

## EDITORIAL 2

### LA EDUCACION EMOCIONAL COMO INTEGRANTE DE LA FORMACION INTEGRAL UNA ALTERNATIVA PARA EL DESARROLLO HUMANO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA

Yuly Suárez Colorado\*

A lo largo de la historia de la psicología, en su afán por alcanzar la cientificidad a través de los laboratorios experimentales que permitirá la medición o cuantificación de los fenómenos, nació el profundo interés por el diseño de técnicas para el conocimiento del desarrollo intelectual observado claramente con Alfred Binet y otros, quienes comienzan en el arduo camino de la pruebas de inteligencia. Sin embargo Howard Gardner ofrece una importante contribución principalmente a la educación con la Teoría de la Inteligencia Múltiples, de esas siete iniciales inteligencias, los profesores Mayer y Salovey, en su tesis doctoral plantean un nuevo termino basado en las inteligencias intrapersonal e interpersonal, iniciándose una década que revolucionaria las organizaciones educativas u empresariales, quienes hasta ese momento priorizaban el Coeficiente intelectual en todas las dimensiones de los individuos, así también se convertiría en un nuevo constructo útil como alternativa para la explicación de fenómenos que afectaban a los individuos. Para 1995, Goleman popularizó el término con su obra *Intelligent Emotional*, hoy en día existen más de 200 modelos por los cuales se explica la IE, aun así los más aceptados por su solidez, teoría y psicométrica son el modelo de habilidad de Mayer y Salovey, el modelo de rasgos o mixtos de Reuven Bar-on<sup>1</sup>.

Al revisar los antecedentes investigativos de la IE (ver tabla. 1), se encuentra que la presencia de inteligencia emocional se asocian con el bienestar psicológico, salud mental, menor sintomatología depresiva y

ansiosa, menor tendencia a tener pensamiento intrusivos<sup>2</sup>, menor estrés<sup>3</sup>. De la misma manera diversos autores han propuesto a la IE como factor protector de conductas problemas como violencia, impulsividad, y el desajuste emocional<sup>4</sup>. Así también como factor protector contra conductas de riesgo para la salud, adicciones drogas, tabaco o alcohol<sup>5</sup>.

Tabla 1

AUTOR(ES)	CONCLUSIÓN
Suárez, Peñate y Crespo	La Inteligencia emocional en personas que viven con VIH mejora la calidad de vida, y suponen que puede ayudar a fortalecer el sistema inmunológico de los sujetos. El desarrollo de la Inteligencia Emocional permite la autorregulación de la personalidad y funciona como un potencial salutogénico <sup>6</sup> .
Ruiz-Aranda, Fernández-Berrocal, Cabello y Extremera.	Los autores concluyen que la inteligencia emocional juega un importante en el equilibrio psicológico y en el bienestar general del individuo <sup>7</sup> .
Limonero Fernández-castro, Tomas y Aradilla.	Los autores plantean que la IE modula la felicidad <sup>8</sup> .

\* Estudiante de psicología de la Universidad del Magdalena



Lo anterior expuesto deja reflejado la utilidad de la IE en la salud, al propiciar la calidad de vida, además de potenciar el desarrollo del ser humano, teniendo en cuenta que la salud integra no solo el componente físico, sino también psicológico y social, es decir que de manera holística otorga el bienestar (aumento de células CD4, estabilidad emocional, bienestar psicológico, mejoramiento de la relaciones sociales, etc.) funcionando como un factor protector ante aquellos elementos que afectan la salud, por tanto podría considerarse a la IE como un ingrediente que contribuye a la optimización de la calidad de vida, pues brinda al individuo satisfacción en cualquier contexto de interacción<sup>9</sup>. En este punto se despliega la importancia de la inteligencia emocional, lo fundamental que llegar a ser para la sociedad, aún más para las instituciones educativas pues favorece la formación de individuos dirigidos hacia el desarrollo generado por la calidad de vida y la salud integral.

No obstante la educación ha enfocado su atención en introducir el conocimiento de la ciencia, en desarrollar en los estudiantes las habilidades cognitivas, ignorando la dimensión afectiva-emocional, no sería extraño que no sea efectiva en el alcance de su objetivo principal, el cual es la formación de ciudadanos competentes para la sociedad<sup>10</sup>. La necesidad de la inclusión de la educación emocional a los currículos académicos ha sido de interés para países como Estados Unidos y Reunido quienes han comenzado a comprender que muy a pesar de estar en la lista de los 8 países más industrializados, ricos e influyentes, no tienen garantía de que sus ciudadanos estén satisfechos y felices, su interés los ha conducido a la implementación de la educación socio-emocional en instituciones públicas y privadas. Dejando atrás la concepción de que los aspectos emocionales y sociales se desarrollan en el interior de la familia, esta visión de la realidad se ha ampliado a la escuela y la sociedad<sup>11</sup>. La educación en emociones responde a las necesidades que la enseñanza ordinaria no puede atender, está fundamentada en el concepto de emoción, teorías de la emoción, la neurociencia, la psiconeuroinmunología, la teoría de las inteligencias múltiples, la inteligencia emocional, etc. El objetivo de la educación emocional es el desarrollo de competencias emocionales: conciencia emocional, regulación emocional, autogestión, inteligencia interpersonal,

habilidades de vida y bienestar, convirtiéndose en una competencia y herramienta básica para la vida<sup>12</sup>. El sistema educativo debería comenzar por autoevaluar el cumplimiento de sus funciones y el alcance de sus objetivos, enfocándose en el partimiento de una educación que conduzca al desarrollo humano y al mejoramiento de la calidad de vida de los habitantes de una sociedad activa y participativa.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Trujillo, M. y Rivas, L. Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *Revista de ciencias administrativas y sociales, INNOVAR* 2005; 15(25): 9-24
2. Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. La inteligencia emocional en el contexto educativo. Hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de educación* 2003; [septiembre-diciembre]. Disponible en <http://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=KOGHU6ETLcC&oi=fnd&pg=PA97&dq=extremera+y+berrocal+2003&ots=0OS9uKmilX&sig=GMjOnjOubSBraWbSYUcOMwBZI84#v=onepage&q=extremera%20y%20berrocal%202003&f=false>
3. Extremera, N., Duran, A. y Rey, L. Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement, y estrés en estudiantes universitarios. *Revista de educación* 2007; 342: 239-256.
4. Ruiz-Aranda, D., Fernández-Berrocal, P., Cabello, R. y Extremera, N. Inteligencia Emocional Percibida y Consumo de Tabaco y Alcohol en Adolescentes. *Ansiedad y estrés* 2006; 12 (2-3): 223-230.
5. Suárez, D., Peñate, A. y Crespo, Y. La Inteligencia Emocional en Personas que Viven con VIH. *Duazary* 2009; 6 (1): 10-24.
6. Ruiz-Aranda, D., Fernández-Berrocal, P., Cabello, R. y Extremera, N. Inteligencia emocional y depresión en una muestra italiana. *Interpsiquis, 6º Congreso Virtual de Psiquiatría* 2005; [1 febrero-28 febrero]. Disponible en [http://emotional.intelligence.uma.es/pdfs/desiree%20et%20al.,%20\(2005\).pdf](http://emotional.intelligence.uma.es/pdfs/desiree%20et%20al.,%20(2005).pdf)
7. Limonero Fernández-castro, Tomas y Aradilla. Relación entre inteligencia emocional percibida, estrategias de afrontamiento, y felicidad. En : Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., Palomera, R., Ruiz-Aranda, D., Salguero, J., y Cabello, R. Avances en el estudio de la inteligencia emocional, I Congreso Internacional de Inteligencia Emocional. España: Fundación Marcelino Botín; 2009. 267-283



8. Coelho, A. y Coelho, L. Dimensiones de la vida y desarrollo humano. Fundación calidad de vida. Brasil: Fortalezas; 1999.
9. Garrido, M. y Repetto, E. Estado de la investigación en España sobre inteligencia emocional en el ámbito educativo. *Revista electrónica de investigación psicoeducativa* 2008; 6 (2): 400-420.
10. Maya, A. y Pavaajeau, N. inteligencia emocional y educación. Una necesidad humana, curricular, y práctica. Bogotá, Colombia. Editorial Magisterio.
11. Fernández-Berrocal y Ruiz-Aranda. La inteligencia emocional en la educación. *Revista electronica de investigación psicoeducativa* 2008; 6(2): 421-436.
12. Bisquerra, R. Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa (RIE)* 2003; 21(1): 7-43.

