?* EDAF, Madrid, 1997.

PICK DE WEISS, Susan, *Yo Adolescente*, Planeta, México 2002.

PIERRE Janet.) *Psicología de los sentimientos*, Edición y Libera Franco Americano, México, 1980.

ROPETTO, Elvira, *Fundamentos de la Orientación*, Morata, Madrid, 1992.

SAVATER, Fernando, *El valor de educar*, Ariel, México 1999.

SCHMIDT- ATZERT, Lothar, *Psicología de las emociones*, Herder, Barcelona, 1985.

SHAPIRO, Lawrence, *La Inteligencia Emocional de los niños*, Ed. Punto de Lectura, Madrid 2001.

SMEKE, Sofía, *Alcanzando la excelencia emocional en niños y jóvenes*, Tomo, México, 2002.

SUBSECRETARÍA DE SERVICIOS EDUCATIVOS PARA EL D. F. SEP. México, D. F. 1996.

VEGA Ortiz, Julieta *Amor y Sexualidad*, Morata, México, 1995.

WILLIAM H. Masters, Virginia E. Johnson, Robert C. Kilodny, *La sexualidad humana, Tomo III*, Ed. Grijalbo, Décima edición, México, 1987.

ANEXOS

EXPLICACIÓN DE CÓMO SE EVALUO EL TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Lo primero que se hizo fue poner el nombre de los 11 rubros y los 110 reactivos en una tabla, donde se mostraba las preguntas a partir de palabras claves que permitieran el entendimiento de cada pregunta.

Posteriormente bajo un criterio unificado se concluyó “que resultado debe tener una persona para ser considerada como inteligente emocionalmente”.

A partir de esto, se determinó una escala que permitió evaluar a cada alumno . A continuación se mostrará el valor de los items de cada rubro de acuerdo a los opciones dadas.

PERFIL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

NOTA: *Este cuestionario no influirá en tus calificaciones, por ello te solicitamos lo respondas de la manera más sincera. Así mismo te recordamos que no existen respuestas correctas o incorrectas, simplemente debes contestar de manera honesta. Gracias.*

INSTRUCCIONES: Pon una cruz en la respuesta que consideres correcta. (Una sola respuesta por pregunta).

1.- Alumno

2.- Edad

3.- Género: Masculino () Femenino ()

I INHIBICIÓN DE IMPULSO

REACTIVOS	<u>SIEMPRE</u>	CASI SIEMPRE	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA	PUNTAJE MÁXIMO
1.Me molesta que me critiquen	1	2	3	4	5	5
2.Soy muy impaciente	1	2	3	4	5	5
3.Digo lo que pienso sin medir las consecuencias	1	2	3	4	5	5
4.Tengo serias dificultades para controlar mi enojo	1	2	3	4	5	5
5.Cuando me siento lastimado insulto demasiado.	1	2	3	4	5	5
6.No soporto los chistes hacia mi persona	1	2	3	4	5	5
7.Se me dificulta ocultar mi mal humor	1	2	3	4	5	5
8.Cuando platico fácilmente me peleo.	1	2	3	4	5	5
9.Me desespero cuando no logro mis metas	1	2	3	4	5	5
10.Me da lo mismo que hablen mal de mi.	1	2	3	4	5	5
TOTAL						50

II EMPATÍA

REACTIVOS	<u>SIEMPRE</u>	<u>CASI SIEMPRE</u>	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA	PUNTAJE MÁXIMO
1. Establezco relaciones duraderas con otros	5	4	3	2	1	5
2. Me identifico fácilmente con los demás	5	4	3	2	1	5
3. me comprometo a ayudar en situaciones que lo necesitan	5	4	3	2	1	5
4. No Soy indiferente al sufrimiento de los demás	5	4	3	2	1	5
5. No Soy frío e insensible ante los demás	5	4	3	2	1	5
6. Me preocupan los problemas de los demás	5	4	3	2	1	5
7. Me molestan las injusticias	5	4	3	2	1	5
8. Soy educado con toda la gente	5	4	3	2	1	5
9. Llora cuando veo que alguien sufre	5	4	3	2	1	5
10. No Termino fácilmente con mis relaciones	5	4	3	2	1	5

III OPTIMISMO

REACTIVOS	<u>SIEMPRE</u>	<u>CASI SIEMPRE</u>	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA	PUNTAJE MÁXIMO
1. Abandono las cosas al primer fracaso	1	2	3	4	5	5
2. Soy culpable de lo que me sucede	1	3	5	4	2	5
3. Siento que no merezco ser feliz	1	2	3	4	5	5
4. Tengo miedo al fracaso	1	2	3	4	5	5
5. El futuro me preocupa	1	2	5	4	3	5
6. Tengo la impresión de que algo horrible va a suceder	1	2	3	4	5	5
7. He tenido muchos fracasos	1	2	5	4	3	5
8. Me deprimó cuando no alcanzo mis metas	1	2	3	4	5	5
9. Utilizo bebidas alcohólicas o sustancias tóxicas para calmar mis penas	1	2	3	4	5	5
10. Soy persistente	5	4	3	2	1	5
TOTAL						50

IV HABILIDAD SOCIAL

REACTIVOS	<u>SIEMPRE</u>	<u>CASI SIEMPRE</u>	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA	PUNTAJE MÁXIMO
1.Solo convivo con la gente que conozco	3	5	4	2	1	5
2.Me siento inseguro ante los desconocidos	1	2	3	4	5	5
3.Cuando estoy en una fiesta me aílo	1	2	3	4	5	5
4.Estoy a la defensiva con toda la gente	1	2	3	4	5	5
5.Me gusta compartir con los demás	5	4	3	2	1	5
6.Mis relaciones sociales son agradables	5	4	3	2	1	5
7.Tengo dificultad para relacionarme con la gente	1	2	3	4	5	5
8.Estoy solo la mayor parte del tiempo	1	2	3	4	5	5
9.Es mejor no involucrarse con nadie	1	2	3	4	5	5
10.Tengo facilidad para iniciar actividades con otros en grupo.	5	4	3	2	1	5
TOTAL						50

V EXPRESIÓN EMOCIONAL

REACTIVOS	<u>SIEMPRE</u>	<u>CASI SIEMPRE</u>	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA	PUNTAJE MÁXIMO
1. Me cuesta trabajo decir no	1	2	3	4	5	5
2. Se me dificulta expresar mis sentimientos	1	2	3	4	5	5
3. Mantengo la calma ante las agresiones	5	4	3	2	1	5
4. Me es difícil llorar	1	2	3	4	5	5
5. Con facilidad lastiman mis sentimientos	1	2	3	4	5	5
6. Prefiero quedarme callado, a decir lo que pienso	1	2	3	4	5	5
7. Me enojo con facilidad	1	2	3	4	5	5
8. Se me dificulta expresar el miedo	1	2	3	4	5	5
9. Cuando estoy triste aparento lo contrario	2	4	5	3	1	5
10. Soy una persona asertiva	5	4	3	2	1	5
TOTAL						50

VI RECONOCIMIENTO DE LOGRO

REACTIVOS	<u>SIEMPRE</u>	<u>CASI SIEMPRE</u>	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA	PUNTAJE MÁXIMO
1.Fácilmente supero los obstáculos	5	4	3	2	1	5
2.Ante los fracasos me mantengo optimista	5	4	3	2	1	5
3.Soy persistente	5	4	3	2	1	5
4. Ante el fracaso busco alternativas	5	4	3	2	1	5
5. Estoy satisfecho con mi vida	5	4	3	2	1	5
6.Cuando me lo propongo, logro lo que quiero	5	4	3	2	1	5
7Mi vida ha sido exitosa	5	4	3	2	1	5
8.Reflexiono las consecuencias de mis decisiones	5	4	3	2	1	5
9.Disfruto mi tiempo libre	5	4	3	2	1	5
10. Me cuesta trabajo superar los fracasos.	1	2	3	4	5	5
TOTAL						50

VII AUTOESTIMA

REACTIVOS	<u>SIEMPRE</u>	<u>CASI SIEMPRE</u>	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA	PUNTAJE MÁXIMO
1. Siento compasión por mí	1	2	3	4	5	5
2. Cambió fácilmente de opinión	1	2	3	4	5	5
3. Me siento un ser despreciable	1	2	3	4	5	5
4. Abandono el trabajo o mis actividades porque me siento rechazado por todos.	1	2	3	4	5	5
5. Me preocupa que los demás hablen de mí	1	2	3	4	5	5
6. Me siento menos cuando alguien me crítica	1	2	3	4	5	5
7. Soy atractivo (a)	5	4	3	2	1	5
8. Me acepto totalmente como soy	5	4	3	2	1	5
9. Estoy satisfecho de mi apariencia física	5	4	3	2	1	5
10. No acostumbro compararme con los demás	1	2	3	4	5	5
TOTAL						50

VIII AUTOCONCIENCIA

REACTIVOS	<u>SIEMPRE</u>	<u>CASI SIEMPRE</u>	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA	PUNTAJE MÁXIMO
1. Se cuando hago las cosas bien	5	4	3	2	1	5
2. Si me lo propongo puedo ser mejor	5	4	3	2	1	5
3. Soy un buen perdedor	5	4	3	2	1	5
4. Me gusta como soy	5	4	3	2	1	5
5. sé porque me pongo triste	5	4	3	2	1	5
6. Lo más importante para mi es ganar	1	4	5	3	2	5
7. Necesito que me indiquen mis errores	1	2	3	4	5	5
8. Culpo a otros por mis errores	1	2	3	4	5	5
9. Tomo mis propias decisiones	5	4	3	2	1	5
10. Olvido el maltrato con facilidad	5	4	3	2	1	5
TOTAL						50

X AUTOCONTROL

REACTIVOS	SIEMPRE	CASI SIEMPRE	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA	PUNTAJE MÁXIMO
1.Cuando me enojo lo demuestro	1	2	3	4	5	5
2.Siento decepción fácilmente	1	3	4	5	2	5
3.Aclaro los problemas cuando los hay	5	4	3	2	1	5
4.Yo escojo mi ropa	5	4	3	2	1	5
5.Me siento mal cuando me miran	1	2	3	4	5	5
6.Cuando tengo miedo de alguien me escondo	1	2	3	4	5	5
7.impido que me traten mal	5	4	3	2	1	5
8. No demuestro cuando me enojo	1	2	3	4	5	5
9.Siento angustia cuando estoy aburrido	1	2	3	4	5	5
10. Cuando tengo problemas buco soluciones en las drogas	1	2	3	4	5	5
TOTAL						50

X APROVECHAMIENTO EMOCIONAL

REACTIVOS	SIEMPRE	CASI SIEMPRE	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA	PUNTAJE MÁXIMO
1. Me siento motivado a estudiar	5	4	3	2	1	5
2. Me siento confiado y seguro en mi casa	5	4	3	2	1	5
3. Mis padres me dicen que me quieren	5	4	3	2	1	5
4. Me considero animado	5	4	3	2	1	5
5. Si dicen algo bueno de mi, me da gusto y lo acepto	5	4	3	2	1	5
6. En casa es importante mi opinión	5	4	3	2	1	5
7. Hago mis deberes solo con ayuda	1	2	3	4	5	5
8. Si me interrumpen ya no quiero hablar	1	2	3	4	5	5
9. Odio las reglas	1	2	3	4	5	5
10. Necesito que me obliguen a realizar mis tareas	1	2	3	4	5	5
TOTAL						50

XI CONCIENCIA EMOCIONAL DE SÍ MISMO

REACTIVOS	<u>SIEMPRE</u>	<u>CASI SIEMPRE</u>	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA	PUNTAJE MÁXIMO
1. Se mostrar mis sentimientos abiertamente	5	4	3	2	1	5
2. Sé identificar mis emociones y las controlo	5	4	3	2	1	5
3. Estoy triste y se porque es	5	4	3	2	1	5
4. Me asustan las personas que muestran sus emociones	1	2	3	4	5	5
5. Me cuesta trabajo pedir ayuda cuando lo necesito	1	2	3	4	5	5
6. Haría cualquier cosa por no parecer tonto ante mis compañeros	1	2	3	4	5	5
7. Puedo reconocer las emociones de otros mirándolos a los ojos	5	4	3	2	1	5
8. Me concentro en las cualidades positivas de otros	5	4	3	2	1	5
9. Reconozco y aprecio las cualidades de mis compañeros	5	4	3	2	1	5
10. Me cuesta trabajo demostrar lo que siento.	1	2	3	4	5	5
TOTAL						50

A continuación se presenta la escala que fue utilizada para determinar el nivel de IE que posee cada sujeto, la cual va de 550 –110. Así mismo se muestran las siglas de la forma en cómo se reconocerán en el listado y el grado de IE en el que se ubicó a cada alumno.

550-450: PIE (Posee Inteligencia Emocional)
449 – 226 : IEM (inteligencia Emocional Moderada)
225: Promedio
224–111 : IEB (Inteligencia Emocional Baja)
110 – 0 : NPIE (No Posee Inteligencia Emocional)

El resultado obtenido en cada evaluación se clasificó de acuerdo a la suma de cada una de las preguntas por rubro; así mismo a la suma de los resultados por rubro y finalmente la suma de ambos dividido entre dos que daría el promedio del alumno. Esto permitió la clasificación de las escalas determinadas.

RESULTADOS OBTENIDOS DE LOS TEST.

A continuación se mostrará el listado de promedios de los 284 alumnos, el cual comprende desde el inicio del año escolar 2003. Dicho listado se mostrará por grupo.

ALUMNOS	Promedio	Probables consumidores	Resultados evaluación IE	IE
1.- A G J C	9	no	520	PIE
2.- AM R J	10	no	201	IEB

3. B L O	5	si	109	NPIE
4.- C G K S	7	no	223	IEB
5.- C R R I	6	no	100	NPIE
6.- D L F D	5	no	101	NPIE
7.- E A A	5	no	98	NPIE
8.- E F J	10	no	225	Promedio
9.- F A T	7	no	225	Promedio
10.- F V Z M	10	no	302	IEM
11.- G V F H	6	no	83	NPIE
12.- G P J L	8	no	205	IEM
13.- G Q J A	6	no	228	IEB
14.- H A S	6	no	85	NPIE
15.- H E M	10	no	199	NPIE
16.- M P O	7	no	225	Promedio
17.- M V M A	10	no	405	PIE
18.- M D G	10	no	107	NPIE
19.- O P R	5	no	108	NPIE
20.- O I M A	7	no	215	IEB
21. O V J I	9	no	470	PIE
22.- Q M W	8	no	463	PIE
23.- R A R	5	no	85	NPIE
24.- R E S C	10	no	225	Promedio
25.- R B M E	10	no	402	PIE
26.- S G D	10	no	435	PIE
27.- S J J C	5	no	97	NPIE
28.- T G E	7	no	102	NPIE
29.- T G M	7	no	115	NPIE
30.- V S F	10	no	350	PIE
31.- V G G I	7	no	449	IEM
32.- V R K	7	no	86	NPIE

33.- Z H U	5	si	61	NPIE
34.- Z M J O	8	no	205	IEM
35.- C C J A	5	si	99	NPIE
36.- A J S	6	no	195	NPIE
37.- A R J	10	no	389	IEM
38.- A V A C	6	no	222	IEB
39.- B T N	7	no	452	PIE
40.- C R J C	5	no	87	NPIE
41.- D A J A	6	no	110	NPIE
42.- D R M A	10	no	223	IEB
43.- E A A K	8	no	454	PIE
44.- F G F J	7	no	227	PIE
45.- G P J	8	no	225	IEM
46.- G S K G	6	si	85	NPIE
47.- H H E	7	si	94	NPIE
48.- H C H A	10	si	227	IEM
49.- H F A	10	no	500	PIE
50.- H A L A	8	no	228	IEM
51.- L M I O	7	no	449	PIE
52.- L H G	8	no	448	IEM
53.- L L A L	10	no	225	Promedio
54.- L A L M	5	no	223	IEB
55.- M C A	8	no	445	IEM
56.- M M L E	6	no	94	NPIE
57.- M T A J	10	no	455	PIE
58.- M G S I	5	no	110	NPIE
59.- M L M G	9	no	447	IEM
60.- N G D	8	no	301	IEM
61.- N H J A	6	no	89	NPIE
62.- O A G	10	no	228	IEM

63.- P C Y A	10	no	401	PIE
64.- P C A	5	si	92	NPIE
65.- R P B	5	si	103	NPE
66.- R R J	10	no	445	IEM
67.- R R L	7	no	77	NPE
68.- R B A R	10	no	228	IEM
69.- R T C O	8	no	448	IEM
70.- S J L A	6	no	223	IEB
71.- T S I	6	no	108	NPIE
72.- T S S	6	si	88	NPIE
73.- U R F	6	no	109	NPIE
74.- V R N C	6	no	77	NPIE
75.- C C L	7	no	224	IEB
76.- A C J A	5	no	107	NPIE
77.- A R F J	5	si	72	NPIE
78.- B B E I	7	no	115	IEB
79.- C D A E	8	no	460	PIE
80.- C C I	5	no	108	NPIE
81.- C M B	9	no	466	PIE
82.- D R L	8	no	457	PIE
83.- F G L	5	si	102	NPIE
84.- G P A	8	no	500	PIE
85.- G V J C	5	no	110	NPIE
86.- H H A	6	no	132	IEB
87.- J H C	6	no	113	IEB
88.- J P E O	6	no	120	IEB
89.- L O A	8	no	453	PIE
90.- M A A G	6	no	115	NPIE
91.- N Q T A	6	no	103	NPIE
92.- O S M E	8	no	455	PIE

93.- P G F	9	no	490	PIE
94.- R R A	5	no	109	NPIE
95.- R A I G	5	si	95	NPIE
96.- R H D	6	si	88	NPIE
97.- R G J G	6	si	100	NPIE
98.- R L R	8	no	455	PIE
99.- R A D A	6	no	110	NPIE
100.- R S J	8	no	449	IEM
101.- R H I	9	no	453	PIE
102.- S M M	6	no	111	IEB
103.- S M E R	7	no	225	PROMEDIO
104.- S A D E	7	no	224	IEB
105.- S S Y	5	no	110	NPIE
106.- V P M	7	no	450	PIE
107.- V O C N	8	no	462	PIE
108.- V M O A	6	no	110	IEB
109.- V E A C	6	no	114	IEB
110.- Z C L	8	no	474	PIE
111.- A M J	6	no	115	IEB
112.- A M J I	6	no	118	IEB
113.- A H N	7	no	449	IEM
114.- A R G	5	no	99	NPIE
115.- A S P C	6	no	110	NPIE
116.- A C G R	7	no	440	IEM
117.- A F L A	6	no	97	NPIE
118.- B V L I s	5	si	90	NPIE
119.- B C F J	7	no	125	IEB
120.- C S A K	6	no	112	IEB
121.- C G L	6	no	104	NPIE
122.- C R L J	9	no	496	PIE

123.- CLIG	6	no	225	PROMEDIO
124.- CVY	6	no	113	IEB
125.- CRIA	7	no	236	IEM
126.- DTS	6	no	110	NPIE
127.- EPNA	8	no	476	PIE
128.- GSMI	6	no	224	IEB
129.- GMÁC	9	no	501	PIE
130.- GDY	6	no	110	NPIE
131.- GSJL	6	no	102	NPIE
132.- GCOC	9	no	510	PIE
133.- HCEP	6	no	106	NPIE
134.- HSEB	6	no	110	NPIE
135.- JRJA	5	no	87	NPIE
136.- JVJC	6	no	111	IEB
137.- MREG	6	no	109	NPIE
138.- MVES	5	no	100	NPIE
139.- MV D	6	no	117	IEB
140.- NAJG	7	no	227	IEM
141.- NTJR	6	no	202	IEB
142.- P MMA	9	no	450	PIE
143.- R A AA	5	no	110	NPIE
144.- SMM	6	no	111	IEB
145.- TSHF	6	no	118	IEB
146.- TCK	7	no	226	IEM
147.- TLJL	5	no	99	NPIE
148.- MCEE	8	no	488	PIEM
149.- MC G	6	no	224	IEB
150.- ALSY	10	no	112	IEB
151.- AC0M	10	no	225	PROMEDIO
152.- BHJC	7	no	446	IEM

153.- CLN	10	no	455	PIE
154.- CBAL	6	no	233	IEM
155.- DRVAI	5	si	178	IEB
156.- DCED	6	si	103	NPIE
157.- GMMR	10	no	496	PIE
158.- GPT	6	no	227	IEM
159.- GMM	5	si	101	NPIE
160.- GOV	5	si	103	NPIE
161.- HGJ	6	no	221	IEB
162.- HMAA	6	si	111	IEB
163.- HNH	5	si	103	NPIE
164.- HVG	10	no	473	PIE
165.- HDJA	7	no	481	PIE
166.- ISD	10	no	530	PIE
167.- JOIC	6	si	112	IEB
168.- JCM	6	no	103	NPIE
169.- LOS	10	no	510	PIE
170.- MZPI	7	no	449	IEM
171.- ORLY	10	no	416	PIE
172.- OOA	10	no	226	IEM
173.- OCS	5	si	100	NPIE
174.- OGLN	6	no	109	NPIE
175.- PGBE	6	no	95	NPIE
176.- PJCI	5	si	89	NPIE
177.- PJJ	5	si	87	NPIE
178.- RBS	5	si	100	NPIE
179.- RCM	5	si	110	NPIE
180.- RGM D	7	no	224	IEB
181.- RCJA	5	si	104	NPIE
182.- RRJL	10	no	502	PIE

183.- R M L F	10	no	499	PIE
184.- R R C	5	no	223	IEB
185.- V D J A	7	no	447	IEM
186.- V C L A	7	no	461	PIE
187.- V O M L	6	no	449	IEM
188.- A L L A	10	no	511	PIE
189.- B P C A	7	no	447	IEM
190.- C D M A	8	no	250	IEM
191.- C S N P	8	no	225	PROMEDIO
192.- C G L	7	no	236	IEM
193.- C C J F	6	si	101	NPIE
194.- C M M I	8	no	111	IEB
195.- C N C A	10	no	499	PIE
196.- D L C G	10	no	224	IEB
197.- F M A	7	no	110	NPIE
198.- G M V O	6	no	103	NPIE
199.- H B T	6	no	224	IEB
200.- H G V M	6	si	102	NPIE
201.- H M A	6	no	110	NPIE
202.- H R V E	10	no	523	PIE
203.- I G V	5	si	111	IEB
204.- J L J L	6	no	96	NPIE
205.- J M C E	7	si	449	IEM
206.- J R M	8	no	230	IEM
207.- L O V	10	no	488	PIE
208.- M M A	8	no	225	PROMEDIO
209.- M V J	8	no	429	IEM
210.- M T M A	9	no	466	PIE
211.- M C M A	5	si	97	NPIE
212.- O M A E	8	si	223	IEB

213.- P C Y	6	no	225	PROMEDIO
214.- P C A	7	no	462	PIE
215.- R J I	6	no	105	NPIE
216.- R M J	9	no	526	PIE
217.- R G J A	5	si	93	NPIE
218.- R S J D	10	si	108	NPIE
219.- R M I	10	no	433	IEM
220.- R C J	10	no	450	PIE
221.- S B M F	5	no	104	NPIE
222.- S H H	6	no	110	NPIE
223.- T U I V	6	no	96	NPIE
224.- V R A	8	no	449	IEM
225.- C R B A	8	si	462	PIE
226.- C R C	10	no	526	PIE
227.- C G T V	6	si	111	IEB
228.- C T G	8	no	336	IEM
229.- C P G	6	no	95	NPIE
230.- C C J	7	no	422	IEM
231.- E C G	6	no	97	NPIE
232.- F P T	10	si	399	IEM
233.- G S G	10	no	502	PIE
234.- G A J	10	no	477	PIE
235.- G S A	10	no	453	PIE
236.- J N X	9	no	497	PIE
237.- J R A P	9	no	224	IEB
238.- M G A	9	no	110	NPIE
239.- M M A	10	no	98	NPIE
240.- M R D	8	no	439	IEM
241.- M R G	8	no	110	NPIE
242.- M M F	10	no	482	PIE

243.- M A J	6	no	94	NPIE
144.- N C A	9	no	506	PIE
245 O M I	5	si	85	NPIE
246.- O R L	7	si	95	NPIE
247.- O T C	8	no	455	PIE
248.- O Z A	8	no	225	PROMEDIO
249.- O R C	9	no	351	IEM
250.- P S E	6	no	96	NPIE
251.- P C A P	7	no	104	NPIE
252.- P C E	8	no	455	PIE
253.- R L E	6	no	99	NPIE
254.- R A N	5	no	110	NPIE
255.- R F J A	6	no	99	NPIE
256.- S C S	7	no	327	IEM
257.- S H F V	5	si	83	NPIE
258.- T M M A	6	no	108	NPIE
259.- T H M	9	no	503	PIE
260.- T V V	6	no	99	NPIE
261.- L S D	6	no	111	IEB
262.- M C O	5	no	89	NPIE
263.- A P G	10	no	502	PIE
264.- A H A	10	no	224	IEB
265.- A N C	8	no	225	PROMEDIO
266.- B M M	10	no	110	NPIE
267.- B M J	8	no	449	IEM
268.- C E L	7	no	466	PIE
269.- C L D	7	no	325	IEM
270.- C C G	8	no	313	IEM
271.- E C M	8	no	300	IEM
272.- F S S	8	no	112	IEB

273.- F S D	10	no	514	PIE
274.- G L J	7	no	209	IEB
275.- G S A	9	no	510	PIE
276.- G S T	10	no	524	PIE
277.- G G V	7	no	110	NPIE
278.- H C E	8	no	225	PROMEDIO
279.- H C U	8	no	113	IEB
280.- I S M	7	no	294	IEM
281.- L G J L	6	no	95	NPIE
282.- M T G	5	si	86	NPIE
283.- M V S	10	no	502	PIE
284.- M V S I	5	si	92	NPIE