

La inteligencia emocional: un componente esencial en el ser y quehacer docente

Hugo Manuel Gómez Márquez

Ser inteligente en nuestros días no es una opción, es una necesidad que surge de la misma interioridad e intencionalidad del ser humano.

En la actualidad se habla mucho de habilidades directivas, las cuales pueden definirse como aquellas competencias necesarias para manejar la propia vida así como las relaciones con otros. En vista del impacto que han tenido en los diferentes ámbitos, surge la necesidad de trasladarlas a la práctica docente, pues dirigir es una de las funciones básicas del docente. En este artículo haré referencia a una de las habilidades que sugiere Madrigal (2009) al referirse al directivo: la inteligencia emocional, la cual es el pórtico que dará paso a la comunicación, la administración del tiempo, la creatividad, la toma de decisiones, el trabajo en equipo, el manejo de conflictos, el liderazgo, la negociación, la motivación y las habilidades del pensamiento; cada una de estas habilidades requiere un estudio profundo y bien definido para su apropiación en la práctica docente.

No podemos negar que uno de los aciertos de mayor impacto en la actualidad tiene que ver con el concepto y el desarrollo de la inteligencia emocional, el cual, independientemente del impacto mercadológico que ha tenido gracias a la publicidad, tiene una repercusión profunda a nivel de personalidad y crecimiento, sobre todo si analizamos el contexto globalizado y despersonalizado por el que la humanidad desde hace un tiempo ha venido atravesando, pues ahora más que nunca hay facilidades para todo, lo que provoca que las personas cada día más vivamos en la inmediatez y el pragmatismo sin compromiso, pero sobre todo que hagamos un uso exacerbado de nuestras emociones sin filtro; esto quiere decir que vivimos en una cultura hedonista, que gusta de experimentar el mayor placer al menor costo, pero sin reconocer qué es lo que en realidad se siente-experimenta.

Debemos partir de la afirmación de que las emociones también se educan, es necesario mencionar que en la actualidad, cuando se habla de educación, se adjunta como calificativo el término “integral”, y el docente en ocasiones hace alarde de formar de manera integral a sus alumnos, pero pocas ocasiones se cuestiona sobre la propia formación integral, pues nadie puede dar lo que no tiene y nadie puede tener algo que no ha trabajado, o peor aún, nadie puede tener algo que no cono-

ce. Por ello, es necesario que sea el propio docente quien comience a trabajar desde su propia integridad, que se reconozca como un sujeto abierto a las posibilidades, conformado por tres constitutivos esenciales, mismos que la antropología filosófica ha determinado denominar: físico, psíquico y espiritual. Una vez que el docente no pierda de vista su esencia de ser persona, se podrá hablar de docentes emocionalmente inteligentes, que se permitan sentir y dejar sentir, sin ser impactados de tal manera que su vida y práctica pierdan las coordenadas.

Pero, ¿cómo impacta la inteligencia emocional en la práctica docente? Para poder responder esta interrogante debemos partir de lo que se entiende por inteligencia emocional: “Es la habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones propias y de los demás” (Mayer y Salovey, 1997, tomado de Fernández y Extremera, 2005). A partir de la definición es posible entender su impacto en la práctica docente, pues en la medida en la que el actor educativo sea capaz de reconocer y reconocerse, estará posibilitado para poder sobrellevar de manera eficaz todas las implicaciones que se desprenden de su práctica.

La inteligencia emocional tiene una amplia gama de aplicaciones y direcciones, ya que el ser humano desde el mismo desarrollo límbico como parte evolutiva tiende a permear cada una de sus relaciones con una emoción diferente, ya sea agradable o negativa, pero a final de cuentas emoción.

Para poder especificar un poco más hacia qué áreas el docente debe dirigir su mirada al momento de trabajar desde su propia inteligencia emocional, tomaré como base las habilidades que proponen Mayer y Salovey (1997) en su modelo (citados por Cabello *et al.* 2010), en donde plantean:

1. *Percepción, evaluación y expresión de emociones*: el sujeto será capaz de correlacionar los síntomas físicos y los elementos cognitivos que surgen en la diversas emociones personales y ajenas, lo cual de fondo maneja algunas competencias: autoconocimiento, empatía y autoactualización.
2. *La emoción como facilitadora del pensamiento*: debe considerarse cómo cada emoción influye sobre nuestro pensamiento y nuestra forma de procesar la información; también en esta habilidad será necesario manejar competencias como la autoconsideración, la independencia, el control impulsivo, el manejo de estrés y la solución de problemas.
3. *Conocimiento emocional*: habilidad para etiquetar las emociones (ponerles nombre), relacionarlas con su significado y ubicar las emociones principales de las secundarias. Es necesario dirigir la mirada hacia dos competencias en específico: flexibilidad y validación.
4. *Regulación de las emociones*: es una de las habilidades más complejas, ya que implica las tres anteriores para poder hacer un buen reconocimiento y uso de las emociones propias y ajenas. Aquí se puede hablar de dos competencias cruciales en el desarrollo emocional: la reflexión y la asertividad.

En la medida en que el docente trabaje esas habilidades podrá observar la propia práctica desde una óptica diferente. Es importante mencionar que no es factible que el contexto sea cambiado, pero sí la forma en la que se percibe ese contexto y en la que se le enfrente. Así, podemos hablar de salud mental del docente y, por ende, de docentes inteligentes.

La mayoría de las investigaciones realizadas en el campo de la inteligencia emocional del profesorado coinciden al concluir que la capacidad para identificar, comprender y regular las emociones es fundamental entre el profesorado, ya que estas habilidades van a influir en los procesos de aprendizaje, en la salud física, en la calidad de las relaciones interpersonales y en el rendimiento académico y laboral (Cabello *et al.*, 2010).

Es un hecho que los docentes con una mayor capacidad para identificar, comprender, regular y pensar sus emociones inteligentemente tendrán más recursos para conseguir alumnos emocionalmente más preparados y para afrontar mejor los eventos estresantes que surgen con frecuencia en el contexto educativo. A raíz de la afirmación anterior surge el imperativo categórico de manera analógica a lo propuesto por Emmanuel Kant en su *Crítica de la razón práctica*: “Actúa de tal manera que el común de tus acciones sean manifestación de un ser emocionalmente inteligente”.

Fuentes de consulta

- Cabello, R., Ruiz-Aranda, D. y Fernández-Berrocal, P. (2010). Docentes emocionalmente inteligentes. *REIFOP*, 13(1), obtenido de <http://www.aufop.com>.
- Extremera, N., Fernández Berrocal, P. y Durán A. (2003). Inteligencia emocional y burnout en profesores. *Encuentros en Psicología Social*, 1, 260-265.
- Fernández Berrocal, P. y Extremera Pacheco, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación de Profesorado*, 19(3), pp. 63-93.
- Madrigal Torres, B.E. (2009). *Habilidades directivas*. México: McGraw Hill.

Imagen tomada de <http://psyciencia.com/wp-content/uploads/2013/03/inteligencia-emocional31.jpg>. Consultada el 7 de abril de 2013.

