

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DEL DOCENTE  
PARA EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS  
ALUMNOS

PROTOCOLO DE INVESTIGACION

PROFRA. MARIA GUADALUPE GUTIERREZ BECERRIL

FEBRERO 2021

# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN .....

RESUMEN

**CAPITULO I.** La inteligencia emocional .....

1. Concepto inteligencia emocional.....

1.1 Inteligencia .....

1.2 Emoción .....

1.3 Inteligencia Emocional.....

2. La inteligencia emocional en la vida del ser humano .....

2.1 La inteligencia emocional en el sector educativo. ....

**CAPITULO II.** El docente y los alumnos en un ambiente de aprendizaje.....

2.1 Docente

2.2 Alumnos

2.3 Ambiente de aprendizaje

**CAPITULO III.** El manejo asertivo de la inteligencia emocional en el docente.....

3.1 Asertividad

3.2 La asertividad en el salón de clases

**CAPITULO IV.** Método.....

1. Antecedentes.....

1.1 Preguntas de Investigación .....

1.2 Hipótesis.....

1.3 Objetivo general .....

1.4 Objetivos específicos .....

1.5 Unidad de análisis .....

1.6	Justificación.....	.....
1.7	Procedimiento general .....	.....
1.8	Razones y justificación de la elección metodológica.....	.....
2.	Universo de estudio .....	.....
3.	Los instrumentos .....	.....
4.	Procedimiento .....	.....
<b>CAPITULO V.</b>	<b>Resultados .....</b>	<b>.....</b>
	Conclusiones.....	.....
	Referencias .....	.....
	Apéndices .....	.....

## INTRODUCCION

Tal vez las personas reconocen una paradoja fundamental: La ciencia nos ha ayudado a tener un control increíble sobre nuestro mundo exterior, pero hemos avanzado poco en tener el control de nuestros mundos internos, emocionales. Si miramos con honestidad en la condición humana, debemos admitir que la falta de inteligencia emocional está en todas partes.

La gente puede estar mirando a la IE, tal vez con la esperanza de que les ayudará a obtener el control de sus vidas. (Ciarrochi y Blackledge, 2005). La inteligencia es, ha sido, y posiblemente será uno de los aspectos que más interés ha suscitado a lo largo de este último siglo dentro de la psicología y también en otras disciplinas tales como la pedagogía, la filosofía o la neurología. Incluso después de muchos avances la inteligencia se sigue considerando un fenómeno en gran medida desconocido por su complejidad. Esta complejidad ha propiciado que surjan, sobre todo en las últimas décadas, diferentes teorías y definiciones sobre el constructo, que hacen difícil a los investigadores poder llegar a una definición aceptada y consensuada por todos (Sternberg, 2000; Sternberg, Castejón, Prieto, Hautämaki y Grigorenko, 2001).

El término inteligencia emocional tiene un antecedente: “cociente emocional” formulado por Bar-On en el año 1988 como un equivalente del coeficiente intelectual, el cual se enfoca en la capacidad de las personas para resolver problemas de la vida cotidiana. En 1990 Mayer y Salovey publican el término: “inteligencia emocional”, como la capacidad para captar las emociones y procesarlas, las de uno mismo y las de los demás. En 1995, Daniel Goleman publica un libro, La inteligencia emocional, que difunde su concepto a nivel masivo. A la fecha ha surgido un sin número de publicaciones sobre el tema y la popularidad del término inteligencia emocional ha tocado diferentes círculos, y con ello se han desarrollado diversos estudios sobre el tema, llegando, casi unánimemente, a decir que la inteligencia emocional es un factor fundamental para tener éxito en las diferentes áreas en las que las personas puedan estar actuando, por ejemplo, en la

familia, en los círculos sociales, en la escuela y en el trabajo. Se entiende por éxito el logro de los objetivos para alcanzar un estado de bien vivir. Pero, ¿será verdad que la inteligencia emocional es un factor de éxito en la educación en un contexto mexicano? ¿Podrá expresarse sin ninguna duda que la inteligencia emocional de los docentes al éxito del aprendizaje de los alumnos, (o según los resultados obtenidos en las evaluaciones a nivel internacional, más bien fracaso)?

Desde el ámbito educativo, la inteligencia emocional va cobrando un especial interés ya que son muchos los beneficios que aporta no sólo a los estudiantes, sino a todos los miembros que conforman el sistema educativo. Para que el estudiante aprenda y desarrolle las habilidades emocionales y afectivas relacionadas con el uso inteligente de sus emociones necesita de un “educador emocional”, es decir, un docente que tenga equilibradas sus propias emociones. Una buena gestión emocional de los profesores, desarrollará un clima de clase adecuado otorgando a los estudiantes una mayor participación e interés de sus emociones (Sutton y Wealhy, 2003). Sin embargo, el desarrollo de la IE por parte del docente en el aula no debe enfocarse en una sola dirección (profesor-estudiante), sino que la IE debe ser una herramienta en la vida personal del docente. Mearns y Cain (2003) afirman que los profesores que se perciben así mismos como poseedores de habilidades emocionales utilizan más estrategias activas para enfrentarse a las situaciones estresantes del entorno académico (Mestre, Guil, Lopes, Salovey y GilOlarte, 2006).

Las continuas transformaciones sociales y del propio sistema educativo hacen necesaria una reflexión en torno a la figura del colectivo docente. No obstante, es necesario desarrollar investigaciones que nos permitan identificar con precisión las variables que influyen en el trabajo de un buen maestro. Algunas de las investigaciones sobre este tema concluyen que la inteligencia no sólo general, sino también la emocional y los factores de personalidad, forman parte del complejo entramado de competencias que requieren las personas para desarrollar con éxito su labor profesional (Pertegal-Felices, Castejón-Costa y Martínez, 2011). Igualmente, en un marco teórico más amplio, la relación entre las competencias

emocionales y el rendimiento en el trabajo ha sido avalada por numerosas investigaciones (Boyatzis, 2006; Brotheridge y Lee, 2003; Murga y Ortego, 2003).

Diferentes estudios se han centrado en la medición de la inteligencia emocional de estos profesionales, correlacionándolos con otros constructos: “Pensamientos positivos y negativos (Augusto-Landa, López-Zafra y Pulido-Martos, 2011), “Apoyo social” (Rey y Extremera, 2011; Cabello, Fernández-Berrocal, Ruiz-Aranda y Extremera, 2005), Síndrome de estar quemado o “Burnout” (Extremera, Durán y Rey, 2010), “autoeficacia” docente (Perándones y Castejón, 2006), “compromiso” (PenaGarrido y Extremera 2012), o con “la satisfacción vital” (Augusto-Landa, López-Zafra, Martínez de Antoñana y Pulido 2006), obteniendo una correlación positiva en la mayoría de éstos. En este sentido, Sala (2002) observó que la IE incide en los valores, actitudes, creencias y estilos educativos de los propios docentes. Por ello, parece necesario dotar a nuestros docentes de herramientas específicas sobre inteligencia emocional para incorporar a su desarrollo personal y a su trabajo en el aula. Sin embargo, aun cuando el profesorado se encuentra concienciado en la necesidad de trabajarla en el aula, en la mayoría de las ocasiones, no dispone de la formación adecuada, ni de los medios suficientes para desarrollar esta labor y sus esfuerzos con frecuencia se centran en el diálogo ético-moral, ante el que los estudiantes responden con una actitud pasiva (Abarca, Marzo y Sala 2002).

Desafortunadamente, no encontramos dentro del currículum educativo formal, las estrategias y actividades emocionales de forma concreta. Sólo podemos confiar en la personalidad del profesor, y en que éste posea el suficiente control emocional para transmitirlo directamente a sus estudiantes (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004). En definitiva, como apuntan Valles y Valles (2003) la educación emocional debería estar inserta en las distintas áreas curriculares, no en cuanto a su enseñanza/aprendizaje como contenido de cada área, sino cómo estilo educativo del docente que debe transmitir modelos emocionales adecuados en los momentos en los que profesor y estudiantes conviven en el aula. Por tanto, la necesidad de

introducir programas de inteligencia emocional en la formación inicial de los docentes, se convierte en un aspecto primordial para conseguir una mejora en la calidad de la enseñanza (Palomera, Fernández-Berrocal y Brackett, 2008). No obstante, son pocos los programas que han demostrado su eficacia para tal objetivo (Palomera y Gil-Olarte, 2006) y se llevan a cabo mediante un entorno adecuado para la expresión de emociones y exposición a experiencias emocionales distintas dentro del aula (Mayer y Cobb, 2000; Mayer y Salovey, 1997). En los últimos años, han surgido programas de IE para desarrollar en el ámbito educativo, una competencia que como se ha contextualizado anteriormente, facilita y crea un buen desarrollo académico y profesional de la enseñanza. Entre los diferentes programas podemos encontrar dentro de nuestro país, “la educación responsable” (Fundación Botín), “Actuación integral con políticas públicas de promoción de la IE” (Guipúzcoa, España), “Actividades de investigación y formación en la educación emocional” (GROUP, Cataluña, España), “Programas de Inteligencia Emocional” entre otros. Todos ellos trabajan inteligencia emocional en los profesores, dotándoles de herramientas de intervención aplicadas (Cabello, Ruiz-Aranda y Fernández Berrocal, 2010).

Las competencias emocionales del docente frente a grupo se deben consolidar a la par de las profesionales ya que los maestros realizan una labor más allá del simple cumplimiento del currículo y las repercusiones de ésta se manifiestan en las formas en que realiza su tarea y las relaciones que establecen con sus alumnos. Para conseguir la formación integral que se busca, el educador debe concientizar su función y buscar un desarrollo tanto profesional como personal. En este trabajo se presentan algunos aportes teóricos al respecto, que a la par de las evidencias empíricas recabadas, nos proporcionan información sobre la necesidad de atender una formación más integral en el educador, considerando que a partir de un buen desarrollo personal del docente se lograrán mejores resultados educativos.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Las emociones juegan un papel importante y trascendental en la vida no solo del estudiante, sino también del propio docente, la manera de cómo interactúan en la realidad del individuo, en su vida cotidiana, estando presentes de manera diversa en cada experiencia vital y de manera particular en su entorno educativo, pudiendo hacer de ellos personas con un alto grado de bienestar y éxito en su perspectiva socioemocional y en su actividad profesional, o a su vez una persona con un grado alto de desadaptación.

Los docentes no están faltos de enfrentar cargas personales, socioeconómicas y profesionales que muchas veces pasan desapercibidas por el contexto que los rodea (Barragán, Lewis, Palacios, 2007). Diversas investigaciones muestran que los problemas psicológicos que padecen los docentes están relacionados con trastornos de ansiedad (Salanova, Bresó y Schaufeli, 2005), estrés, depresión, como también temor a las situaciones que día a día se presentan en el ámbito educativo. Las maneras en que las emociones afectan al personal docente pueden ser múltiples y variadas, de manera positiva o negativa, pueden impulsar la motivación para mejorar su desempeño profesional y ser personas proactivas, asertivas y dinámicas o de lo contrario, alejarlos de sus propósitos y en su extremo perder el sentido de vida. No son pocos los problemas u obstáculos a los que se enfrentan en su cometido diario, inmersos en un proceso lleno de tensiones por los compromisos contraídos en su labor profesional y, por otro lado, en una sociedad en la que parece ser que los factores de riesgo sociales (Castro y Llanes, 2006) se intensifican al transcurrir los años, que son aspectos que en muchos casos van en detrimento de la inteligencia emocional y por ende en la inestabilidad propia del individuo.

Cada día se suscitan dentro del contexto educativo dificultades como inasistencia, falta de motivación e interés en el trabajo, inadecuadas relaciones interpersonales, ambiente que no favorece el aprendizaje, y otras, las cuales pueden ser explicadas por múltiples razones, entre las cuales se pueden vincular la personalidad y práctica



de los quienes muchas veces están inmersos en el cumplimiento de normas y pautas requeridas por las autoridades, limitados por el tiempo, recursos, gestiones, actividades propias de la escuela y problemas personales. "Desde los años 80 las investigaciones demuestran, irrefutablemente, la evidencia científica de la relación entre el trabajo docente y diversos trastornos de salud tanto a nivel biológico (problemas cardiovasculares, respiratorios, lumbalgias, cervicalgias, preclampsia o úlcera de estómago, etc.) como psicológico (ansiedad, depresión, insatisfacción laboral, reducción de la productividad, absentismo laboral, pasividad en la vida extralaboral, etc.), lo que repercute en un bajo desempeño frente a grupo, originando conflictos en el aspecto académico e interpersonal. Es por ello que en este trabajo se pretende recabar información que permita analizar los problemas que se presentan debido a la falta de un buen desarrollo personal de los maestros, así como investigar sobre el interés y disposición que manifiestan para atender esta parte, reconociéndola como el primer paso para llegar a metas educativas propuestas; también se busca conocer el nivel de autoestima que reflejan los profesores frente a grupo, pues todo esto lleva a considerar que un buen desarrollo de competencias emocionales en los docentes fortalecerá su perfil profesional y favorecerá un buen desempeño frente a grupo.

## **OBJETIVOS**

### Objetivo general

Analizar si la inteligencia emocional del docente está positivamente ligada al ambiente de aprendizaje que genera al éxito académico de los alumnos en el contexto escolar.

### Objetivos específicos

1. Conocer la importancia de la inteligencia emocional en el campo de la educación.
2. Fundamentar estadísticamente la relación entre la inteligencia emocional, el ambiente de aprendizaje y el aprendizaje de los alumnos.

## JUSTIFICACION DEL PROBLEMA

Actualmente la sociedad impone a la educación muchos retos, baste poner atención a las noticias que a diario se publican en los medios de comunicación o leer las estadísticas publicadas por los diferentes organismos, tanto nacionales como internacionales, referentes a la violencia, la contingencia sanitaria, el uso de herramientas digitales en la práctica docente, la educación a distancia, los altos índices de depresión, ansiedad, suicidios, etc., y es al docente a quien le corresponde realizar acciones para ayudar.

Dado que en los últimos años la docencia se convirtió en una de las profesiones que mayor estrés genera, resulta necesario hablar sobre inteligencia emocional en el contexto educativo y no se puede dejar de lado el importante papel del profesorado en este campo. Pero, ¿los docentes cuentan con una inteligencia emocional que lo lleve al desarrollo de habilidades de regulación emocional y por lo tanto sea una herramienta útil para afrontar emociones negativas emergentes en los diversos contextos y convertirse en un elemento facilitador de su efectividad en la resolución de problemas?

Ante tal situación, es imprescindible que el docente tenga conciencia de la importancia de las habilidades emocionales dentro de su práctica pedagógica para promover el desarrollo integral del niño a partir de las relaciones, las acciones y los acontecimientos que suceden día a día en el aula de clase, tener presente que los gestos, las palabras o las intervenciones que realiza el docente frente a los niños marcan su comportamiento durante las actividades académicas y la disposición o actitud que asume respecto a la clase. En esta dirección, comprendemos que el profesor ejerce un papel de líder dentro del aula y como tal necesita ser consciente de sus habilidades emocionales para que estas puedan servir de modelo a su estudiantado.

Por lo tanto, se hace necesario que los educadores conozcan y comprendan el manejo de sus emociones y den cuenta de habilidades emocionales para potenciar los procesos de formación integral del niño, dar valor a las emociones como parte

indispensable en el proceso de aprendizaje de los estudiantes, teniendo presente que estas son fenómenos multidimensionales que se caracterizan por contener elementos cognitivos, fisiológicos, funcionales y expresivo en los individuos; la acción educativa del docente debe contemplar estos procesos desde el reconocimiento y manejo adecuado de sus emociones y la incidencia de estas en la formación de niños y niñas en los primeros años de escolaridad.

La presente investigación pretende dar cuenta de las habilidades emocionales de los docentes y como se manifiestan en su práctica pedagógica respecto a aquellas que tienen mayor o menor presencia. Cassa (2012) afirma que en la educación inicial se dan las primeras bases de aprendizaje y relación interpersonal permitiendo el desarrollo integral del niño, de esta manera como lo señala Buitron (2008) para que el profesor se encuentre preparado para asumir este reto, es necesario, en primer lugar, que piense en su propio desarrollo emocional, solo entonces estará apto para capacitarse y adquirir herramientas metodológicas que le permitan realizar esta labor. Se sabe que es imposible educar afectiva y moralmente a estudiantes si no se cuenta con una estructura de valores clara, además de un cierto dominio de las propias emociones. Por su parte Foz (2010) declara que todo docente debe atender por completo el desarrollo de sus propias capacidades emocionales por tres razones: por su propio bienestar personal, porque puede relacionarse con sus estudiantes de forma empática y porque a partir de sus conocimientos en los contenidos de su área puede ayudarles a desarrollar su personalidad. Uribe (2012 pág.120-124) indica que el docente debe contar con una serie de capacidades en las que se incorpore una serie de habilidades emocionales tales como la conciencia de las propias emociones, el manejo de las emociones, la capacidad de automotivación, la empatía y el manejo de las relaciones, todas estas habilidades en su conjunto llevan a favorecer la construcción de un ambiente apropiado y cálido dentro del aula, además, permiten que los estudiantes reconozcan, valoren sus experiencias y sus propios conocimientos compartiéndolos con los demás y contribuyan en el favorecimiento y la formación del desarrollo integral del estudiantado.

## **ANTECEDENTES DEL ESTUDIO**

Las preguntas de investigación que guiaron esta investigación fueron las siguientes:

1. ¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional del docente y el aprendizaje del alumno?
2. ¿Cómo es la relación entre la inteligencia emocional del docente con el ambiente de trabajo en el aula?
3. ¿Cómo es la relación entre el ambiente de trabajo en el aula y el aprendizaje de los alumnos?

## **BASES TEORICAS**

En estas últimas décadas, algunos autores han considerado incompleta la visión de la inteligencia que hace referencia solamente al denominado cociente intelectual. Es por ello por lo que las teorías recientes conducen al desarrollo de una nueva perspectiva de la inteligencia mucho más amplia, en la que se tienen en cuenta otros aspectos más allá de los puramente racionales como los factores emocionales (Pérez y Castejón, 2007)

En este capítulo, nuestra intención es dar a conocer y explicar, los aspectos más significativos de la inteligencia emocional en particular. Comenzamos analizando el concepto de inteligencia y los principales precursores de su conceptualización. A continuación, desarrollamos el constructo de IE, quiénes fueron los pioneros en el estudio, los modelos teóricos existentes.

La aparición del término de IE cuestionó los tradicionales conceptos de éxito, capacidad y talento, al asegurar que además de la inteligencia general, se precisaba de una buena IE para conseguir el éxito a nivel laboral, familiar, emocional y social en la vida (Goleman, 1995). Actualmente resalta las contribuciones emocionales, personales y sociales dentro de la conducta inteligente, lo que complementa el clásico concepto de inteligencia (López Franco y Caballero, 1999).

### **Orígenes y evolución de la Inteligencia Emocional**

Tradicionalmente, nos hemos definido como una especie racional, con una fuerte capacidad para controlar las emociones mediante procesos conscientes y racionales. Sin embargo, las teorías más modernas de la psicología afirman que deberíamos darle más importancia a los sentimientos y capacidades como la empatía y la gestión emocional. Una de las teorías más extendidas es la de **la inteligencia emocional**. En ella, pioneros como Daniel Goleman afirman que nuestras capacidades racionales no son lo más importante en nuestro camino hacia la superación personal y el crecimiento psicológico.

Desde sus inicios hasta la fecha actual, el concepto de IE ha sufrido algunos cambios. Sin embargo, de manera general, se sigue manteniendo la idea de la IE

como una inteligencia social, práctica y personal que involucra la capacidad de la persona para razonar con las emociones (Mayer y Salovey, 1997), y que estas últimas ayudan a incrementar el pensamiento a través de la información emocional (Extremera y Fernández-Berrocal, 2003; Mayer, Salovey y Caruso, 2004). Es decir, como la capacidad de controlar y regular los sentimientos de uno mismo y de los demás, y utilizarlos como guía del pensamiento y de la acción.

A continuación, realizaremos una aproximación al concepto de IE y su problemática (Caballero-García, 2009). El concepto de IE tiene un claro precursor, el psicólogo Edward Thorndike (1920), con su concepto de Inteligencia Social, quien la definió como "la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas" (p.228). Para Thorndike, además de la inteligencia social, existen otros dos tipos de inteligencias: la abstracta (habilidad para manejar ideas) y la mecánica (habilidad para entender y manejar objetos). Wechsler (1940) también destacó el componente social de la inteligencia, definiéndola como "la capacidad global para actuar deliberadamente, para pensar racionalmente y para hacer frente eficazmente a su entorno" (p.444). Otro importante soporte para el desarrollo de la IE fue Cattell (1963) con su denominada teoría triádica de la inteligencia. Este autor distinguió tres tipos de propiedades dentro de ella: -Las capacidades, que constituyen las posibilidades de acción del cerebro en su totalidad. 17 -Los poderes provinciales, que serían tipos de organización local para distintas modalidades sensoriales y motoras. -Las agencias, que se corresponden con las habilidades necesarias para actuar en distintas áreas de contenido culturalmente valoradas.

A su vez, Cattell diferenció en aquel momento dos tipos de inteligencia: la inteligencia fluida (Gf) y la inteligencia cristalizada (Gv). La Gf hacía referencia a la habilidad heredada de pensar y razonar de forma abstracta y resolver problemas; y dependía en mayor grado de las estructuras fisiológicas cerebrales. La Gv provenía de las habilidades y los conocimientos adquiridos, de la formación previa y de las experiencias del pasado, se debería más a la historia de aprendizaje de cada sujeto y reflejaba la asimilación de experiencias culturales.

Posteriormente, surgieron dos novedosas teorías, las inteligencias múltiples de Gardner (1983) y la teoría triárquica de Sternberg (1985). Howard Gardner (1995) propuso que las personas tenemos 7 tipos de inteligencias distintas que nos relacionan con el mundo: - Inteligencia Lingüística: es la inteligencia relacionada con nuestra capacidad verbal, con el lenguaje y con las palabras. - Inteligencia Lógico-matemática: es el desarrollo de pensamiento abstracto, con la precisión y la organización a través de pautas o secuencias. - Inteligencia Musical: se relaciona directamente con las habilidades musicales y ritmos. - Inteligencia Espacial: es la capacidad para integrar elementos, percibirlos y ordenarlos en el espacio, y permite establecer relaciones de tipo metafórico entre ellos. - Inteligencia Kinestésico-corporal: abarca todo lo relacionado con el movimiento tanto corporal como el de los objetos, y los reflejos. - Inteligencia Interpersonal: implica la capacidad de establecer relaciones con otras personas. - Inteligencia Intrapersonal: es el conocimiento de uno mismo y todos los procesos relacionados, como autoconfianza y automotivación.

Más tarde, Gardner modificó su teoría e incluyó en 1995, la inteligencia naturalista, que nos permite reconocer y categorizar los objetos y seres de la naturaleza; y en 1998, la inteligencia existencial, referida a la capacidad para comprender y plantearse problemas sobre la vida y la muerte, es decir, la propia existencia. Sternberg (1985) definió la inteligencia como la “actividad mental dirigida hacia la adaptación intencional, selección o transformación de entornos del mundo real relevantes en la propia vida” (p. 45).

La teoría de Sternberg propuso tres tipos de inteligencia: analítica, creativa y práctica. Cada uno de estos tipos conforman tres subteorías parciales que se complementan entre sí: componencial, experiencial y contextual. Esta teoría introdujo dos tipos de inteligencias muy relacionadas con la competencia social, y hasta cierto punto emocional: la Inteligencia Interpersonal y la Inteligencia Intrapersonal. Gracias a Sternberg, Gardner y Salovey, el concepto de inteligencia pasó a ser un concepto más amplio.



Las inteligencias múltiples sustituyeron el concepto unilateral de inteligencia que Binet arraigó en todas las mentes (Martin y Boeck, 2004), y comenzaron a tenerse en cuenta aspectos no sólo racionales, sino también emocionales dentro de ella (Pérez y Castejón, 2007). Pero el término de IE fue acuñado por Mayer y Salovey (1990), quienes lo definieron 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 (afectiva) para guiar el pensamiento y las acciones de uno” (p.189). En su origen este concepto teórico se circunscribió en el ámbito científico y su difusión fue limitada. Sin embargo, fue Daniel Goleman quien popularizó el término, gracias a la gran acogida que tuvo su libro titulado *Inteligencia Emocional*, que se convirtió en un bestseller. Goleman (1995) definió la IE como “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos” (p. 89). Desde ese momento, las emociones pasaron de ser elementos perturbadores de la razón a ser información extra, vital para el funcionamiento adaptativo del ser humano, hasta el punto de suponer que proporcionaban el éxito a nivel no sólo profesional sino también personal, familiar, académico, etc. El gran interés motivado por este tema en la sociedad, se reflejó en la publicación a posteriori de numerosos artículos e investigaciones.

En esta línea, Robert Sternberg (1997) definió el concepto de inteligencia exitosa como aquella inteligencia que es realmente importante en la vida, una inteligencia práctica y creativa que es empleada por la persona para lograr objetivos importantes y tener éxito en la vida, sea por propios medios o según los de los demás. Está formada por la inteligencia analítica (capacidad de analizar ideas para encontrar soluciones a problemas), creativa (necesaria para exponer nuevas ideas y problemas, cualidad que a veces es rechazada por los demás) y práctica (es la capacidad para usar la teoría y ponerla en práctica en la vida diaria, aspecto importante para el éxito en cualquier campo).

El constructo de IE, desde la perspectiva de Goleman, se entendió como una mezcla de aspectos motivacionales y de personalidad (Matthews, Zeidener y Roberts, 2002). Posteriormente Bar-On, en 1997, también teorizó sobre este concepto, y conceptualizó la IE como una multirrelación de emociones, habilidades no cognitivas y competencias sociales y personales, todas ellas interconectadas, que posibilitaban actuar sobre el medio ambiente (Bar-On, Granel, Denburg y Bechara, 2003). Según Bar-On (1997) la IE es “una serie de habilidades no-cognitivas, emocionales, personales y sociales que influyen en la capacidad individual para afrontar con eficacia las presiones y requerimientos del entorno” (p. 14). 20 A partir de aquí se ha diversificado el concepto de IE. Un análisis exhaustivo de la literatura existente respecto de las definiciones que se han dado con posterioridad, permite concluir que las habilidades integrantes del concepto de IE son muy numerosas y diversificadas (Sánchez Núñez y Hume Figueroa, 2004). La discusión sobre el constructo de IE sigue estando abierta (Bisquerra, 2003). Sin embargo, pueden encontrarse aspectos comunes en todas ellas entendiéndola como: la capacidad de identificar, comprender y discriminar nuestras propias emociones y las de los demás (autoconocimiento y autoconfianza), la capacidad de manejar y regular esas emociones (autorregulación y motivación) y la capacidad de utilizarlas de forma adaptativa (empatía y habilidades sociales) (Candela, Barberá, Ramos y Sarrió, 2001).

Estos tres elementos, con sus respectivas competencias, parecen ser el eje central de las definiciones y teorías desarrolladas en la actualidad para explicar la IE, y el referente inmediato para cualquier programa de intervención dirigido a mejorar la gestión inteligente de nuestras emociones (Caballero, 2009). En la actualidad, diferentes disciplinas como la Psicología, Pedagogía, Educación y la Medicina, abarcan el concepto de inteligencia, enriquecida por el concepto de inteligencias múltiples y destacan la necesidad de aplicar la IE en cada uno de sus ámbitos.