

INTELIGENCIA EMOCIONAL E INTELIGENCIA RACIONAL: CONCEPTOS COMPLEMENTARIOS

Zenteno Duran María Elena

Docente Facultad de Humanidades. Universidad Juan Misael Saracho

Dirección para correspondencia: María Elena Zenteno Duran, calle Delfín Pino N° 1422 Tarija, Bolivia.
Correo electrónico: malena570@hotmail.com

Hasta hace unos años atrás se pensaba que solo existía la inteligencia racional, y se la medía a través de los test de inteligencia, los cuales daban como resultado el coeficiente intelectual de la persona. Mayer y Salovey, en la década de los ochenta, cuestionaron el concepto y plantearon que los modelos tradicionales no eran suficientes para explicar las destrezas, habilidades y en general el comportamiento de las personas en sociedad e introdujeron por primera vez el término de "inteligencia emocional".

A partir del año 1995, el concepto de inteligencia emocional fue popularizado por Daniel Goleman, Psicólogo estadounidense, quién comenzó a escribir columnas periodísticas y finalmente en 1999 publicó el libro titulado "La Inteligencia Emocional", en el cual realiza un compendio de las investigaciones y enfoques existentes, ampliando la definición con nuevos rasgos y cualidades que dieron lugar a distintos modelos.

Según Goleman, (1999), la inteligencia emocional es la capacidad para reconocer sentimientos en uno mismo y en los demás, y además saber "gestionarlos" en nuestra vida cotidiana o profesional. De acuerdo con los estudiosos de la materia, la inteligencia emocional se basa en cinco principios o competencias: el conocimiento de las propias emociones, la capacidad de controlarlas, la capacidad de motivación propia, la empatía o reconocimiento de las emociones ajenas y el control y la habilidad en la gestión de esas relaciones.

Por otro lado Goleman, (1999), menciona que las personas desarrolladas emocionalmente, disfrutan de una situación más ventajosa en todos los órdenes de la vida; suelen sentirse más satisfechas, son más eficientes y más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad. Las emociones son muy importantes para el ejercicio de la razón; entre el sentir y el pensar la emoción guía nuestras decisiones, excepto cuando éstas se desbordan y el cerebro emocional asume el control completo de la situación. En cierta manera, tenemos dos cerebros y dos tipos de inteligencia: la racional y la emocional, y al final, nuestra forma de proceder queda determinada por ambas.

A su vez la inteligencia racional se define como la capacidad de entender, asimilar, elaborar información y utilizarla para

resolver problemas. Este tipo de inteligencia parece estar ligada a otras funciones mentales como la percepción, o capacidad de recibir información, y la memoria, o capacidad de almacenarla.

Sánchez, (2000), citando a Goleman (1999), asevera que las condiciones intelectuales no son la única garantía de éxito en el ámbito profesional del trabajo, sino tan solo un factor, que unido a las necesidades emocionales cubiertas del personal como equipo, desarrollará el desempeño y los resultados de todo líder y trabajador motivándolo emocionalmente a ser productivo.

"Ambos tipos de inteligencia son importantes... El Coeficiente Intelectual contribuye, en el mejor de los casos, al 20 % de los factores que determinan al éxito en la vida. Eso deja el 80% para todo lo demás" (Goleman, 1999).

En estos tiempos se habla mucho de inteligencia emocional, pero sabemos realmente ¿qué es y para qué sirve? Para responder estas preguntas es importante definir a la inteligencia emocional como la habilidad para comprender emociones y equilibrarlas, de tal manera que podamos utilizarlas para guiar nuestra conducta y nuestros procesos de pensamiento, con el objetivo de obtener mejores resultados. El desarrollo de la inteligencia emocional genera habilidades internas de autoconocimiento, como conciencia propia, motivación y gestión emocional que engloba aptitudes relacionadas con la popularidad, el liderazgo y la eficacia interpersonal. Ser emocionalmente inteligente supone una serie de beneficios en aspectos muy diferentes del ser humano que tienen su reflejo en ámbitos tan distintos como los estudios, el desempeño laboral o las relaciones familiares y en pareja.

Algunas veces nos preguntamos: ¿Por qué un alumno, en ocasiones el más "inteligente" de la clase, no tiene el mismo éxito en su trabajo? O por el contrario las personas menos inteligentes, parecen que tuvieran un don para alcanzar mayor éxito en su vida profesional. Es decir ¿por qué algunas personas son más capaces para enfrentar contratiempos obstáculos y tienen una manera diferente de encarar las dificultades?

La inteligencia "académica" no es suficiente para alcanzar

el éxito profesional. El cociente intelectual no forma parte del equilibrio emocional y los mejores profesionales no son necesariamente los más "inteligentes". Los que triunfan y permanecen en cualquier ámbito social son los que conocen sus emociones y saben cómo manejarlas.

Al igual que con el "cociente intelectual", cada una de estas concepciones alternativas de la inteligencia ha sido objeto de críticas. Los escépticos de la "inteligencia emocional" señalan que los estudios científicos no han logrado encontrar un vínculo convincente entre un aumento de la autoestima y un mejor rendimiento académico. A diferencia de lo que ocurre con los test que miden el cociente intelectual, no existe ninguna referencia capaz de determinar el "grado de inteligencia emocional". Si, se sabe que en sus rasgos más sobresalientes difiere ligeramente entre mujeres y hombres. En cualquier caso está claro que cualquier persona es el resultado de la combinación en distintas proporciones entre el cociente intelectual y la inteligencia emocional.

En muchas ocasiones las personas más inteligentes pueden verse envuelta en los peligros de pasiones desenfrenadas o impulsos incontrolables. Pero existen otros factores como la capacidad para motivarse y enfrentarse a estas decepciones, controlar ciertos impulsos, regular el humor, en cierto modo evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar de mostrar empatía, etc. que en otras palabras se constituyen en una inteligencia distinta a la racional y que influye significativamente en el desempeño de la vida.

El coeficiente intelectual e inteligencia emocional no son conceptos opuestos sino más bien distintos. El perfil de cada uno difiere levemente en caso de hombres y mujeres.

Los hombres que poseen un elevado coeficiente intelectual se caracterizan por una amplia variedad de intereses y habilidades intelectuales. Es ambicioso y productivo, previsible y obstinado y no se preocupa por sí mismo. También tiene tendencia a ser crítico y condescendiente, fastidioso e inhibido, es inexpresivo e indiferente y emocionalmente afable y frío. En contraste, los hombres que tienen una inteligencia emocional elevada son socialmente equilibrados, sociables, y alegres, no son pusilánimes ni suelen pensar las cosas una y otra vez. Poseen una notable capacidad de compromiso con las personas o las causas, de asumir responsabilidades y de alcanzar una perspectiva ética; son solidarios y cuidadosos de las relaciones. Su vida emocional es rica y apropiada; se sienten cómodos con ellos mismos, con los demás.

Las mujeres que pertenecen exclusivamente al tipo de Cociente intelectual elevado tienen la seguridad intelectual esperada, expresan fluidamente sus ideas, valoran las cuestiones intelectuales y poseen una amplia variedad de intereses intelectuales y estéticos.

En contraste las mujeres emocionalmente inteligentes suelen

ser positivas y expresan sus sentimientos abiertamente, y se muestran positivas con respecto a ellas mismas, para ellas, la vida tiene significado. Al igual que los hombres, son sociables y expresan sus sentimientos de manera adecuada; se adaptan bien a la tensión.

Por supuesto todas estas descripciones son extremas; en todos nosotros hay una mezcla de CI e inteligencia emocional en diversos grados. Pero ofrecen una visión instructiva de lo que cada una de estas dimensiones agrega separadamente a las cualidades de una persona. En la medida en que una persona posee inteligencia cognitiva y también emocional, estas descripciones se funden en una sola. Sin embargo, de las dos, la inteligencia emocional añade muchas más de las cualidades que nos hacen más plenamente humanos. (Goleman, 1999).

Se considera a esta inteligencia (emocional) como la responsable de nuestra interacción con las personas que nos rodean, la gestora de nuestras emociones y la de otros, la que marca nuestra motivación y la que determina el autocontrol y nos permite mantener una actitud motivada para conseguir las metas trazadas. La inteligencia emocional es la pieza que determina el clima de una organización, cómo interactúan entre sí los empleados, cómo se apoyan unos a otros y como se levantan de un fracaso, hasta conseguir los resultados esperados, y lo que realmente da fuerza a esta y acaba determinando su éxito son las personas comprometidas que generan un clima de trabajo favorable.

Como conclusión, los conocimientos por sí solos no son suficientes para desenvolverse en la vida exitosamente. Es importante aplicarlos y encauzarlos de manera más adecuada con la inteligencia emocional de cada persona. Si bien no guarda relación con el coeficiente intelectual, pues son dos conceptos diferentes, mientras mayor sea el grado de conocimiento del sujeto más fácil le será a aplicar los conceptos de la inteligencia emocional, por lo tanto existe mayor garantía para alcanzar el éxito.

Gracias a esta inteligencia podemos tomar mejor conciencia de nuestras emociones, ser comprensivos con los demás es decir ser empáticos, pacientes y tolerar las presiones, frustraciones con las que lidiamos en nuestra sociedad dentro del trabajo y vida personal, ya sea con nuestra familia o con nuestros amigos, tener un auto-control de los impulsos e instintos, ver las cosas desde otra perspectiva.

En síntesis la inteligencia emocional nos ayuda a tener un mejor desarrollo personal nos permite interpretar y enfrentar los sentimientos de los demás, y lo que es más importante sentirnos satisfechos y ser eficaces en la vida a la vez crear hábitos mentales que favorezcan nuestra propia productividad.

BIBLIOGRAFIA

Goleman Daniel, (1999). La Inteligencia Emocional. S.A.,

Buenos Aires, Argentina.

Wolff W., (1953) La Inteligencia en Introducción a la Psicología.
Ediciones Fondo de cultura Económica, México.

Capponi Ricardo., (1987) Psicología de la Inteligencia

en Psicopatología y Semiología Psiquiátrica. Ediciones
Universitarias, Santiago-Chile.

Mata Molina F. y otros, (2000) Emocionalmente Inteligente.
Revista Calidad Empresarial. Edición Corporación Calidad.