



INTELIGENCIA EMOCIONAL: ESTUDIANDO OTRAS PERSPECTIVAS

*María Caridad García*¹



Colombia

Sentada en un pequeño café de una ciudad cualquiera intento, por quinta o sexta vez, iniciar un artículo que quiero escribir sobre Inteligencia Emocional (IE). El proceso se supone es muy simple, quiero escribir una reseña teórica acerca de uno de los modelos actuales de IE y desarrollar algunas implicaciones educativas; así que, habiendo leído múltiples artículos al respecto y teniendo toda la información pertinente (incluyendo la estructura y los diferentes diagramas, conceptuales) me dispongo comenzar a escribir.

Pero algo pasa, por un lado, las ideas no fluyen fácilmente; además, cada vez que termino dos o tres párrafos, me encuentro como bloqueada y no soy capaz de escribir más (bueno, sí soy capaz de escribir más, pero la sensación que me genera lo que escribo no me hace revisar de nuevo lo que estoy escribiendo). Finalmente, decido cambiar de estilo al escribir; dejando de lado el estilo original (que era totalmente académico y objetivo) y curiosamente las ideas comienzan a fluir más fácilmente y mis sensaciones frente a lo que escribo, son diferentes.

A partir de la anterior experiencia surge un interrogante ¿qué mecanismos estaban mediando el proceso de escribir este artículo? A simple vista se podría pensar que escribir implica una labor mental puramente cognitiva: codificar proposiciones y conceptos, enlazar ideas alrededor de tesis fundamentales, argumentarlas y exponer las derivadas de éstas. Sin embargo, otro tipo de procesos mentales estaban (y están) teniendo lugar al momento de escribir este artículo. Particularmente me llama la

atención el papel y la relación que hay entre las emociones y el afecto en la resolución de problemas cotidianos (como por ejemplo, escribir un artículo para una revista).

El concepto IE aparece en el panorama académico como una opción para resolver dichos interrogantes. Es así como este constructo relaciona las funciones cognitivas en el ser humano con las funciones afectivas, y describe como emociones y cognición se combinan, realizan operaciones mentales más sofisticadas que aquellas que serían capaces de ejecutar separadamente, capitalizando y optimizando el procesamiento de la información (Mayer, 2001; Mayer y Salovey, 1990). Esto en últimas, facilita la adaptación de los individuos al medio que los rodea.

MODELOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

En la última década, y en parte por el éxito en ventas del libro "Inteligencia Emocional", escrito por Daniel Goleman en 1995, el concepto IE despertó el interés en diferentes áreas de nuestra sociedad, pues se ha difundido la idea de que ésta puede ser un factor determinante para lograr el éxito en la vida (Mayer, Salovey y Caruso 2000^a). No es extraño encontrarnos con padres que, al momento de decidir en que colegio van a estudiar sus hijos, toman en cuenta si el colegio busca desarrollar la IE de sus hijos, o con docentes y directivas que buscan desarrollar estrategias educativas orientadas a fortalecer el desarrollo de dicha inteligencia.

¹ María Caridad García. Magíster en Currículo y Enseñanza de estudiantes Superdotados y Talentosos de La Universidad de Houston. En la actualidad es docente de tiempo completo en la Pontificia Universidad Javeriana y Docente de Cátedra en La Universidad de los Andes, Bogotá-Colombia.

En la actualidad es posible identificar al menos dos modelos básicos de IE: Los modelos mixtos y los modelos de habilidades² (Mayer y Salovey 2000^a). En los modelos mixtos (e.g., Goleman o Barn-On), la IE incluye una mezcla de habilidades, actitudes y disposiciones de personalidad que permiten al individuo relacionarse con el mundo (los demás seres humanos y consigo mismo) de una manera emocionalmente inteligente. En contraste, los modelos de Habilidades (e.g., Mayer y Salovey) explican la IE en términos de habilidades mentales sin necesidad de recurrir a constructos más difusos, como temperamento o personalidad.

En general, el constructo IE hace referencia al conjunto de habilidades que contribuyen a la identificación, evaluación, expresión y regulación de las emociones; así como, la canalización de la afectividad para motivar, planear y facilitar los procesos de pensamiento y la resolución de problemas (Mayer y Salovey 1997). Es así como este concepto se constituye en el vínculo entre el sistema cognitivo y afectivo en los seres humanos.

Las próximas páginas van a estar centradas en el modelo de IE desarrollado por Peter Salovey y Jhon D. Mayer. Existen varias razones que me llevan a centrarme en este modelo; la primera es que este modelo es la base de los modelos contemporáneos de IE; es así, propuestas desarrolladas por autores como Goleman encuentran sus raíces en los primeros artículos desarrollados por Mayer y Salovey (Mayer, Salovey y Caruso 2000^a).

Por otra parte, este modelo cuenta con una gran validez empírica dado que ha sido desarrollado con base en múltiples investigaciones en el área de cognición y emoción³ y como modelo presenta buenos niveles de coherencia y consistencia teórico-conceptual. Asimismo, el modelo tiene una clara delimitación de las habilidades involucradas en IE, lo cual facilita su identificación en el aula de clase y su fortalecimiento en el ámbito educativo. Además, este modelo es compatible con los postulados fundamentales de la pedagogía conceptual y otros modelos pedagógicos en auge en el espacio académico. Finalmente, encuentro este modelo particularmente pertinente para el ambiente educativo, pues las habilidades incluidas en él se desarrollan a

través de la experiencia y son susceptibles de aprehenderse en el medio escolar.

El Modelo de Mayer y Salovey

Este modelo fue publicado por primera vez en 1990, y desde entonces los autores han refinado el modelo basados en investigaciones desarrolladas en la última década (Mayer y Salovey, 1997; Mayer, Salovey y Caruso, 2000^a). Originalmente, IE fue definida de acuerdo con las habilidades que permitían procesar y regular las emociones, pero los autores consideraron que dicha definición estaba incompleta, pues no tomaba en consideración el papel capitalizador de las emociones en los procesos de pensamiento (Mayer y Salovey, 1997).

Existen tres elementos fundamentales que es importante entender en este modelo: El concepto general de IE, la naturaleza de las emociones y las habilidades mentales involucradas en IE.

¿Qué es la inteligencia emocional?

El constructo desarrollado por Mayer y Salovey pudo ser llamado competencias emocionales⁴; sin embargo, prefirieron llamarlo Inteligencia Emocional, dado su interés en vincularlo con la literatura desarrollada alrededor de la Inteligencia (1993). Ellos entienden inteligencia como “el agregado o capacidad global del individuo para actuar frente a un propósito, pensar racionalmente y manejar efectivamente su medio ambiente (Wechsler, en Mayer y Salovey, 1990 p.186). Estas habilidades pueden ser divididas en tres diferentes tipos de inteligencias: la primera incluye habilidades de pensamiento abstracto, verbal y analítico; la segunda, consiste en habilidades mecánicas, viso-espaciales y sintéticas; la tercera, involucra habilidades prácticas y sociales (Thorndike, en Mayer y Geher, 1996).

Este modelo describe la IE como un tipo de inteligencia social. Este concepto se superpone con el concepto de Inteligencia Personal propuesto por Howard Gardner (Mayer y Salovey, 1993); sin embargo, no es idéntico a éste, pues excluye las habilidades de interacción social y el sentido del yo⁵, elementos tomados en cuenta por Gardner en su

² Ability models and mixed models

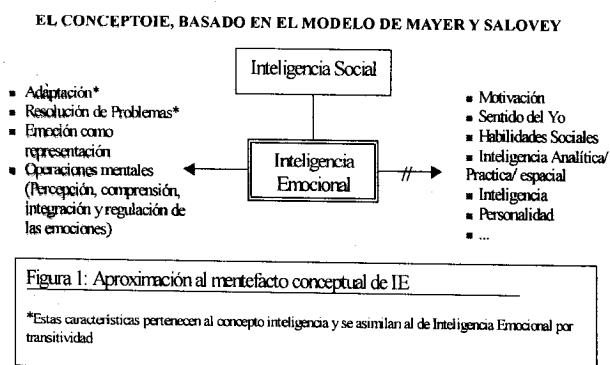
³ Para acceder a estas investigaciones recomiendo revisar directamente los artículos teóricos de Mayer y Salovey, así como las investigaciones que utilizan para sustentar su modelo.

⁴ Emotional competences

definición de Inteligencia Personal (1986).

Como hice notar anteriormente, La IE está caracterizada por un grupo de habilidades adaptativas que permiten el procesamiento efectivo de información emocional y la canalización de estados o experiencias emocionales como un elemento que impulsa, capitaliza y optimiza los procesos de pensamiento. El núcleo de este modelo, en contraste con otros (e.g., Goleman y Barn-on), son los procesos mentales subyacentes a la comprensión, regulación y optimización de las emociones y no las emociones en sí mismas, ni en el contenido de éstas (Eptsein, 1999).

Finalmente, Mayer y Salovey diferencian el concepto de IE de otros relacionados con éste; por ejemplo, en sentido del yo, la apreciación⁶ de los otros, que son parte de la definición de Inteligencia Personal de Howard Gardner (1986) o las habilidades sociales y el análisis social que son elementos fundamentales en el modelo de IE desarrollado por David Goleman (1995). En la Figura 1 se puede observar un resumen grafico del concepto Inteligencia Emocional desde la perspectiva de Mayer y Salovey.



Emociones como Representaciones Mentales

No existe un consenso entre los diferentes investigadores sobre como definir emoción y la naturaleza de éstas (Eckman y Davison, 1994). Por esto es importante definir lo que los autores entienden por emoción. Como afirmé anteriormente, para Mayer y Salovey, las emociones son más que reacciones viscerales y estados senso-preceptuales. Ellos ven las emociones como respuestas organizadas a través de los límites de los subsistemas psicológicos, incluyendo el sistema cognitivo, motivacional y fisiológico (Mayer y Salovey, 1990). Adicionalmente

ellos piensan que las emociones son en sí mismas información que puede y tiene que ser procesada por la mente (Mayer, 2000). Para ilustrar esta idea podemos recordar la situación que planteaba al iniciar este artículo. Mientras comenzaba a escribir este artículo diferentes estados emocionales se estaban generando en mí. Estas emociones, además de ser reacciones propioceptivas frente a un estímulo determinado (el escribir), se constituyeron en una información relevante que indicaba que el proceso de escritura estaba fallando en alguna parte; esta información resultó vital para poder cambiar mi estilo de escritura y así poder continuar resolviendo el problema que tenía en mi mente (escribir un artículo sobre inteligencia emocional).

Recapitulando: las emociones, que tradicionalmente han sido entendidas como puramente afectivas en su naturaleza, en este modelo se consideran representaciones mentales. En otras palabras, las emociones tienen significado y este significado es útil y esencial para darle sentido a las experiencias que se están viviendo; en la misma forma que otras representaciones mentales, codificadas en nuestras estructuras mentales, son utilizadas para entender el mundo que nos rodea. En ese sentido podemos decir que las emociones en alguna medida son instrumentos de conocimiento en términos de la pedagogía conceptual.

Es importante anotar, que Mayer y Salovey no han desarrollado la idea de afecto como información; sin embargo, es posible identificar múltiples investigaciones y literatura que analizan este punto con mayor precisión⁷.

Operaciones mentales (Habilidades Mentales)

Mayer y Salovey han identificado cuatro ramas de habilidades que describen los diferentes procesos involucrados en la IE. La figura 2 reproduce las principales habilidades y sub-habilidades que los autores han identificado a través de sus investigaciones.

Es importante agregar que los autores han identificado empíricamente que IE se desarrolla con la edad y experiencia (de la misma forma que otras inteligencias); estos hallazgos se encuentran reflejados

⁵ Sense of self

⁶ appraisal

⁷ Para esto recomiendo la lectura de Clore, Gasper y Garvin (2001) que desarrollan las principales proposiciones de los modelos psicológicos que entienden las emociones como informaciones.

en la figura dos donde a la izquierda del gráfico están ubicadas las habilidades que a su criterio son catalogadas como más simples y, a medida que nos acercamos a la derecha del gráfico, ellos nos presentan las habilidades que implican mayor complejidad de pensamiento y desarrollo (Mayer, Salovey y Causo 2000b).

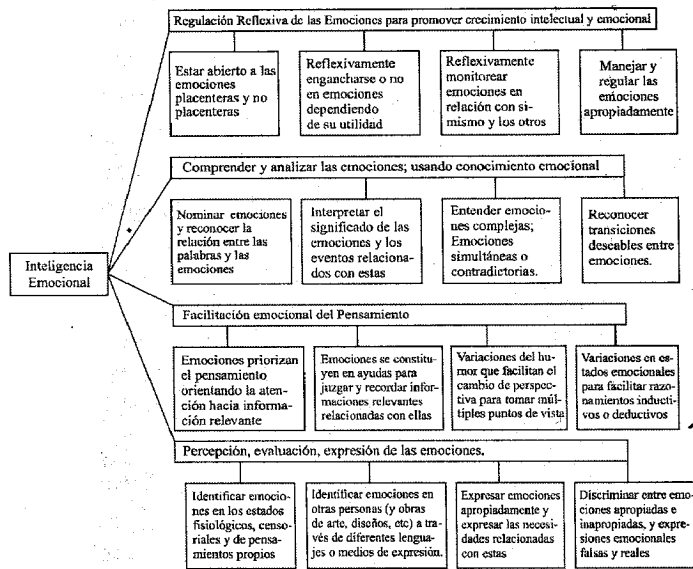


Figura 2. Principales habilidades involucradas en IE (traducción de Mayer & Salovey, 1997)

Mayer y Salovey organizan en su modelo dichas habilidades identificando cómo es procesada la información emocional y cómo ésta afecta los procesos de pensamiento.

Percepción, evaluación, expresión de las emociones

El procesamiento de las emociones, como información, comienza con la percepción de las emociones propias y de las emociones de los otros (Mayer y Gleen, 1996; Mayer 2001). Es posible inferir que la información emocional esté determinada por los mismos procesos que cualquier otra representación mental; es así como, en alguna medida, investigaciones y modelos explicativos en esta área pueden ser transferidos al estudio de las emociones como representaciones mentales. Por ejemplo, si quisiéramos explicar la situación planteada en al comienzo del artículo, podríamos decir que mi mente recibió una información proveniente del aparato propioceptivo; esta información, para poder ser comprendida, tuvo que pasar por el proceso de reconocimiento de patrones⁸, en el cual dicha información es comparada con esquemas mentales que permiten interpretar las

sensaciones y que me permiten identificar que me siento incómoda con lo que estoy escribiendo.

Facilitación emocional del pensamiento

Después que la emoción es percibida, ésta puede facilitar el funcionamiento del sistema cognitivo. Por ejemplo, las emociones priorizan los problemas que se están procesando, añaden nuevas claves codificadoras⁹ a la información que se está incorporando a las estructuras mentales o facilita el pensamiento inductivo o deductivo (Mayer 2001). En otras palabras, la información emocional tiene un impacto en los procesos que se están desarrollando en la memoria.

Es posible ilustrar esta idea con la situación planteada inicialmente, cuando comencé a escribir este artículo, mis emociones frente a él eran claramente negativas, lo que hacía que me detuviera frecuentemente a revisar lo que había escrito y focalizarme en los detalles del artículo. Se ha encontrado en diferentes investigaciones (Mayer y Salovey, 1997), que emociones negativas tienden a favorecer este tipo de pensamiento; es así como mi estado de ánimo (generado por el proceso de escritura) favoreció un pensamiento focalizado y detallista, en contraste con un pensamiento globalista que no me hubiera permitido descubrir cuál era el detalle del artículo (el estilo) que no me permitía continuar fluidamente.

Análisis y comprensión de las emociones

Como se expuso anteriormente, las emociones son representativas. Mayer y Salovey formulan la hipótesis de que existen procesos mentales especializados en comprender, abstraer y razonar sobre la información emocional (Mayer 2001). Representaciones emocionales están también integradas a nuestras estructuras cognitivas. Sin embargo, no es claro el mecanismo por el cual las emociones son asimiladas en los esquemas mentales y si este proceso es completamente análogo al de la asimilación de cualquier otra información en las representaciones mentales.

Volviendo a la situación inicial, es posible inferir que dentro de mis estructuras mentales hay un esquema que me permite interpretar la información emocional y que me permite analizar, por ejemplo, si me sentí mal escribiendo, por que no quería escribir, o por qué no sabía del tema o por qué el estilo en el cua

⁸ Pattern recognition

⁹ Encoding Cues

estaba escribiendo no era apropiado para los objetivos de la revista para la cual escribía el artículo.

Regulación reflexiva de las emociones

La última rama de habilidades involucradas en la IE, es los procesos reguladores de las emociones. Mayer (2000) resalta la importancia de estas habilidades porque dado que las emociones son informativas por naturaleza, abrirnos a éstas va a incrementar nuestro conocimiento del mundo que nos rodea. Muchos de los procesos involucrados en IE son automáticos y como tal la persona no es consciente de ellas; sin embargo, una habilidad vital en la IE es ser capaz de manejar las emociones para así capitalizarlas. Un elemento importante que facilita este proceso es el conocimiento que la persona tenga sobre sus propias emociones (Mayer 2001).

Mayer, Salovey y Hsee (1993) identificaron dos precursores en los procesos emocionales autorreguladores: una predisposición positiva a involucrarse en procesos autorreguladores y el interés por desarrollar comportamientos y estrategias orientadas a manipular nuestros propios sentimientos. Estos dos precursores son consistentes con los identificados por Bandura en su teoría de autorregulación de aprendizaje (Hamilton y Gárrala 1994). Es posible que elementos de este modelo puedan ser incorporados en el modelo de IE, más aún teniendo en cuenta que en las últimas décadas se han desarrollado exitosamente múltiples implicaciones y estrategias educativas para desarrollar procesos autorreguladores en los estudiantes.

En la situación planteada al comienzo del artículo es posible identificar cómo el conocimiento que una persona tenga sobre sí misma puede facilitar los procesos autorreguladores. Durante los dos últimos años una de mis actividades principales como estudiante de postgrado, ha sido leer y escribir artículos, reseñas y trabajos en general. Esta experiencia me ha permitido conocerme como estudiante (y escritora) y me ha permitido identificar diferentes emociones que dichas actividades me generan. Durante ese proceso también he aprendido algunas estrategias que me permiten cambiar mis estados de ánimo cuando éstos interfieren en mi trabajo (no siempre funcionan). En este caso la forma de cambiar mi estado de ánimo fue ponerme de pie, dar una vuelta por el café, pedir un té y tomármelo con calma antes de continuar con el trabajo y, posteriormente cambiar el estilo del

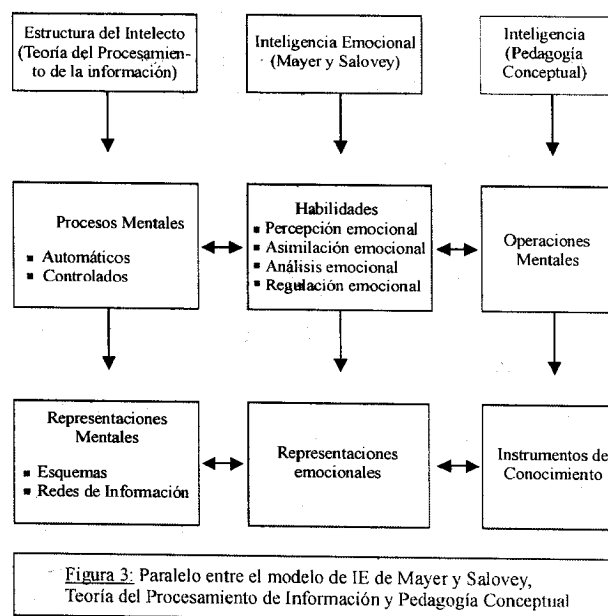
artículo.

Es importante anotar, antes de concluir esta sección, que el modelo de Mayer y Salovey es un modelo joven e incipiente y apenas tiene una década de haber sido difundido en el medio académico. Aun quedan muchas preguntas sin resolver sobre los mecanismos involucrados en la IE, la naturaleza de las representaciones emocionales y la relación de esta inteligencia con otras y con procesos intelectuales no involucrados en ella directamente.

CONCLUSIONES E IMPLICACIONES EDUCATIVAS

Después de exponer el modelo de IE de Mayer y Salovey, es importante resaltar algunos puntos.

Para comenzar, existe un paralelo entre dicha propuesta de EI y las propuestas desarrolladas por la teoría del procesamiento de información (TPI) y el modelo de inteligencia propuesto por la pedagogía conceptual. En los tres modelos se encuentra que las estructuras básicas que confirman la inteligencia (o las inteligencias) son los procesos mentales y las representaciones mentales. Vale la pena evaluar la compatibilidad de dichos modelos y cómo pueden enriquecerse entre sí.



En la figura 3 se puede observar algunos elementos paralelos de dichos modelos.

Asimismo, se puede identificar otro punto de intersección entre IE y TPI dado que en IE se puede identificar procesos automatizados y procesos controlados que permiten el procesamiento de la

información emocional. En esta medida, las investigaciones en el área de procesos de control (e.g., autorregulación de las emociones y análisis emocional) y automatización (percepción e incorporación de las emociones a las estructuras mentales) puede ser enriquecedora para el modelo de IE, dado que ellas cuentan con un alto desarrollo investigativo así como de instrumentos de evaluación desarrollados.

A partir del análisis teórico, modelo expuesto anteriormente, se puede formular algunas implicaciones educativas:

Primero, es importante tener en mente que es posible fortalecer y desarrollar IE dado que ésta está conformada por habilidades y representaciones mentales, las cuales se desarrollan a través de la experiencia y la interacción con el medio, los otros y consigo mismo. Por tanto, es importante como docentes, comenzar a identificar el tipo de experiencias que son más apropiadas para fortalecer el desarrollo de la IE.

Por otra parte, impulsar en los estudiantes la necesidad de conocerse y de identificar sus propias emociones y las de los demás. Para esto es importante demostrarles la importancia y el papel de la IE en su vida cotidiana y cómo ésta es una ventaja para adaptarse en el mundo contemporáneo.

Además, desarrollar estrategias que permitan, no sólo la identificación de las emociones, sino también la interpretación de éstas. De poco le sirve al ser humano el darse cuenta de que tiene emociones, si éstas no se constituyen en información que la mente puede procesar de manera constructiva.

Finalmente, enseñar al estudiante estrategias para regular sus emociones de modo que puedan aprovecharlas conscientemente, y alterarlas en el momento que ellas se constituyan en una barrera para su adaptación al medio en que se desenvuelve.

Para concluir, aún queda mucho por investigar y proponer alrededor del desarrollo de la Inteligencia Emocional en el aula de clase; por tanto invito a los docentes e investigadores interesados en esta área a iniciar el proceso de investigación y transferencia de modelos como éste al aula de clase. El desarrollo integral de los estudiantes es una prioridad en la sociedad contemporánea, en la cual el paso por la escuela es sólo el comienzo del proceso de aprendizaje que el estudiante tendrá que realizar autónomamente en aras de desarrollarse plenamente

como persona. En nuestras manos está el dotarlos de las herramientas necesarias para desarrollar exitosamente ese proceso.

Referencias

- Clore, G. L., Gasper, K., & Garvin, E. (2001). Affect as Information]. In J. P. Forgas (Ed.), Handbook of Affect and Social Cognition (pp. 121-144). London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Eckman, P., & Davison, R. J. (1994). P. Eckman & R. J. Davison (Eds.), La naturaleza de las emociones [The Nature of Emotion; Fundamental Questions.] Oxford: Oxford University Press.
- Eptsein, R. (1999). Entrevista con Jhon Mayer. Psychology Today, 32(4), 20. Retrieved February 2001 from the World Wide Web: <http://equi.org/mayer2.htm>
- Garner, H. (1986) Estructuras de la Mente. Teoría de las Múltiples Inteligencias Paidós: Barcelona
- Goleman, D (1995) Inteligencia Emocional.
- Mayer, J. D. (2001). Emotion, Intelligence and Emotional Intelligence. In J. P. Forgas (Ed.), Handbook of Affect and Social Cognition (pp. 410-422). London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Mayer, J. D., & Gleen, G. (1996). Intelligence, 22, 89-113.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 9(3), 185-211.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of Emotional Intelligence. Intelligence, 17, 433-442.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is Emotional Intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), Emotional Development and Emotional Intelligence; Implications for Educators (pp. 3-31). New York: Harper Collins.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000a). Models of Emotional Intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.), Handbook of Intelligence (pp. 396-419). New York: Cambridge University Press.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000b). Emotional Intelligence Meets Traditional Standards for an Intelligence. Intelligence, 27(4), 267-298.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Hsee, C. K. (1993). Emotion Intelligence and the Self-Regulation of Affect. In D. M. Wagner & J. W. Pennebaker (Eds.), Handbook of Mental Control (pp. 258-277). Englewood Cliffs: Prentice-Hall.