



UNIVERSIDAD PANAMERICANA

GUADALAJARA

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y
SUS REPERCUSIONES EN EL APRENDIZAJE
DEL ALUMNO ADOLESCENTE

MARIANA GÓMEZ MINAKATA

Tesis presentada para optar por el título de Licenciado en
Pedagogía con reconocimiento de Validez
Oficial de Estudios de la SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
según acuerdo número 871125 con fecha 18-III-87.

Zapopan, Jal., Abril de 1999.





UNIVERSIDAD PANAMERICANA

GUADALAJARA

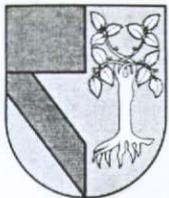
LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y
SUS REPERCUSIONES EN EL APRENDIZAJE
DEL ALUMNO ADOLESCENTE

MARIANA GÓMEZ MINAKATA

Tesis presentada para optar por el título de Licenciado en
Pedagogía con reconocimiento de Validez
Oficial de Estudios de la SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA,
según acuerdo número 871125 con fecha 18-III-87.

Zapopan, Jal., Abril de 1999.

CLASII. _____
ADQUIS: 49685
FECHA: 14/05/03
DONATIVO DE _____
\$ _____



UNIVERSIDAD PANAMERICANA

SEDE GUADALAJARA

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

SRITA. MARIANA GÓMEZ MINAKATA
Presente

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titulación en la alternativa Tesis titulado "LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SUS REPERCUSIONES EN EL APRENDIZAJE DEL ALUMNO ADOLESCENTE", presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar ocho ejemplares como parte de su expediente al solicitar el examen.

Atentamente.

LIC. JESÚS ANTONIO ENG DUARTE
EL PRESIDENTE DE LA COMISIÓN



UNIVERSIDAD PANAMERICANA

SEDE GUADALAJARA

Marzo 23, 1999

Lic. Jesús Antonio Eng Duarte
Presidente de la Comisión de
Exámenes Profesionales
Universidad Panamericana, Guadalajara
Presente

El que suscribe, hace constar que la tesis "**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SUS REPERCUSIONES EN EL APRENDIZAJE DEL ALUMNO ADOLESCENTE**", presentada por la señorita **MARIANA GÓMEZ MINAKATA**, que se presenta a usted para su debida revisión ante la Comisión de Exámenes Profesionales.

Agradeciendo la deferencia de la Escuela a su cargo para la asesoría de la investigación realizada, quedo a sus órdenes.

Atentamente.



LIC. ENRIQUE SALVADOR LÓPEZ FERNÁNDEZ
ASESOR DE TESIS

A Ojisan

“ÍNDICE”

INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I: LA PERSONA.	6
1.1.- Concepto.	7
1.2.- Las facultades espirituales del hombre.	11
1.2.1.- La inteligencia o entendimiento.	11
1.2.2.- La voluntad.	14
1.3.- La afectividad humana.	15
1.3.1.- La afectividad humana y su relación con las facultades superiores	21
 CAPÍTULO II: LA FACULTAD INTELECTUAL HUMANA Y SU ASPECTO FISIOLÓGICO.	 25
2.1.- Naturaleza y definición de la inteligencia.	26
2.2.- Facultades de la mente humana.	29
2.2.1.- La sensación.	30
2.2.1.1.- Bases neurológicas de la sensación.	33
2.2.2.- La percepción.	36
2.2.3.- La atención.	39
2.2.4.- La imaginación.	40
2.2.5.- La memoria.	42
2.2.5.1.- El proceso de asociación.	45
2.2.6.- Pensamiento dirigido.	42
2.2.6.1.- Razonamiento.	46
2.2.6.2.- Solución de problemas.	47
2.2.7.- El lenguaje humano.	47
2.2.8.- El aprendizaje humano.	52
2.2.8.1.- Proceso de adquisición del aprendizaje	53
2.2.8.2.- Metacognición.	57

2.3.- Estudios actuales sobre el intelecto: Howard Gardner y la teoría de las inteligencias múltiples.	60
2.3.1.- Inteligencia Lingüística.	63
2.3.2.- Inteligencia Musical.	64
2.3.3.- Inteligencia Logicomatemática.	65
2.3.4.- Inteligencia Espacial.	66
2.3.5.- Inteligencia Cinestésicorporal.	67
2.3.6.- Inteligencias Personales.	68

CAPÍTULO III: ¿ QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL? 70

3.1.- Concepto de Inteligencia Emocional.	71
3.2.- Causas neurológicas que originan las emociones: el cerebro emocional.	75
3.3.- Capacidades de la Inteligencia Emocional.	83
3.3.1.- Reconocer las emociones.	84
3.3.2.- Manejo de las propias emociones.	90
3.3.3.- Utilizar las capacidades afectivas.	93
3.3.4.- Reconocer las emociones de los demás: empatía.	95
3.3.5.- Crear relaciones sociales.	96
3.4.- Aspectos que intervienen en la respuesta afectiva.	98
3.4.1.- La situación real y cultural.	99
3.4.2.- Deseos.	100
3.4.3.- Creencias y expectativas.	101
3.4.4.- La idea que el sujeto tiene de si mismo y de sus capacidades.	102
3.5.- Memoria y aprendizaje emocional.	103
3.5.1.- Memoria emocional.	103
3.5.2.- Aprendizaje emocional.	105

CAPÍTULO IV: NATURALEZA DE LOS ALUMNOS ADOLESCENTES.	111
4.1.- Definición de adolescencia.	112
4.2.- Desarrollo físico.	117
4.2.1.- Crecimiento interno: músculos, grasa y hormonas.	118
4.2.2.- Crecimiento y sexualidad.	118
4.3.- Desarrollo cognitivo.	119
4.4.- Desarrollo social.	122
4.4.1.- Relaciones con los padres, compañeros y amigos.	123
4.5.- Desarrollo emocional en la adolescencia.	124
CAPITULO V: “EL PAPEL DEL EDUCADOR EN LA FORMACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DE APRENDIZAJES AFECTIVOS EN LOS ADOLESCENTES.	126
5.1.- ¿Quién es el profesor?.	127
5.2.- La formación de la inteligencia emocional en la escuela.	131
5.2.1.- Educación indirecta por medio del ejemplo.	133
5.2.2.- Saber escuchar y reconocer emociones para solucionar conflictos.	134
5.2.3.- Mostrar empatía y respeto.	135
5.3.- Ayudar a los alumnos a desarrollar hábitos emocionales de autoconocimiento y de conocimiento de los demás.	138
5.4.- La formación de la voluntad en los adolescentes.	143
CONCLUSIONES	147
BIBLIOGRAFÍA	151

“INTRODUCCIÓN”

La experiencia demuestra que la afectividad humana juega un papel muy importante en la personalidad del individuo, ya que en el actuar intervienen, además de actos racionales, actos emocionales, ya sean emociones, afectos o sentimientos que impulsan al hombre hacia ciertos aspectos específicos.

Ahora bien, investigaciones actuales, afirman que no sólo se requiere de un coeficiente intelectual elevado para triunfar en la vida, sino que en ocasiones el conocimiento y manejo adecuado de la emotividad, la convicción de realizar las cosas, el optimismo, la fuerza que ayuda a superar obstáculos y otros muchos aspectos son los que realmente hacen que una persona pueda alcanzar una personalidad madura que le permita llegar de una mejor manera hacia su perfección.

Estos aspectos han sido conceptualizados en una nueva teoría que en esta década de los noventas ha sido denominada como: Inteligencia Emocional, que en una frase la definiría como lo hace el filósofo español José Antonio Marina:

“ ... La inteligencia emocional consiste en saber sentir el pensamiento y pensar el sentimiento...” en otras palabras, saber aprovechar y encauzar con inteligencia y voluntad las emociones, afectos y sentimientos.

Por tanto, el objetivo de esta investigación es el de analizar desde el punto de vista filosófico, psicológico y neurológico la naturaleza de la Inteligencia Emocional que comprende el estudio de la afectividad humana y su dinámica correspondiente para así comprender que la educación de la afectividad juega un papel muy importante en la formación de una personalidad madura.

Por otra parte, esta investigación concreta su estudio a una etapa fundamental en la formación de la personalidad del ser humano: La adolescencia. Es en esta etapa donde se sufren grandes cambios tanto físicos como intelectuales, que si son encauzados correctamente

se podrá disponer de un potencial asombroso que llevará a la madurez necesaria para buscar y alcanzar su perfeccionamiento tanto en la vida personal, como escolar y en un futuro, en la vida profesional. Por tanto una correcta formación de la inteligencia emocional en la etapa adolescente ayudará a lograr dicha madurez.

Finalmente, es importante conocer cuál es el papel del educador en la formación de dicha inteligencia emocional sobre todo en la etapa adolescente, para así analizar cuáles deben ser sus actitudes y acciones hacia sus alumnos, para favorecer de esta manera la formación de dicha inteligencia emocional.

Una vez explicado el objetivo y la justificación de esta investigación queda añadir que lo que se pretende proponer es el análisis desde el punto de vista filosófico, psicológico y neurológico de la teoría de la Inteligencia Emocional y el papel que juega el educador en la formación de aprendizajes emocionales en los adolescentes.

La metodología utilizada para dar dicha propuesta es la investigación documental y bibliográfica, a partir de ella el trabajo se constituye en cinco capítulos. A grandes rasgos lo que contiene cada capítulo es lo siguiente:

En el primer capítulo, se analiza la naturaleza de la persona humana para comprender su afectividad. En este capítulo se pretende aclarar cuales son los componentes del ser humano, comprender las funciones del intelecto y de la voluntad, la función de la libertad, el papel de la afectividad humana en la dinámica del actuar del hombre, así como el estudio introductorio de las emociones, afectos y sentimientos, para dar las bases que llevarán a una mejor comprensión de la teoría de la inteligencia emocional.

En el segundo capítulo se pretende analizar desde el punto de vista filosófico, psicológico y neurológico, la inteligencia humana, estudiando su concepto, facultades del intelecto tales como: la sensación, percepción, imaginación, memoria, atención, asociación,

pensamiento dirigido, lenguaje y aprendizaje. Finalmente se explica brevemente una de las teorías actuales sobre el estudio del intelecto: el trabajo de Howard Gardner que propone la teoría de las inteligencias múltiples. Este trabajo explica que el intelecto posee grandes facultades que pueden llamarse inteligencias porque trabajan de una forma específica y con funciones muy particulares. Este autor divide la inteligencia en siete: lingüística, musical, logicomatemática, espacial, cinestésicorporal, intrapersonal e interpersonal. Estas dos últimas inteligencias conocidas como personales, fueron retomadas por autores americanos para denominar lo que posteriormente se conoció como Inteligencia Emocional. Así se explica el antecedente más próximo que inició el estudio dicha teoría.

En el capítulo tercero, se analiza a fondo, lo que es la Inteligencia Emocional, explicando el origen de dicha teoría; el proceso neurológico que origina las emociones y la diferencia con la inteligencia racional; las capacidades de la inteligencia emocional, es decir, que partes conforman dicha inteligencia y cual es la naturaleza de las emociones, afectos y sentimientos; el manejo inteligente de las emociones tanto propias como las ajenas; los aspectos que intervienen en que una respuesta emocional o afectiva sea particular y por tanto distinto en cada persona; y finalmente la idea de la memoria y el aprendizaje emocional. Esta explicación dejará las bases necesarias para comprender el papel tan importante que juega la afectividad inteligente en el actuar humano y sobre todo en el aprendizaje.

Una vez explicada la teoría de la inteligencia racional y principalmente la emocional, se pasará inmediatamente a la propuesta que consiste en el análisis del papel del educador en la formación de la inteligencia emocional de los adolescentes, por lo que en el cuarto capítulo se explica la naturaleza de la etapa adolescente principalmente de las edades que comprenden la educación en la secundaria y preparatoria, aunque se sabe que actualmente la adolescencia puede iniciar antes y terminar después de dichas etapas escolares. Así se explica lo que es en sí la adolescencia, sus etapas, su desarrollo físico-intelectual-social y principalmente el emocional.

Finalmente en el quinto capítulo, que consiste en la propuesta personal, se analiza el papel del educador (principalmente el profesor) en la formación de la inteligencia emocional y de aprendizajes afectivos en los alumnos adolescentes. Para esto se analiza la naturaleza del profesor, sus cualidades emocionales, compromisos ante el magisterio, sus acciones y actitudes que ayudan a formar en el adolescente un mejor concepto de sí mismo y de como encauzar inteligentemente sus emociones, afectos y sentimientos. Finalmente se termina explicando una de las tareas más importantes a educar por parte del profesor: la formación de la voluntad que ayudará a saber encauzar la afectividad utilizando todo su potencial, para llegar a la perfección a la que ha sido llamado.

CAPÍTULO I

“ LA PERSONA ”

La presente investigación pretende hablar sobre la influencia o relación de la Inteligencia Emocional en el aprendizaje, y del papel que juega el educador en la formación de dicha inteligencia en los adolescentes, de esta forma es necesario, antes de entrar en materia, aclarar por un lado el concepto y la naturaleza propia del educando y por otra parte definir el aspecto de la afectividad o emotividad humana, para así partir de esta base como punto de referencia al momento de hacer la relación de la influencia de las emociones en el proceso natural de aprendizaje.

Es de suma importancia partir de un concepto claro y objetivo del hombre en la explicación de todo acto educativo, debido a que si no se plantea la mejora educativa a la altura del destino humano, no habrá en sentido estricto una verdadera mejora personal, sino que se caerá en manipulación, degradación o algún otro aspecto que se dirija a la reducción del hombre y no al verdadero cambio que lo lleve a su perfeccionamiento.

1.1.- CONCEPTO.-

El origen del término latino persona, proviene de la palabra griega *prosopon*, que significa máscara, palabra con la cual los griegos denominaban a la máscara que los actores usaban en el teatro para representar diversos papeles o personajes; más tarde este término pasa a significar figura, imagen, actor, personaje de la escena, personaje revestido de dignidad¹. Este último significado de persona hace referencia a que desde la antigüedad se toma en cuenta a la persona como un ser que posee una mayor superioridad o dignidad que los demás seres existentes en la tierra.

Pero en sí *¿qué cualidades posee la persona humana que hace que sea diferente a los demás seres vivos?* y en definitiva *¿qué notas son las que hacen posible definir correctamente a la persona humana sin reducirla a uno o varios aspectos de sus manifestaciones más*

¹ Cfr. *Gran Enciclopedia Rialp*, tomo 18, P. 346.

comunes?. Así vemos que es necesario contestar estos cuestionamientos que llevarán consecuentemente a definir a la persona humana de manera objetiva y relacionada con su naturaleza que le es propia.

Las notas características que definen a la persona se pueden resumir en tres aspectos:

1) La intimidad: el mundo interior.

Intimidad significa un mundo interior abierto para la persona y oculto para los demás: una apertura hacia dentro y un lugar en donde además de guardar las cosas más íntimas sin que nadie pueda conocerlas es un lugar del que surgen nuevas creaciones, es decir, ideas que se nos ocurren, planes a futuro o nuevas invenciones, además del surgimiento y expresión de emociones y sentimientos, que hacen que el ser humano tenga la capacidad de salir de sí mismo a través de la intimidad creativa capaz de crecer y desarrollarse, para relacionarse con los demás.

Esta intimidad activa y creadora, al ser exclusivamente personal indica que no es igual a ninguna otra, lo que nos lleva a definir que el ser humano es un ser único e irrepetible, debido a la exclusividad de su interioridad.

2) Manifestación de la intimidad:

La persona es un ser que se manifiesta, que puede mostrarse a sí misma y mostrar las novedades que tiene, hacia los demás. Esta expresión de la intimidad la realiza a través del cuerpo por medio del cual puede expresar el lenguaje y la acción.

Al hablar de cuerpo como condición de posibilidad de la manifestación humana, se hace referencia al rostro en el que se incluye la mirada, las expresiones faciales, muecas y

gestos, que expresan las sensaciones, imaginaciones, pensamientos, y deseos que el hombre lleva dentro; también se hace referencia al habla, que consiste en un acto mediante el cual se exterioriza la intimidad y ésta puede ser comprendida por los demás; por otro lado los movimientos corporales que incluyen mensajes no verbales y finalmente la forma de vestir que hace referencia a la forma que el hombre tiene de relacionarse en sociedad y al rol que juega dentro de ella.

Dentro de esta manifestación de la intimidad se encuentra la capacidad de dialogar, que surge como una necesidad humana de explicarse y de ser comprendido, y así poder complementarse con los demás, es decir, conocer y conocerse para poder consolidar la propia personalidad e identidad. Por otra parte el hombre busca el diálogo y la interacción con los demás por la tendencia natural de dar, de extraer algo de su intimidad y entregarlo a otra persona como valioso. Así, de esta capacidad de salir de uno mismo, surgen las relaciones interpersonales de compañerismo, amistad y amor exclusivo.

Esto nos conduce a afirmar que en el hombre hay una naturaleza especial formada por materia (cuerpo) y espíritu (alma), y es en este último elemento donde radica la intimidad e interioridad propia de cada ser humano y que sólo la persona la conoce y la puede dar a conocer a los demás, a través de la materia a la cual está unida.

3) La libertad.

El hombre al conocer su intimidad y al tener la capacidad de manifestarla, es dueño de sí mismo y de sus actos, lo que hace que sea libre de elegir sus acciones, el desarrollo de su vida y su destino.

Santo Tomás define la libertad como “*propiedad de la voluntad humana por la cual el hombre se determina a sí mismo en sus actos hacia el fin*”²

Es importante aclarar que el ejercicio de la libertad debe estar de acuerdo con las exigencias de su naturaleza humana, es decir, actuar eligiendo los caminos y las formas de recorrerlos para alcanzar la perfección humana a la que esta llamado.

La libertad humana capacita al hombre para obrar por deber y no sólo por instinto, debido a que es persona racional y no simplemente animal. De esta forma, se comprende que un acto es propiamente libre cuando surge del criterio y de la decisión personal y además está encaminado hacia la elección de un camino o un fin que perfecciona y no degrada su propia naturaleza.

El hombre por ser libre y por tanto capaz de elegir y dirigirse a sí mismo tiene una responsabilidad implícita en todos sus actos. Toda elección libre realizada con pleno conocimiento y consentimiento o aceptación, conlleva a un compromiso al cual se tiene que responder en el ámbito de las consecuencias que trae consigo dicha elección.

Una vez explicado que el hombre posee una intimidad, un cuerpo que le permite manifestar dicha intimidad debido a sus capacidades de dar y dialogar, y una libertad con responsabilidad como consecuencia de que es dueño de sus actos, se definirá lo que es persona y la importancia de considerarla como tal para poder ver en ella al educando que se pretende formar.

Una de las definiciones clásicas de persona es la de Boecio que nos indica que el ser humano es una “*substancia individual de naturaleza racional*”³. Esta definición, la cual se mantuvo durante la escolástica medieval, hace referencia a una substancia que se individualiza

² Cfr. ORTIZ DE LANDAZURI, Carlos, *Filosofía*, P.155.

³ KRAMSKY, Carlos, *Antropología Filosófica*, P.385.

gracias a la materia y por lo tanto es única y singular, pero por otra parte posee un principio de vida espiritual, conocido como alma, que le da la racionalidad y la facultad superior de conocer, reflexionar sobre su conocimiento y lo externo a él, de elegir libremente, amar, modificar lo ya existente, etc.

Partiendo de esta definición se comprende que la persona es el ser más perfecto de entre los demás seres vivientes de la creación, debido a que es el único ser que posee una naturaleza racional con un alma espiritual y por tanto inmortal, que lo hace libre para conocer y elegir libremente lo que la inteligencia le presenta a su voluntad.

1.2. LAS FACULTADES ESPIRITUALES DEL HOMBRE.-

Hasta el momento se ha dicho que el hombre es el único ser con una naturaleza racional superior a la de los animales y seres vivos de la creación. De esta manera es necesario explicar, de manera breve, en que consiste dicha racionalidad humana.

La racionalidad humana, presenta dos elementos constitutivos: la inteligencia y la voluntad. Ambas son capacidades que se actualizan de continuo mediante los actos propiamente humanos, ya que la primera conoce y la segunda busca y elige el bien una vez conocido por lo que la inteligencia le ha presentado.

1.2.1. INTELIGENCIA O ENTENDIMIENTO.-

Antes de definir en sí lo que es la Inteligencia, es necesario aclarar que para efectos de esta investigación, en este capítulo dedicado a la definición de la persona humana, el concepto de inteligencia se analizará desde el punto de vista filosófico con el fin de dejar claro cual es la esencia del conocimiento intelectual. Mas adelante, en el capítulo siguiente, se analizará la

inteligencia desde el punto de vista psicológico y biológico que informarán sobre el “como” se realizan dichas actividades intelectivas y cuales son sus bases funcionales y fisiológicas. Ésto se realiza tomando en cuenta que los saberes filosóficos y psicológicos no son excluyentes sino complementarios y armónicos entre sí mismos, ya que lo primero analiza lo que es y lo segundo el como funciona.

La noción etimológica de la palabra *intelecto* (intellectus) y la palabra *inteligir* (intelligere) provienen del latín “inter-elegere”, que significa seleccionar o elegir entre varios hechos o datos.⁴ Esto significa que la inteligencia es una facultad espiritual - no material- que penetra en el conocimiento de la realidad captando lo esencial de las cosas y seleccionando o distinguiendo los aspectos primarios o básicos de dicha realidad.

Santo Tomás define la inteligencia como “la capacidad de aprehender la razón de ser y con ella todos los seres en cuanto que son”⁵. Esta facultad de conocer lo inteligible tiene como objeto principal a la verdad, considerada como la adecuación de dicha inteligencia a la realidad. Esto significa que el concepto que se forma en la mente acerca de las cosas deben coincidir con lo que en realidad son para que exista la verdad sobre dicho saber.

Esta facultad intelectual en su actividad se encarga de elaborar conceptos e ideas, y este proceso el hombre no lo hace por intuición sino por un proceso mental y racional que comienza con el contacto con la realidad sensible, es decir, con aquel primer encuentro con las cosas o conceptos que se captan a través de los sentidos externos; posteriormente dicha información pasa a los sentidos internos, que desde el punto de vista tomista son el sentido común, la imaginación, la estimativa y la memoria, que hacen que la información se comprenda y llegue a formarse una idea o concepto universal y abstracto sobre las cosas.

⁴ KRAMSKY, Carlos, *Antropología Filosófica*, P. 232.

⁵ M.DE TORRE, José, *Compendio de Filosofía*, P. 501.

La inteligencia en su proceso de conocimiento incluye tres actos esenciales: la simple aprehensión, el juicio y el raciocinio, los cuales consisten en lo siguiente.⁶

⇒ *Simple Aprehensión*: es la primera operación de la mente humana a través de la cual el hombre capta o elabora una idea o concepto. En este acto se hacen las representaciones intelectuales de las cosas, aquello que se predica de los objetos singulares y concretos. En este primer acto del intelecto simplemente se comprenden las cosas sin afirmar ni negar nada de ellas.

⇒ *Juicio*: Es la operación de la mente por la cual la inteligencia compone o divide conceptos con el fin de acercarnos más a la realidad y posteriormente juzgar sobre su verdad o falsedad. Este acto de juzgar se refiere la operación del intelecto por el que capta la verdad del ser, es decir su correspondencia con la realidad, y así determinar su estado.

⇒ *Raciocinio*: Se refiere a la composición de juicios para formar un nuevo juicio y descubrir nuevas verdades. Este acto se da cuando a partir de juicios ya establecidos se infieren o deducen conclusiones nuevas.

En el capítulo siguiente que se refiere a la facultad intelectual y su fundamento biológico, se analizarán los procesos y aspectos que componen a dicha facultad desde el aspecto neuro-psicológico.

Una vez analizado el proceso del conocimiento y los actos intelectuales por los que se llega a dicho conocimiento es necesario aclarar que el hombre transmite sus sentimientos, emociones, conceptos, juicios y razonamientos formulados, a través del lenguaje verbal y no verbal, y aprende de los demás por medio de esta expresión de la comunicación.

⁶ Cfr. ORTIZ DE LANDAZURI, Carlos, *Filosofía*, Pp. 119-122.

Sin embargo la inteligencia no sólo conoce y da a conocer la realidad y los conceptos formulados sobre ella, sino que además tiene la capacidad de volver sobre lo aprehendido, es decir de reflexionar sobre sus ideas, conceptos, sentimientos y emociones, sin dejar a un lado que también conoce la forma en que ha llegado a poseer dicho conocimiento de la realidad. Así, estas facultades por las que el hombre distingue entre el objeto conocido y la imagen por la que conoce dicho objeto; distingue la realidad de la apariencia; razona sobre su propio acto de conocer y comprende la realidad separándose de ella, hace que se convierta en un ser con una naturaleza superior a la naturaleza animal que sólo conoce pero jamás reflexionará sobre su propio conocimiento.

1.2.2. LA VOLUNTAD.-

Una vez analizada la existencia de la facultad humana que conoce, se deduce como consecuencia necesaria la presencia de otra facultad también espiritual que lleva al hombre a decidir sobre lo una vez conocido. Esta facultad que tiene como objeto la capacidad de elección se le conoce como voluntad. Por tanto, la voluntad se define como “la facultad espiritual por la que el hombre elige el bien que le presenta la inteligencia.”⁷

El objeto específico de la voluntad es el bien en general, que es siempre lo primero en la intención -aunque sea de manera inconsciente- de ahí que la voluntad no puede querer nunca el mal en sí mismo ya que iría contra su propia naturaleza. Puesto que el hombre tiene una tendencia natural hacia el bien, cuando la voluntad aparentemente elige algo malo, lo hace por aquello que ve de bueno en lo que elige, por ejemplo: una persona al asaltar a otra para obtener dinero, el motivo que lo mueve a actuar al asaltante es el bien del dinero y no directamente el mal de la víctima, aunque indirectamente lo esté ocasionando.

⁷ M. DE TORRE, José, *Compendio de Filosofía*, P.507.

La voluntad tiene un papel activo en la dirección de las tendencias animales o instintivas. El instinto en el caso del hombre, no es un fin en sí mismo, como puede serlo para los animales, sino que se dirige y se ordena a los fines que señala la voluntad iluminada por la inteligencia. Así por ejemplo, en el hombre el instinto sexual sabe captar el bien que puede satisfacer su tendencia, pero con facilidad puede desorientarse sobre el auténtico fin de esta tendencia si no es gobernado por la inteligencia y dominado por la voluntad, en este caso, sólo la voluntad, ayudada por la inteligencia descubre que la realización del instinto sexual debe dirigirse hacia la procreación. En consecuencia, decimos que cuando los instintos funcionan sin un control voluntario e inteligente no consiguen el bien de la persona y derivan hacia fines que le deterioran ocasionando que el acto humano se degrade hacia un nivel meramente animal o instintivo.

Resultará útil añadir que es necesaria la educación recta de la voluntad, para que pueda regular al instinto y hacer que el hombre sea capaz de terminar lo que comienza y así tener fuerzas para no dejarse llevar por la tendencia a la pereza, a la comodidad, al placer o a otro vicio producto de la falta de fortaleza, resistiendo a las tentaciones sin desanimarse fácilmente ante los obstáculos o preocupaciones que se le presenten.

Por último es necesario agregar, una vez definida la capacidad del hombre para conocer y decidir el bien presentado por la inteligencia, que todo acto deliberado y racional no se da por una simple tendencia o impulso sino por una elección completamente libre y por tanto consciente y responsable sobre sus posibles consecuencias.

1.3.- LA AFECTIVIDAD HUMANA.

La afectividad humana ha sido considerada desde los inicios de la filosofía clásica como una parte del alma, distinta a la sensibilidad y a la razón, y no siempre en sintonía con ellas. Esto nos indica que existe en el hombre una zona intermedia en donde se une lo

sensible (corpóreo) y lo intelectual (racional), comprobando una vez más la indisolubilidad de la unidad de cuerpo y alma.

La afectividad humana es una cualidad del ser humano, que está caracterizada por la capacidad de experimentar íntimamente las realidades exteriores y de experimentarse a sí mismo, es decir, de convertir en experiencia interna cualquier contenido de consciencia⁸.

Esta definición hace referencia a que el ser humano posee la capacidad de relacionarse con el medio que le rodea y así de convertir dichas relaciones en experiencias internas o vivencias personales; así al mismo tiempo el hombre se verá afectado por tal experiencia y le dará un significado personal al contenido de la misma. De esta forma se puede afirmar que la importancia de la afectividad humana radica en que a través de ella, el hombre es capaz de relacionarse con los demás y con él mismo y ser consciente de la forma en que le afectan dichas relaciones. Sin la existencia de esta cualidad intermedia entre lo sensible (físico) y lo racional (operaciones cognoscitivas-volitivas) el hombre quedaría como un ser aislado incapaz de comprender y vivenciar situaciones propias y ajenas.

Dentro de la afectividad humana se encuentran diversos estados afectivos que son manifestaciones concretas de esta cualidad del ser humano. Entre ellos se encuentran: las emociones, afectos, estados de ánimo y los sentimientos. Es necesario aclarar en que consiste cada uno de estos fenómenos debido a que en el lenguaje ordinario se utilizan como sinónimos siendo que cada uno posee características distintas de los demás.

1) *La emoción* se define como el estado psíquico y fisiológico de excitación que nos prepara para la acción, este estado es breve y siempre va acompañada de manifestaciones físicas conscientes, como la agitación, palpitaciones, palidez, rubor, etc.

⁸ *Gran Enciclopedia Rialp*, Tomo 1, P.268.

Las emociones se caracterizan por que en ellas existe la intervención habitual de un estímulo sensorial exterior y por la presencia evidente y manifiesta de una reacción fisiológica. Estas manifestaciones se presentan a través de reacciones del sistema nervioso, las glándulas de secreción interna: en especial la hipófisis, la tiroides, las suprarrenales y las gónadas; también alteraciones circulatorias causantes de palidez y sudoración; variaciones del ritmo respiratorio; alteraciones digestivas, como secreción biliar; trastornos sexuales que causan impotencia; reacciones de parálisis en los músculos, etc.⁹

La siguiente explicación pretende aclarar como es el proceso por el que se desencadenan las emociones y de esta forma comprender lo que le es propio a las emociones. Este proceso se da de la siguiente forma:

- 1) se presenta un objeto desencadenante y un contexto.
- 2) se provoca una perturbación anímica
- 3) se manifiesta una alteración orgánica o ciertos síntomas físicos.
- 4) desencadenando una conducta o manifestación.

Como ejemplo podría ser el hecho de estar caminando por la noche en una calle oscura y sentir de cerca los pasos de alguien extraño (1), al momento la persona siente miedo y temor(2), se le acelera el corazón y comienza la sudorización en las manos (3) y caminará mas rápido tratando de huir de ese lugar (4).¹⁰

De esta forma se afirma que éste estado afectivo se caracteriza por ser muy variable en su intensidad y en ocasiones pasajero, lo que lo hace o convierte en irracional..

2) *Los afectos* son una respuesta o resonancia en la dinámica tendencial sensible de todo aquello que llega a través de los sentidos. Esto indica que los afectos jamás dejarán de

⁹ Cfr. *Gran Enciclopedia Rialp*, Tomo 1, P. 270

¹⁰ Cfr. YEPES, Ricardo, *Fundamentos de Antropología*, P.57.

estar presentes ya que todo conocimiento humano inicia por lo sensible.¹¹ Así el afecto es el conjunto de todas las experiencias que tienen un componente evaluativo, a saber, doloroso/placentero, atractivo/repulsivo, agradable/desagradable, bueno/malo, estimulante/deprimente, activador / desactivador.

De esta forma los afectos van íntimamente ligados a las emociones, ya que una emoción al desencadenar respuestas fisiológicas, alteran al ser humano de manera que puede hacer una evaluación de dicha emoción, pero que aún esta a nivel sensible y no es completamente racional, sino consciente de ella. Para dejar este término más claro se expone el siguiente ejemplo: Una persona puede recordar la fragancia de una loción conocida y la asocia con una emoción agradable ya que le recuerda a un ser querido que utilizaba dicha loción. Ahora bien estos afectos pueden hacerle recordar emociones placenteras o repulsivas y sin embargo puede no saber la causa que le esta desencadenando dicha emoción.

Si este afecto se va racionalizando, la emoción puede convertirse en un sentimiento más estable.

3) *Los estados de ánimo* se refieren al modo de ser o estar de una persona en cierto momento que provoca en cierto grado o intensidad una energía anímica o vitalidad que se manifiesta como gana o desgana hacia cierta actividad. Es cuando se habla de < tener ganas o no tener ganas de...>, <no tengo las fuerzas para...>.

Tener ánimo es tener valor y empuje para realizar cualquier acción o para soportar un sufrimiento, de esta manera los estados de ánimo constituyen un punto esencial en la intimidad personal ya que por una parte se hallan en comunicación con el exterior y por otro lado el ser humano percibe como se ve a sí mismo en cierto momento.¹²

¹¹ *Ídem.*

¹² *Cfr. GRAN ENCICLOPEDIA RIALP, Tomo 2, P.293.*

4) Finalmente *los sentimientos* se definen como “la conciencia de la armonía o disarmonía entre la realidad y nuestras tendencias.”¹³ Este estado de conciencia hace que el hombre se percate de la manera en que le afectan los objetos y las relaciones con los demás. Además es un estado más profundo y duradero que no siempre implica estados emocionales intensos, es decir, se puede sentir algo muy profundamente y durante mucho tiempo sin perturbarse por ello. Por lo tanto los sentimientos más profundos son aquellos que se prolongan con el tiempo; por ejemplo el amor hacia los padres. Estos sentimientos se ven reflejados por la conducta; sería el caso de cuando alguien afirma que aprecia sinceramente a otra persona, su modo de actuar hacia esa persona será de acuerdo a ese sentimiento (sus gestos, miradas, formas de dirigirse, etc.)

Debido a que el ser humano tiene una gama inmensa de tendencias y éstas a la vez son afectadas por los objetos y circunstancias exteriores, es difícil, enlistar la gran variedad de sentimientos, pero la filosofía, específicamente Santo Tomás de Aquino en su segundo libro de su Comentario a la *Ética a Nicómaco* de Aristóteles¹⁴, ha realizado una clasificación simple que sirve de ejemplo para conocer a grandes rasgos las causas que originan los sentimientos en las personas.

En el ser humano hay dos grandes tendencias sensibles:

⇒ **Deseo o apetito concupiscible**, que se refiere a la inclinación a poseer un bien.

⇒ **Impulso o apetito irascible** es la inclinación a vencer o apartar los obstáculos que permiten poseer el bien.

Para dejar claro dicha clasificación tomista se presenta el siguiente cuadro:

¹³ J. VICENTE-J. CHOZA, *Filosofía del Hombre*, P.224.

¹⁴ *Ibidem*, P.236

Cuadro 1: Clasificación Aristotélico-Tomista de las tendencias sensibles y sus principales sentimientos.¹⁵

<i>Tendencias Sensibles</i>	<i>Sentimientos</i>	
Apetito Concupiscible o Deseo (Inclinación a poseer un bien)	⇒ Amor	Deseo de poseer un bien
	⇒ Odio	Inclinación a rechazar el mal
	⇒ Deseo	Amor del bien futuro
	⇒ Placer	Amor del bien presente
	⇒ Aversión	Odio al mal futuro
	⇒ Dolor o tristeza	Odio al mal presente
Apetito Irascible o impulso (Inclinación a vencer obstáculos para lograr un bien)	⇒ Esperanza	Bien difícil alcanzable
	⇒ Desesperación	Bien inalcanzable
	⇒ Temor	Mal inevitable
	⇒ Audacia	Mal evitable
	⇒ Ira	Mal presente que se rechaza

Una vez explicado la clasificación Aristotélico-Tomista de las tendencias humanas es importante conocer de que modo se relacionan dichas tendencias y fenómenos afectivos con la inteligencia y la voluntad.

¹⁵ Cfr. YEPES Ricardo, *Fundamentos de Antropología*, Pp.58-59.

1.3.1.- LA AFECTIVIDAD HUMANA Y SU RELACIÓN CON LAS FACULTADES SUPERIORES.

Aunque la dinámica de la afectividad humana sea autónoma y se manifieste aparentemente con independencia de las facultades humanas, (por ejemplo: un sentimiento de alegría o satisfacción que surge inesperadamente y que cambia el estado de animo de la persona) al momento, la tendencia sensible entra en una relación directa y natural con la inteligencia y la voluntad, y estas facultades la modelarán para buscar el bien integral de la persona.

Antes de explicar claramente dicha relación es importante explicar la moralidad del plano afectivo de la persona.

Debido a que los afectos son tendencias que se presentan inevitablemente y que en su surgimiento no interviene la decisión humana, se afirma que las facultades afectivas en cuanto tales no son ni buenas ni malas moralmente, sino que simplemente se presentan en la persona de forma natural.

Esto se entiende cuando se afirma que la dimensión ética es propia del actuar libre, así la moralidad sólo puede ser atribuida a la afectividad en la medida en que dicha tendencia es asumida por la libertad (acto libre) y la voluntad elige movida por el sentimiento que lo acompaña pero iluminada por lo que la razón lo dicta que va de acuerdo con el bien de la propia naturaleza del hombre.

En definitiva para dejar claro este aspecto ético de la afectividad es necesario afirmar la diferencia entre *sentir* y *consentir*. El sentir es una acción indiferente en el plano moral, en cambio en el consentir ya interviene la elección y el querer de la voluntad y por tanto será siempre calificado como un acto moral (bueno o malo).

De esta manera se explica como aunque las tendencias afectivas humanas no son libres, son una afección o algo que el hombre padece y que lo modifica anímicamente, a veces sin quererlo. Así en ocasiones el hombre reacciona afirmando un “no me gusta” o un “me encanta hacerlo” y es aquí el momento en el que la voluntad asume las tendencias ya sea consintiendo o no en su actuación personal. Esto comprueba que la afectividad de la persona no está desligada de la voluntad, ya que frente a las repentinas emociones, las ganas, la atracción o repulsión hacia algo o alguien, el hombre siempre puede y debe decidir qué hacer.

Es importante que el hombre posea una recta formación intelectual y una voluntad firme para conocer y canalizar los sentimientos y no se deje caer en el dominio de este plano afectivo. Es muy peligroso cuando la persona vive sujeta a la emoción, a las ganas o a los estados de ánimo, ya que vivirá de acuerdo a la sensación del momento lo cual le provocará posteriormente el hastío y vacío interior de no saber definir y aclarar lo que el hombre necesita para ser feliz y hacer felices a los demás.

Esta situación se presenta debido a que el ámbito de la afectividad es sumamente inestable, ya que las emociones son pasajeras y sujetas a la percepción del momento. De esta manera se comprende porque la emotividad no es ni puede ser la rectora del comportamiento, de ser así se caería en errores como el sentimentalismo mencionado anteriormente.

Es importante saber tomar en cuenta la emotividad en cuanto al conocimiento propio de la reactividad, saber detectar los principales sentimientos y afectos, y así saberlos canalizar por medio de la razón para lograr el perfeccionamiento humano.

Para concluir este tema de la afectividad humana, se enumerará a continuación las características principales que dejarán claro el importante papel que desempeña en la vida del ser humano dicho aspecto:

- 1) Los sentimientos son importantes y muy humanos, porque intensifican las facultades espirituales del hombre, es decir ayudan a obrar rectamente si son bien dirigidas por el intelecto y queridas por la voluntad. El peligro está en caer en una consideración excesiva de ellos, que puede desencadenar en tomarlos como criterio para actuar y buscarlos como fin en sí mismos (sentimentalismo).
- 2) El dominio de la afectividad no está asegurado, ya que esta parte del alma no es siempre dócil a la razón y a la voluntad. Esto requiere una formación recta de virtudes para no caer en disarmonías que produzcan patologías psíquicas o del comportamiento y desviaciones morales. No se puede olvidar que la relación de la afectividad con las virtudes radica en que los sentimientos pueden ser asumidos por las virtudes o pervertidos por los vicios y así dirigen o desvían a la persona de su perfeccionamiento.
- 3) Los sentimientos pueden producir valoraciones inmediatas sobre las personas, situaciones u objetos que provocaron dicha emoción y dichas valoraciones no siempre son verdaderas.
- 4) Los sentimientos refuerzan convicciones, esto significa que las cosas se realizan de mejor manera cuando son queridas, es decir, cuando son nuestras.
- 5) Lo importante y decisivo es tener los sentimientos adecuados a la realidad, es decir que exista una proporción entre el objeto que desencadena la emoción, y su manifestación.
- 6) No todos los sentimientos tienen el mismo valor, existe una jerarquía que es importante conocer y actuar en consecuencia.
- 7) La conducta que no es mediada por la reflexión y la voluntad (sentimentalismo), produce insatisfacción con uno mismo y baja autoestima. Es importante no depender de los estados de ánimo que son sumamente cíclicos y cambiantes, debido a que provocan inseguridad y disarmonías psíquicas.

8) La manifestación de los sentimientos debe considerar los siguientes criterios:

a) Hay que aprender a manifestar los sentimientos para tener una relación madura con el entorno y consigo mismo. *

b) Los sentimientos se manifiestan con la conducta, a veces aunque uno no lo quiera. Esto se da cuando una persona con sus gestos o expresiones manifiesta su estado emocional.

c) La manifestación de los sentimientos debe ser guiada por las facultades superiores del hombre y debe ser proporcionada a la importancia que tengan y a su objeto: por ejemplo, es distinto las manifestaciones de cariño que se tienen con un amigo o dentro de una relación de noviazgo. Dentro de esta manifestación intervienen los gestos, que son el lenguaje de los sentimientos.¹⁶

Estas características afirman la importancia de la vida afectiva dentro del ser humano, una parte muy compleja de ser estudiada en su totalidad, pero que dejan claro que es el medio por el que el hombre es capaz de conocerse a sí mismo, conocer a los demás, y así buscar su mejora personal o perfeccionamiento.

* Este tema será analizado en el capítulo tercero en el desarrollo del conocimiento y manejo de las emociones.

¹⁶ Cfr. YEPES Ricardo, *Fundamentos de Antropología*, Pp. 59-64.

CAPÍTULO II

“LA FACULTAD INTELECTUAL HUMANA Y SU ASPECTO FISIOLÓGICO”

2.1.- NATURALEZA Y DEFINICIÓN DE LA INTELIGENCIA.-

En el capítulo anterior se describió la naturaleza de la inteligencia como una de las potencias espirituales del hombre. En este capítulo se profundizará más sobre esta facultad analizando los conceptos que otorga la psicología y sus estudios más recientes; por otro lado se analizarán desde el punto de vista psicológico-fisiológico las facultades mentales que se derivan de esta potencia humana.

Jean Piaget (1952) considera que toda conducta humana se da cuando el hombre presenta una necesidad, es decir, cuando se ha roto el equilibrio entre el medio y el organismo, y se requiere de una readaptación. Esta conducta siempre supone dos aspectos esenciales: uno afectivo y otro cognoscitivo. La acción primaria o la relación entre el sujeto y el objeto, es la que se refiere a la inteligencia; en cambio la acción secundaria, que hace mención al área afectiva, se da cuando hay una reacción del sujeto frente a su propia acción. Para este autor la conducta siempre va a suponer un aspecto energético o afectivo y un aspecto estructural o cognoscitivo que son inseparables o irreductibles.

Una vez explicado que inteligencia y afectividad son dos aspectos que actúan juntos en toda conducta humana es necesario comprender, para efectos de este capítulo, lo que él entiende por inteligencia. Piaget en su obra "Psicología de la Inteligencia", afirma que la inteligencia es *la facultad que origina el equilibrio estructural de la conducta; es un sistema de operaciones vivas y actuantes... es la adaptación mental más avanzada, es decir, el instrumento indispensable de los intercambios entre el sujeto y el universo, cuando sus circuitos sobrepasan los contactos inmediatos y momentáneos para alcanzar las relaciones extensas y estables.*¹⁷

A partir de este concepto se puede observar que Piaget considera que la inteligencia es la adaptación que provoca un equilibrio de los intercambios del sujeto con los objetos. Más

¹⁷ PIAGET, Jean, *Psicología de la Inteligencia*, P.17.

adelante en su obra mencionada, Piaget afirma que la inteligencia posee unas funciones cognoscitivas elementales que son la percepción, el hábito y la memoria, y que a través de estas funciones se constituye el estado de equilibrio hacia el cual tienden todas las adaptaciones del ser humano: las adaptaciones sensoriomotrices y cognoscitivas que permiten los intercambios asimiladores y acomodadores entre el organismo y el medio.¹⁸

Así en definitiva, para este psicólogo suizo la inteligencia es la capacidad para adaptarse al ambiente.

Aunque la teoría de Piaget es antigua y actualmente no es tan utilizada, es importante considerarla, debido a que él inició con los estudios sobre esta facultad humana y sus aportaciones fueron valiosas, para continuar con los estudios sobre la inteligencia y así poder llegar hasta nuestros días.

Otros autores como **Terman**, creador de la escala de la inteligencia Binet, definió la inteligencia como: *la capacidad de pensar en forma abstracta*, sin embargo, la inteligencia no implica sólo abstraer ideas sino que además posee grandes capacidades que se desarrollarán a lo largo de este capítulo.

Wechsler, creador de tests de inteligencia para todas las edades la define como: *la capacidad para actuar con un propósito concreto, pensar racionalmente y relacionarse eficazmente con el ambiente*.

Investigadores actuales consideran que la inteligencia es *la constante interacción activa entre las capacidades heredadas y las experiencias ambientales, cuyo resultado capacita al individuo para adquirir, recordar y utilizar conocimientos, entender tanto conceptos concretos como abstractos, comprender las relaciones entre los objetos, los hechos*

¹⁸ ibidem, P.21.

y las ideas; y aplicar y utilizar todo ello con el propósito concreto de resolver los problemas de la vida cotidiana.¹⁹

Howard Gardner afirma que la inteligencia es la capacidad para resolver problemas o para elaborar productos de gran valor para un determinado contexto comunitario o cultural.²⁰

A partir de estos conceptos se puede afirmar que no es fácil definir lo que es realmente la inteligencia, ya que se habla de sus capacidades o de lo que puede llegar a producirse a través de ella, además de que cada autor la define según los estudios que realizaron en base a ella. De esta forma queda incompleto o parcializado lo que es en sí dicha potencialidad humana.

William Kelly, en su obra "Psicología de la Educación", hace un análisis completo sobre lo que es la inteligencia o el intelecto, debido a que para definirlo considera la esencia y naturaleza de la inteligencia así como las facultades que de ella se derivan. Kelly define el intelecto como:

...la facultad del pensamiento. Es el poder espiritual y cognoscitivo de la mente... Es la facultad que distingue o reconoce la naturaleza interna de las cosas o la esencia de éstas. Esta facultad intelectual del hombre trae, dentro del campo del conocimiento humano, cosas que están por encima y más allá de los sentidos, reconoce en lo sensible aquello que es suprasensible e incluye bajo las apariencias externas la naturaleza interior de las cosas. El intelecto es la facultad por la que se adquiere el conocimiento humano. La función del intelecto es la intelección que consta de tres procesos mentales: la formación de ideas, el juicio y el razonamiento.²¹

De esta definición se comprende que cuando afirma que el intelecto o inteligencia es el poder espiritual, hace referencia a que es una facultad espiritual en su naturaleza, debido a que su actividad no es orgánica, es decir, el intelecto al formar los conceptos y las ideas no lo hace de manera tangible, aunque para que estos conceptos e ideas se den se necesita de los

¹⁹ PAPALIA, Diane, *Et. Al.*, *Psicología*, P.247.

²⁰ *Cfr.* GARDNER, Howard, *Estructuras de la Mente, Teoría de las Inteligencias Múltiples*, P.37

²¹ KELLY, William, *Psicología de la Educación*, P.130.

estímulos sensoriales y de las actividades neurológicas del cuerpo. Así se afirma que todo lo que hay en el intelecto implica necesariamente que haya pasado antes por los sentidos.

Por otra parte al hablar de que reconoce la naturaleza interna de las cosas, quiere decir que puede captar su esencia, es decir, lo que hace que ese objeto sea lo que es, lo que lo caracteriza como tal.

Una vez definido lo que es la inteligencia es necesario exponer las bases biológicas o físicas que producen los conocimientos y las conductas en el ser humano. Por esta razón a continuación se explicarán las características fisiológicas y neurológicas del cuerpo humano que permiten que el alma y sus potencias espirituales (intelecto y voluntad) puedan actualizarse.

2.2.- FACULTADES DE LA MENTE HUMANA.-

La inteligencia humana posee grandes funciones que permiten que el hombre pueda perfeccionarse. Es importante aclarar que el ser humano puede actualizar su inteligencia humana a través de la mente y del perfecto funcionamiento del cerebro; debido a que la mente es la capacidad espiritual donde se localizan las ideas (espirituales) y el cerebro es el instrumento material por el cual se puede actualizar dicha mente. Así se comprueba una vez más que el hombre es una substancia de cuerpo y alma, en busca de la perfección.

De esta forma se explicarán a continuación cuales son las facultades de la mente, que se deriva de la inteligencia, que hacen al hombre ser un individuo racional. Esta explicación abarca el aspecto filosófico, psicológico y neurológico, para dejar clara la integridad del ser humano.

2.2.1.- LA SENSACIÓN.-

Etimológicamente la sensación se deriva del latín : *centetio-entire* que significa percibir. Filosóficamente se define como la impresión que las cosas producen en el alma por medio de los sentidos. Psicológicamente se entiende como la captación mental de las cualidades sensibles de los objetos, acción física o química (estímulo) que se ejerce sobre el sistema nervioso de nuestros sentidos.

Para William Kelly la sensación *es un proceso consciente, que es el resultado inmediato de la excitación de los órganos sensoriales, por medio de los cuales el hombre conoce la existencia y propiedades de los objetos específicos que estimulan la acción de los sentidos.*²²

Esta facultad humana es la que permite que se de inicio a todo proceso mental y cognoscitivo, debido a que es el primer contacto que se tiene con la materia y que permite que posteriormente se de un conocimiento de la realidad o un aprendizaje nuevo.

La Sensación posee tres características fundamentales:

- ⇒ **Cualidad:** es el carácter específico de cada sensación, la cualidad es un dato intuitivo por el cual, por ejemplo, se distinguen colores, temperaturas, texturas, etc.

- ⇒ **Intensidad:** Es la fuerza con que la sensación se impone a la consciencia. Cuando la sensación es tan débil o tan fina que apenas es perceptible, se dice que está en el umbral, y cuando aumenta en viveza o fuerza, hasta el punto en que es imposible un nuevo incremento se dice que ha llegado al máximo.

²² Ibidem., P.53.

⇒ **Umbral de la intensidad:** Todo estímulo para poder ser captado tiene que estar dentro de los límites del umbral de intensidad. Este umbral es el parámetro por el cual se captan las cosas con una intensidad mínima o máxima.

Entre el umbral y el máximo puede apreciarse un cierto número de grados de intensidad. Entre las condiciones que pueden modificar la intensidad de las sensaciones pueden enumerarse:

- ⇒ la fuerza del estímulo,
- ⇒ la sensibilidad del receptor,
- ⇒ el estado del sistema nervioso,
- ⇒ la atención expectante,
- ⇒ la inatención o concentración en otro objeto,
- ⇒ la duración y
- ⇒ el ritmo de modificación.²³

La sensación se da cuando un estímulo actúa sobre un órgano sensorial, mandando un impulso nervioso por una neurona sensorial a la zona sensorial en la corteza del cerebro. De esta forma se comprueba que se requieren de unas condiciones para que la sensación se produzca:

- 1) Condiciones físicas, es decir, que exista un estímulo que actúe sobre un órgano sensorial.
- 2) Condiciones fisiológicas, un receptor u órgano sensible especialmente sensitivo a su propia forma de estímulo y una neurona sensorial, que conduce el impulso nervioso a la corteza cerebral.

²³ *Íbidem.*, P.54

3) Condiciones psicológicas, que suponen la introducción de lo consciente en la mente.²⁴

Las sensaciones se clasifican en cinco divisiones, que se basan en los cinco sentidos que las producen. Para efectos de este tema, no se requiere de una amplia explicación de los sentidos que producen las sensaciones y de esta forma se presenta a continuación un cuadro de los cinco principales sentidos y de los estímulos y sensaciones que se provocan en ellos:

Cuadro 2: Sensaciones

SENTIDO	ÓRGANO EN QUE RESIDEN	ESTÍMULO QUE LOS PROVOCA	SENSACIÓN O RESPUESTA
Vista	Ojo	Luz	Colores, formas y tamaños.
Oído	Oído	Ondas y Vibraciones	Sonido
Tacto	Piel	Objetos sólidos, gaseosos o líquidos, presiones mecánicas y todo lo que entre en contacto directo.	- De contacto y presión. (Formas y texturas) - De temperatura o térmicas. (Frío o calor)
Cinestésico (posiciones del cuerpo)	Articulaciones músculos y tendones	Tensión muscular	- movimientos del cuerpo.
Vestibular (sentido del equilibrio)	Órganos vestibulares: 3canales semicirculares 2 órganos otolitos. (ambos oídos del cuerpo)	Movimiento y equilibrio	- Equilibrio. (No mareo)
Olfato	fosas nasales	Partículas extremadamente finas que están en el aire.	Olores.
Gusto	Papilas gustativas	Substancias gustativas o comestibles	Sabores.

²⁴ ibidem., P.54

2.2.1.1.- BASES NEUROLÓGICAS DE LA SENSACIÓN.-

Una vez explicada la naturaleza de la sensación es importante explicar a grandes rasgos los factores neurológicos que hacen posible que la información sea captada por el sistema nervioso y que posteriormente les de un verdadero significado; para esto se explicará a continuación los procesos neurológicos de los sentidos.

El área sensorial de la corteza cerebral se presenta en las siguientes regiones:

⇒ **Vista:**

En relación al sentido de la *vista* , el centro visual del cerebro se encuentra ubicado en el lóbulo occipital del cerebro y su estimulación artificial con electrodos produce la sensación de haces luminosos o de colores, lo que sugiere que en las entradas sensoriales de las imágenes que provienen de los ojos, se reciben en esta área del cerebro y allí se transforman en estímulos significativos.

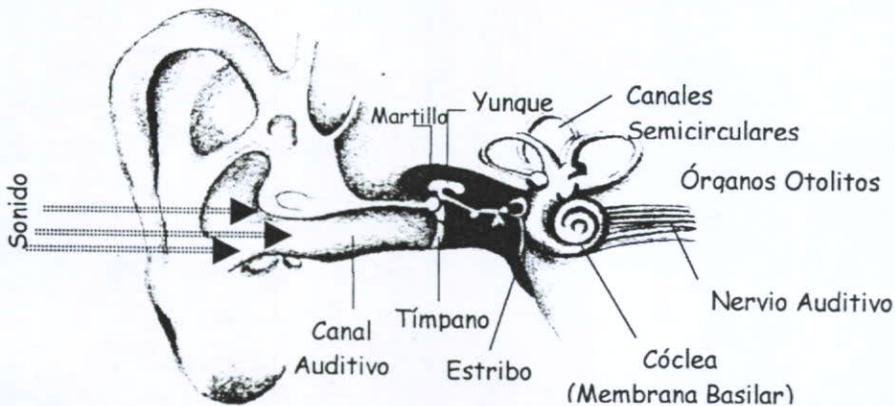
El camino que sigue la información desde que entra por la retina hasta que llega al cerebro es el siguiente: Los conos y los bastones (células de la retina) sensibles a la luz transforman las ondas luminosas en señales eléctricas, posteriormente las células interconectadas con la retina procesan la información, entre ellas las células ganglionares llegan al nervio óptico y así mandan los mensajes al cerebro.

⇒ Oído:

El *área auditiva* se localiza en el lóbulo temporal, y la información captada por el sentido del oído se da de la siguiente manera: La información entra en forma de ondas sonoras y al llegar al huesecillo del estribo ubicado en el oído interno, éste activa a la membrana basilar que imprime movimientos de presión desatando estímulos nerviosos que se dirigen a la corteza auditiva.

Dentro del sentido del oído se ubica la región sensorial vestibular que es la encargada de proporcionar información acerca del movimiento y equilibrio de la cabeza y del cuerpo. Este sentido lleva los mensajes al cerebro a través de tres canales semicirculares y dos órganos otolitos, situados en la parte ósea del cráneo en ambos oídos internos.²⁵ (ver. Fig. 1)

Fig. 1 Anatomía del Oído.²⁶



²⁵ *ibidem*, P.161.

²⁶ *ibidem*, P.162

⇒ Piel:

Los *receptores de la piel* (contacto, presión, frío, calor y dolor), mandan sus mensajes sensoriales a la médula espinal y de ahí la señal viaja por vías muy complejas a las regiones somatosensoriales ubicadas en los lóbulos parietales del cerebro para que sean procesados.

⇒ Olfato:

En cuanto al *olfato*, lo que se capta realmente es toda aquella información con respecto a sustancias químicas suspendidas en el aire que son solubles en agua o en grasas. Estas sustancias que se respiran fluyen a través de la cavidad nasal y excitan los receptores conocidos como *bastones olfatorios*, que se encuentran en la parte superior de dicha cavidad; estos bastones son las terminaciones dendríticas de las neuronas que cuelgan en la cavidad nasal, y cada terminal tiene varias estructuras piliformes llamadas cilios. Así todo estímulo captado por la nariz al llegar a dichos cilios desencadena un estímulo nervioso que manda la información al cerebro a través de dos nervios olfatorios. (Ver fig. 2)

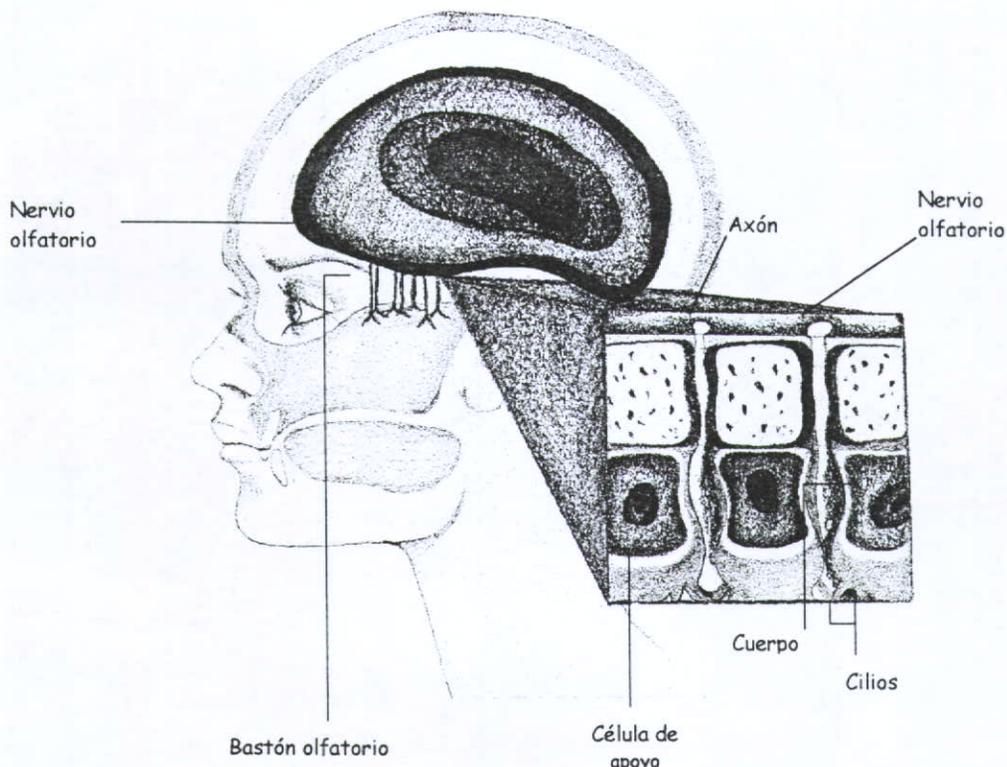
Los mensajes relacionados con el olfato no llegan en última instancia a una región específica del cerebro.

⇒ Gusto:

Finalmente referente al sentido del *gusto*, las sustancias que entran a la boca estimulan las células gustativas, y dicha información se procesa en el cerebro en la corteza somatosensorial de los lóbulos parietales y en el sistema límbico.

Así, una vez explicadas las principales sensaciones, con su localización neurológica se procederá a dar la información sobre como se capta o percibe todo lo que entra por los sentidos para llegar a formar las ideas.

Fig. 2. Anatomía del Olfato²⁷



2.2.2. LA PERCEPCIÓN.

Etimológicamente percepción viene del latín “percepere” que significa tomar de.

La Percepción se define como el proceso mental de interpretar y dar significado a la sensación de un objeto. Esta facultad está íntimamente ligada a las actividades corporales que se dan en los órganos de los sentidos y al sistema nervioso, ya que sin la actuación de estos elementos no podrían percibirse o captarse las ideas, objetos, situaciones, emociones y sentimientos que ocurren dentro y fuera del ser humano.

La base de la percepción consiste en experiencias presentes o pasadas. En el caso de estas últimas, los recuerdos son los que completan y corrigen la percepción actual. Esta

²⁷ íbidem.

percepción va unida íntimamente a la sensación, a tal grado que no puede haber percepción sin que exista primero una sensación; de esta forma, se afirma que una de las características relevantes de la percepción es que es sintética y coordina varias sensaciones.

La percepción se presenta a través de las siguientes fases:

- 1) Se presenta una sensación.
- 2) Se hace una discriminación e identificación de las impresiones sensibles.
- 3) Se unifican las percepciones sensibles actuales con las pasadas.

Existen distintas formas o leyes que se dan en la percepción de las cosas captadas por las sensaciones, entre ellas están las siguientes.

1) Organización de formas:

Los elementos perceptivos se estructuran por medio de distintas maneras:

- ⇒ Proximidad: los objetos están ligados en el espacio o en el tiempo y así tienden a ser percibidos como pertenecientes a un grupo.
- ⇒ Similitud o simetría: Es la tendencia a agrupar juntos aquellos elementos que están próximos entre sí.
- ⇒ Continuidad: Es la tendencia a la agrupación de acuerdo con la constancia en la cadena y similitud de tonos.

2) Figura-Fondo:

La figura se refiere al objeto que se percibe, en tanto que el fondo se refiere al contexto o los espacios en derredor del objeto.

3) Ley de Contorno:

Capacidad de distinguir objetos específicos de un fondo en general.

4) Ley del cierre:

Tendencia a agrupar con base en figuras cerradas o completas en lugar de hacerlo con figuras abiertas o incompletas.

5) Constancia del objeto:

Las formas tienden a guardar sus características propias a pesar de las modificaciones en la presentación.²⁸

Una vez explicadas dichas leyes, es interesante aclarar, que la sensación o la unidad mental del objeto es unívoca, es decir, la sensación se presenta y se percibe como tal, siempre y cuando no haya un defecto en el aspecto corpóreo de la sensibilidad; pero en el caso de la percepción, que es la encargada de realizar el proceso mental, sí puede haber fallas o defectos.

Las principales causas de dichos defectos pueden darse por lo siguiente:

- 1) Defectos en los órganos sensoriales.
- 2) Informe inadecuado, causado por descuido, el apresuramiento, falta de atención.
- 3) Errores en la interpretación.
- 4) Tensión emocional.

²⁸ Cfr. FELDMAN, Robert, *Psicología*, P.111.

En cuanto al aspecto neurológico de la percepción, éste se da íntimamente ligado a la sensación, debido a que sin la percepción sólo se recibiría la información sin darle un verdadero significado o una asociación adecuada; por lo que se requiere del buen funcionamiento de las bases neurológicas explicadas en la sensación para que pueda haber realmente dicha interpretación de la información recibida desde el exterior.

2.2.3.- LA ATENCIÓN.-

El ser humano casi siempre en todas sus actuaciones, es consciente de lo que realiza u observa. En algunos casos el hombre aprecia y considera en una forma mas selectiva, cierta actividad. Esta intensificación consciente sobre un objeto es lo que se conoce como atención.

La atención por lo tanto se define de la siguiente manera: *Es la concentración o enfoque de la consciencia sobre un objeto, situación, actividad o proceso mental específico, con exclusión, mas o menos completa, de todos los demás, y con la finalidad de comprender su naturaleza o cualidades.*²⁹

Esta facultad mental, que permite que exista una concentración consciente sobre una situación u objeto en específico, puede ser de dos formas:

- a) *Espontánea*, cuando el estímulo que se presenta tiene gran fuerza para llamar la atención del individuo; y

- b) *Voluntaria*, cuando hay un acto deliberado de la mente hacia un objeto específico.

La atención tiene una capacidad limitada y por lo general se enfoca a los sucesos externos, especialmente a lo que es nuevo, inesperado, atractivo o intenso. Esta facultad en

²⁹ KELLY, William, Op.Cit., P.118.

grandes ocasiones es determinada por las necesidades, intereses y valores de las personas, de manera que si se busca captar la atención de las personas es importante saber presentárselo de manera interesante e innovadora.

En este aspecto la afectividad juega un papel fundamental ya que gran parte de la atención que se presta a ciertos fenómenos es porque existe un movimiento hacia ellos o porque han despertado una emoción, afecto o sentimiento que hace que el interés se agudice.

Referente a las bases neurológicas de la atención, es necesario aclarar que la localización de los procesos cerebrales responsables de la atención dependen de los sistemas sensoriales primarios, ya que dependiendo de la fuerza con que se perciban las sensaciones y de la selección hacia ciertos estímulos más interesantes para el individuo entrará la información. Ahora bien estudios actuales afirman que al enfocar la atención, sobre todo hablando del campo visual, el área que entra en juego es el córtex parietal posterior que al momento en que se enfoca la atención hacia algún objeto las células comienzan a disparar energía hacia dicha región del cerebro.³⁰

2.2.4.- LA IMAGINACIÓN.-

La imaginación es la facultad mental de reproducir experiencias sensoriales pasadas de objetos no presentes actualmente a los sentidos y de recombinar elementos de dichas experiencias en nuevas formas.³¹

La filosofía escolástica lo considera como uno de los cuatro sentidos internos que permite la organización de los datos sensibles, desde los cuales elabora las imágenes que hacen posible el pensamiento por ideas.³²

³⁰ KANDEL, Eric, *Et. Al.*, *Neurociencia y Conducta*, P. 371.

³¹ *Ibidem.*, P.77.

³² *GRAN ENCICLOPEDIA RIALP*, Tomo 12, P.502.

Esta facultad es la clave del ser humano para el desarrollo de la creatividad y del arte, ya que implica el poder producir, combinar, reproducir y conservar imágenes independientemente de la presencia del objeto al que se esta refiriendo.

Para el desarrollo de esta facultad se requiere del conocimiento previo de los objetos, debido a que, aunque la imaginación significa la creación de un elemento nuevo, este no puede ser creado en base a ideas no conocidas o experimentadas anteriormente.

En definitiva, la imaginación no puede darse sin que antes exista una serie de sensaciones y percepciones que permitan tener una base para formar imágenes de los objetos - aun de los no reales-. Por ejemplo: la creación de Walt Disney del personaje de Micky Mouse es un efecto de la imaginación en donde se creó un ser ficticio con forma de ratón, capacidad para hablar, pensar y comunicarse con los demás, etc., así aunque este personaje es ficticio, sus características son ideas ya concebidas y experimentadas por su creador.

Esta facultad tiene la capacidad de configurar libremente los elementos que tiene presentes en la memoria, pero esta libertad se ve fuertemente influenciada por la tonalidad afectiva que tiene la persona en un determinado momento. De esta forma los datos creados pueden ser mejorados o deformados de su idea original; por otro lado estos datos pueden ayudar a la persona a realizar suposiciones o hipótesis sobre el futuro, ayudándole a predecir y estar alerta de lo que va a suceder en el tiempo posterior.

El proceso de todo acto imaginativo se da a través de las siguientes fases:

- 1) Reproducción o reanimación de las experiencias sensoriales: en esta reproducción, las imágenes pueden surgir de manera espontánea (sin que se haya utilizado la atención o la voluntad) o de manera voluntaria (utilizando el esfuerzo y la atención)

- 2) Modificación o transformación de elementos de las imágenes, reavivadas en nuevas combinaciones.
- 3) Construcción de una nueva imagen distinta de la realidad y que incluso puede ser que no haya existido jamás.

2.2.5.- LA MEMORIA.-

A diferencia de la imaginación, la memoria es la facultad de conservar y de reproducir imágenes pasadas. Su acto propio es el reconocimiento de los recuerdos como tal sin que exista en ellos una creación de elementos nuevos que cambien el ser real por algo imaginario.

Esta facultad se define como: la facultad de la mente por la cual los estados mentales y estados de conciencia pasados se retienen, evocan y reconocen.³³

Esta facultad consta de diversos procesos y estructuras implicados en almacenar experiencias y poder recuperarlas de nuevo en un momento dado, es decir, de retenerlas y de reproducirlas o evocarlas en ocasiones de forma involuntaria o de manera intencional.

La memoria por su misma naturaleza abarca tres funciones principalmente, las cuales se presentan en el ser humano en distinto grado de perfección, dependiendo de sus diferencias individuales:

1. **La retención:** es la preservación de percepciones, imágenes e ideas.
2. **La evocación:** es la reproducción actual en la consciencia de una experiencia pasada.
3. **El reconocimiento:** es la aprehensión de una experiencia actual idéntica de otra anterior.

³³ KELLY, William, *Psicología del Aprendizaje*, P.88

Esta facultad es una condición esencial en la asimilación y formación de juicios dentro del proceso de conocimiento, ya que para elaborar ya sea juicios, conceptos e ideas se requiere de la retención, recuerdo y reconocimiento de acontecimientos pasados que permitan asociarlos y formarlos adecuadamente.

Así mismo, la naturaleza propia de la memoria corresponde y actúa según la naturaleza propia del ser humano. El hombre al ser un compuesto de alma (espiritual) y cuerpo (materia sensible), tiene un proceso de memoria sensorial y uno intelectual.

Anteriormente se explicó como toda la información que recibe el hombre es a través de los sentidos, así la memoria sensorial es el primer paso de retención que consiste en el almacenamiento inicial y momentáneo de información a nivel sensible. Esta información dura tan sólo algunos segundos, si la persona presta atención a la información, ésta se va hacia la memoria de corto plazo en donde se hace un almacenamiento que implica una experiencia significativa para el sujeto, esta información si no es procesada se perderá en fracción de 15 a 25 segundos; pero en caso de que exista un procesamiento profundo esta información llegará a la memoria a largo plazo en donde la información es relativamente permanente y si se requiere evocar dicha información esta debe transferirse a la memoria a corto plazo y hacerla consciente. De esta forma la memoria a corto plazo es la encargada de recibir la información y de actualizarla en los momentos que se requiera.³⁴

Al hablar de memoria es necesario hablar del proceso por el cual el almacenamiento o retención de la información se pierde o se olvida. El olvido es origen de una tendencia natural del hombre a deshacerse de lo que carece de interés personal en su vida pasada y quedarse solo con aquello que ha causado más impresión en él. Algunas de las causas del olvido se deben a los siguientes aspectos:

³⁴ Cfr. FELDMAN, Robert, *Psicología*, Pp.212-214.

⇒ Falta de empleo de los conocimientos.

⇒ Represión de los conocimientos, esto se refiere a cuando la situación es tan desagradable que produce angustia y es llevado debajo del nivel de la consciencia. De esta forma operan ciertos sistemas psíquicos que suprimen en forma suficiente el material que ocasiona disturbios para mantenerlo alejado de la consciencia y así el material no está disponible para el recuerdo voluntario.

Ahora bien, *¿se puede hablar de memoria emocional?*, es decir del lugar en donde se almacenan las implicaciones afectivas de los recuerdos. Esto sí es posible y se almacena en el sistema límbico del cerebro pero, este tema es materia del capítulo posterior en donde se analizará ampliamente.

Una vez analizado la naturaleza de la memoria y la posibilidad del olvido, sólo faltaría analizar el aspecto neurológico de dicha facultad de la inteligencia para comprender mejor su origen y funcionamiento en el ser humano.

El aspecto neurológico de la función de la memoria aún continúa en constante investigación, debido a que la memoria es una propiedad general del cortex cerebral en su totalidad, es decir, abarca a muchas regiones del encéfalo.

La región que más está relacionada con los procesos de memoria es el hipocampo, ya que su función consiste en almacenar la información durante varias semanas y transmitirla a regiones específicas del córtex cerebral para que ahí tengan un almacenamiento duradero y a largo plazo. Por otra parte se dice que dependiendo del tipo de información que se almacene, dependerá la zona del cerebro que lo registre. La neurociencia actual afirma que existen dos tipos de memoria principalmente: la memoria explícita y la implícita.

a) **La memoria explícita** codifica información sobre acontecimientos autobiográficos y conocimientos sobre hechos, personas y lugares específicos que pueden relatarse verbal y

conscientemente, y el área del cerebro que codifica dicha información es el lóbulo temporal medial.

b) **La memoria implícita** incluye formas de aprendizaje perceptivo y motor que no requieren de una acción consciente para que sean ejecutadas, estas se adquieren mediante la repetición a largo plazo de ensayos sobre dichas habilidades; esta memoria implícita involucra al cerebelo, la amígdala, los sistemas sensoriales y motores específicos activadas por la tarea que se realiza.³⁵

2.2.5.1- EL PROCESO DE ASOCIACIÓN.

La facultad de la memoria y sus procesos principales de retención, recuerdo y reconocimiento no pueden darse sin que exista una relación de las experiencias pasadas con las actuales. A esta relación se le conoce como el proceso de asociación.

Este proceso se define como el proceso mental en el que las ideas y experiencias pasadas son traídas a la consciencia a través de otras ideas y experiencias presentes en ésta.³⁶

Este proceso mental es el que permite que se relacionen dos o más experiencias entre sí, pero cabe afirmar que no es una relación semejante a una mezcla en donde la unión de dos experiencias te dará una nueva por resultado, sino que cuando surge una experiencia el intelecto tiende a asociarlo con aspectos ya conocidos; y cuando hay una evocación de una idea, percepción, experiencia, emoción, sentimiento, etc., al momento se le vendrán también a la mente aspectos o experiencias relacionadas con ello. Este es el caso de cuando surge en la mente algún recuerdo sin que la persona conozca la razón por la que se vino de manera espontánea.

³⁵ Cfr., KANDEL, Et.AL., *Neurociencia y Conducta*, Pp.700-712.

³⁶ KELLY, William, *Psicología del Aprendizaje*, P.108.

2.2.6.- PENSAMIENTO DIRIGIDO.-

El pensamiento es el acto de la razón que implica la acción o el efecto de pensar, aprehender, conocer, juzgar y razonar.

Y en cambio al hablar de pensamiento dirigido es cuando existe en el ser humano una meta específica en mente, es decir, pretende llegar a una conclusión determinada.³⁷ Es el momento en el que se ejerce control y se le otorga dirección al pensamiento.

Existen dos formas de llegar al pensamiento dirigido, estos son: el razonamiento y la solución de problemas

2.2.6.1.- RAZONAMIENTO

Razonamiento es un proceso en el cual se usan diversas estrategias de toma de decisiones para responder de manera precisa a cuestionamientos precisos. El ser humano al hacer uso del razonamiento lo hace por diversos caminos:

⇒ *Igualación de prototipos*: A través de este camino las personas analizan y deciden si un objeto, situación o experiencia es miembro de una categoría específica al confrontarlo con el prototipo o modelo de clase que el tiene registrado. Por ejemplo: cuando una persona va a tomar una decisión, se basa en igualación de prototipos de experiencias anteriores.

⇒ *Búsqueda de ejemplares*: este aspecto se refiere a que la persona toma en cuenta experiencias o situaciones modelo o ejemplares que le indiquen como relacionarlo con las nuevas experiencias.

³⁷ Cfr. DAVIDOFF, Linda, *Psicología*, P.259.

2.2.6.2.- SOLUCIÓN DE PROBLEMAS.-

La otra forma existente de llegar al pensamiento dirigido se refiere a la *solución de problemas*, que consiste en el dar la salida adecuada a una situación presente, enfrentándose a los obstáculos y dificultades para lograr dicha meta. Esta resolución de los problemas se da a través del siguiente proceso:

- 1) Identificación: a lo largo de la vida los problemas pueden surgir por si mismos o las personas pueden buscarlos por su propia decisión, pero lo importante como primer paso es saber que es lo que se tiene que resolver.
- 2) Preparación: se refiere a considerar todas las representaciones posibles sobre como resolver el problema.
- 3) Trabajar para resolver el problema: esto indica que el sujeto ha decidido por la opción que le parece la más adecuada y la lleva a cabo.
- 4) Evaluar la solución y comprobar si se solucionó el problema o la situación.

2.2.7.- EL LENGUAJE HUMANO.

Las facultades mentales hasta aquí mencionadas tienen una expresión hacia el exterior y sólo pueden ser comunicadas o manifestadas a través del lenguaje, además que las emociones afectos y sentimientos tienen una forma especial de lenguaje verbal y no verbal para comunicar los mensajes. De esta forma es necesario explicar la naturaleza de este medio por el cual se actualizan las demás facultades antes mencionadas.

El lenguaje es un método exclusivamente humano, de comunicar ideas, pensamientos, emociones, sentimientos y deseos por medio de un sistema de símbolos producidos de manera deliberada.³⁸ Esta forma de comunicación es aprendida a través de la cultura en la que el ser humano se desarrolla, y además es producto de el mismo hombre, debido a que él mismo a lo largo de los años ha ido eligiendo y relacionando los signos con los mensajes, de manera deliberada.

El lenguaje humano existe debido a que él es capaz de conocer y manifestar sus estados emocionales y cognoscitivos interiores y utiliza la expresión para que exista un diálogo tanto con los demás seres como con él mismo.

Esta facultad de comunicarse con los demás seres presenta tres características fundamentales:

- ⇒ La comunicación es *adquirida* debido a que el hombre necesita aprender el propio código lingüístico para comunicarse y esto lo aprende dentro de la cultura en la que se desenvuelve desde la infancia.
- ⇒ La comunicación es *representativa* debido a que al estar dirigiendo un mensaje, dicho mensaje representa la realidad que quiere dar a conocer a los demás.
- ⇒ La comunicación es *variada*, pues existen una gran cantidad de idiomas y códigos lingüísticos para comunicarse.

Los distintos niveles de lenguaje humano que manifiestan una capacidad propia de los seres racionales son:

³⁸ YEPES, Ricardo, *Antropología Filosófica*, P. 50.

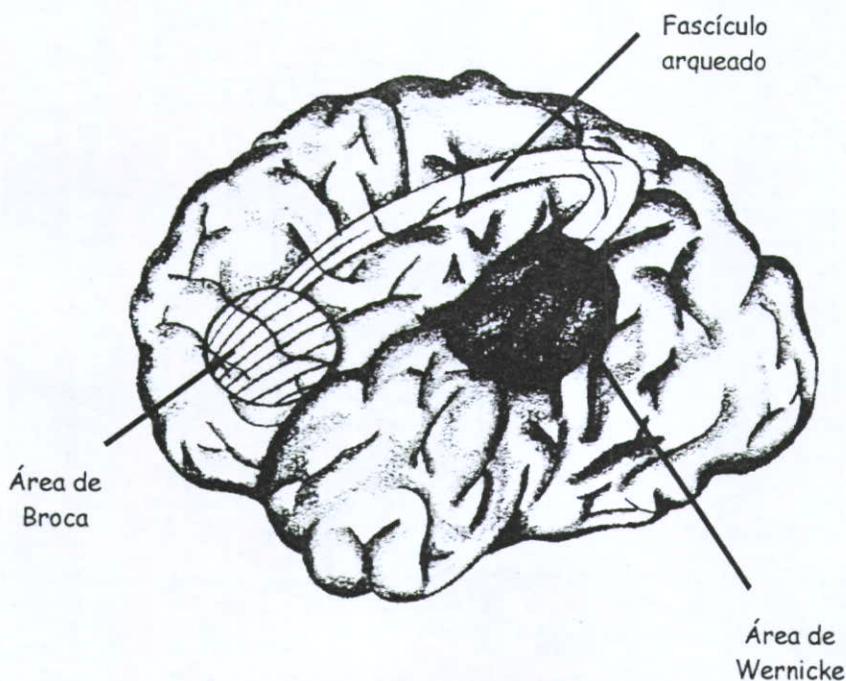
1. El lenguaje *simbólico*, es el uso de señales o signos que indican una idea o un mensaje. Por ejemplo los signos de vialidad.
2. El lenguaje *oral*, es la expresión a través de palabras y sonidos de los mensajes y sus contenidos.
3. El lenguaje *escrito* es la fijación mediante signos gráficos de los mensajes y sus contenidos.
4. El lenguaje *corporal*, es la expresión de ideas, sentimientos o emociones a través de movimientos corporales, gestos o articulaciones que expresan mensajes o que acompañan e intensifican a los mensajes orales.

En el caso de esta comunicación corporal no verbal, es importante hacer mención que en esta investigación se pretende aclarar el hecho de que las emociones son uno de los medios de comunicación que reflejan el estado de ánimo que la persona presenta. Esto se comprende cuando se afirma que las emociones y los estados de ánimo se manifiestan en la expresión del rostro, en la actitud corporal, en el tono de voz y en los gestos.

En cuanto a la base neurológica del lenguaje el primer y más importante juicio acerca de su localización en el cerebro, es que las capacidades del lenguaje se localizan generalmente en el hemisferio izquierdo o mejor conocido como hemisferio dominante; aunque en algunos casos se ha comprobado que en algunas personas que han sufrido una lesión fuerte en las regiones del lenguaje del hemisferio dominante, esta función se ha logrado desarrollar en las regiones correspondientes al otro hemisferio.

En dicha base neurológica se encuentran tres áreas específicas que logran que se de el lenguaje en los seres humanos, dichas áreas son las siguientes: área de Broca, área de Wernicke y fascículo arqueado. (Ver fig. 3)

Fig. 3.- Áreas primarias del lenguaje en el encéfalo, vistas en la superficie lateral del hemisferio izquierdo.⁴⁰



1.- **Área de Broca**, la cual se encuentra adyacente a la región de la corteza motora, controla los movimientos de los músculos de los labios, la mandíbula, la lengua, el paladar blando y las cuerdas vocales, en definitiva, controla la expresión facial, la articulación y la fonación.

El daño en el área de Broca, produce la *afasia de broca*, que consiste en la lesión en la que se conserva gran parte de la comprensión del lenguaje mientras que la producción del mismo se ve gravemente alterada, produciendo un habla lenta con omisiones de palabras,

⁴⁰ Cfr. KANDEL, Et. Al., *Neurociencia y Conducta*, P.686.

desintegración de la sintaxis, dificultad para leer en voz alta. Esto se comprende debido a que el área de Broca coordina el control de los movimientos del lenguaje.⁴⁰

2.- Área de Wernicke: esta área se encuentra en la región posterior superior del lóbulo temporal, cerca del córtex auditivo primario (circunvolución temporal superior). Esta área está encargada del centro de comprensión auditiva del lenguaje.

Una lesión o daño en ésta área se le conoce como *afasia de Wernicke* y se caracteriza por un gran déficit de la comprensión de los mensajes tanto auditivos como visuales; aunque por otro lado el habla es fluida y normal, pero presenta problemas para emplear la palabra correcta o para repetir palabras o frases, debido a que su comprensión está alterada.⁴¹

3.- El fascículo arqueado es un haz nervioso que une las áreas de Broca y de Wernicke y que permite que exista una adecuada comprensión y expresión del lenguaje.

Las lesiones en esta área se conoce como *Afasia de conducción* causan una producción del lenguaje menos fluido que los que padecen la afasia de Wernicke, cometiendo muchos errores parafrásicos, sustituyendo algunas palabras por otras. Esta lesión se caracteriza principalmente por la capacidad para comprender el lenguaje pero no para repetir palabras.⁴²

Es indudable que el lenguaje es una forma de expresión de los sentimientos y emociones, por tanto, es factor clave para la afectividad humana, en definitiva es interesante preguntarnos *¿de qué manera se ve afectado el lenguaje si existiese una lesión en los componentes afectivos del ser humano?*. Para responder este cuestionamiento es necesario explicar que aunque el hemisferio izquierdo o dominante es el causante del lenguaje, si se presentaran algunas lesiones en el hemisferio derecho, definitivamente existirían ciertos componentes afectivos que alterarían el lenguaje. Esto se explica debido a que al momento

⁴⁰ Cfr. THOMPSON, Richard, *Introducción a la Psicología Fisiológica*, P.613.

⁴¹ Cfr. KANDEL, Eric, *Et.Al.*, *Neurociencia y Conducta*. P. 684.

⁴² *Ibidem.*, P.685

de comunicarse, el ser humano manifiesta a través del énfasis, tono y ritmo de voz su estado de ánimo o afectividad hacia algo o alguien.

Ahora bien, algunos componentes afectivos del lenguaje se basan en procesos especializados del hemisferio derecho y sus alteraciones son conocidas con el nombre de aprosodías. Así una lesión en el corte frontal derecho provocará un tono de voz apagado o una falta para detectar los componentes afectivos al momento de escuchar los mensajes de las demás personas.

2.2.8.- EL APRENDIZAJE HUMANO.

Aprender se deriva del vocablo latino *apprehendere* (de *ad*: que significa “a” y *prehendere*: percibir), por lo que etimológicamente significa “adquirir el conocimiento de alguna cosa a través del estudio o de la experiencia”.⁴³

Hablar de aprendizaje es hablar de una de las capacidades que determinan la racionalidad del ser humano, ya que es una actividad que surge desde la niñez hasta que el hombre muere. Además supone una actividad mental por medio de la cual se adquieren, retienen y utilizan el conocimiento y la habilidad; además que todo acto de aprendizaje implica un cambio de conducta o de actitud en la persona.

De esta forma se puede definir aprendizaje como *la actividad mental por medio de la cual el conocimiento y la habilidad, los hábitos, actitudes e ideales, son adquiridos, retenidos y utilizados originando progresiva adaptación y modificación de la conducta*.⁴⁴

⁴³ CASTILLO, Gerardo. *Yo Puedo Aprender*, P.11.

⁴⁴ KELLY, William. *Psicología del Aprendizaje*, P.244.

Al hablar de aprendizaje implica mencionar que se hace referencia a un proceso que se realiza en el interior del individuo provocado por alguna experiencia significativa que produzca dicho cambio y modificación de conducta del que se hablaba anteriormente.

Este cambio de conducta es intencional por parte del individuo de manera que no puede imponerse, sino que se requiere de la disposición del individuo para considerar aquello como un aprendizaje significativo. Esta es la única forma de lograr una permanencia en lo aprendido.

2.2.8.1.- PROCESO DE ADQUISICIÓN DE APRENDIZAJE.-

Una vez definido lo que es aprendizaje es necesario explicar el proceso por el cual se da dicho cambio intencional de conducta:

1a. Etapa : Aprehensión y captación de los datos.

Las experiencias que vive el hombre le proporciona datos que llegan a la mente y estos son captados por nuestros sentidos y gracias al enfoque dirigido. A mayor intervención de órganos sensoriales para captar los datos mayor será la captación de los mismos; esto es que si los datos son vistos (lectura), expresados de forma oral y escrita (recitación resúmenes, etc.) , escuchados (profesor, medios de comunicación), y traducidos en movimientos musculares (demostraciones prácticas), estos conocimientos tendrán mayor facilidad de ser aprehendidos y captados por a mente de manera que posean un significado especial para la persona que vive dicha experiencia y se logre así lo que comúnmente se llama aprendizaje significativo.

2a. Etapa: Retención y evocación de la información adquirida.

Esta etapa consiste en favorecer a que los datos que se captaron por medio de los sentidos sean fijados en la memoria a largo plazo y estén en disposición para su evocación cuando ésta sea necesaria. Para lograrlo se requiere de ejercicios como repeticiones, elaboración de esquemas, mapas conceptuales, respuesta a cuestionamientos, etc.

3a Etapa: Elaboración e integración de los conceptos.-

Una vez captado y memorizado los datos es necesario darles un significado personal y hacer la relación e integración con los demás conceptos aprendidos anteriormente, para así no poseer conceptos aislados sino relacionados unos con otros.

4a. Etapa: Aplicación de lo aprehendido.

Esta etapa es el factor clave del aprendizaje debido a que cuando la persona es capaz de aplicar aquello que se ha captado, memorizado y relacionado, reafirmará y dejará claro el nuevo conocimiento que ha adquirido. Por eso es tan importante lograr que en todo proceso de aprendizaje se viva y se aplique lo explicado por el profesor para que realmente el alumno haga suyo dicho conocimiento.⁴⁵

Tipos de Aprendizaje.

Las distintas modalidades del aprendizaje se derivan de las funciones psicológicas que intervienen en dicho proceso humano:

⁴⁵ Cfr. CASTILLO, Gerardo, *Yo Puedo Aprender*, Pp.30-31.

a) Aprendizaje motor:

Se refiere a la adquisición y desarrollo de habilidades y destrezas de carácter psicomotriz, por ejemplo: el conducir un automóvil, manejar una máquina, etc.

b) Aprendizaje Asociativo:

Este aprendizaje tiene como finalidad obtener y retener información, y se puede delimitar como los aprendizajes obtenidos a través de las materias o asignaturas escolares en donde entra en juego la memoria y la asociación.

c) Aprendizaje Apreciativo.

Este tipo de aprendizaje se da cuando se desarrollan actitudes diversas y preferencias en relación con determinados valores.

d) Aprendizaje Racional o Reflexivo:

Implica la aplicación de ideas a la solución de problemas prácticos e intelectuales, lo cual requiere de la capacidad de abstracción de la mente humana y de sus funciones tales como elaboración y formación de juicios y razonamientos para dar salida a diversos cuestionamientos.

Factores que influyen en el aprendizaje:

Debido a que en el aprendizaje humano intervienen factores fisiológicos y psicológicos (explicados anteriormente: memoria, atención, percepción, etc.) será necesario mencionar los principales aspectos que hacen que el aprendizaje se presente de cierta forma:

1) Factores Fisiológicos:

⇒ Estado físico.

⇒ Funcionamiento de los órganos sensoriales (vista y oído), esto se refiere a el estado en el que se encuentren los órganos de los sentidos que permitan que las sensaciones lleguen en perfecto estado y puedan ser posteriormente abstraídas y formular ideas sobre ellas.

⇒ El sueño y la fatiga. El cuerpo si no está descansado es difícil que mantenga la atención y la disposición para poder aprender.

2) Factores Psicológicos:

Capacidad mental o nivel de inteligencia del individuo. Es decir su coeficiente intelectual o ICU

⇒ Disposición para aprender, que tanta facilidad pone el individuo de su parte para querer aprender algo nuevo.

⇒ La motivación, ya que sin un motivo por el cual aprender, es difícil que se quiera hacer.

⇒ La voluntad de aprender, qué tanta disposición presenta la persona.

⇒ El nivel de aspiración, hacia donde quiere llegar.

⇒ La capacidad de retención, es decir la capacidad de poder detener en su mente información y de poder comprender y memorizarla.

- ⇒ Las técnicas de trabajo intelectual utilizadas. En este aspecto intervienen las diversos hábitos y técnicas de estudio que utiliza para estudiar.
- ⇒ La duración y distribución del trabajo.
- ⇒ La significación de los contenidos.

Actualmente en el campo de la psicología se comprende que el individuo además de aprender lo que hay en su exterior, es interesante que se estudie y se conozcan los propios procesos de aprendizaje para así poder llegar al propio perfeccionamiento de acuerdo a los mecanismos propios de la persona. Por esta razón es importante hablar de lo que actualmente se conoce como metacognición.

2.2.9.1.- METACOGNICIÓN.

Dentro del aprendizaje es importante analizar qué es lo que sucede en la mente del individuo que se está educando para así poder detectar las necesidades y carencias que él presenta y poder darle las herramientas y conocimientos necesarios para llegar a un aprendizaje significativo, es decir, a un aprendizaje que el alumno haga totalmente suyo y pueda ayudarlo a su perfeccionamiento. Ahora bien, la psicología actual ha propuesto un nuevo concepto y que implica que el alumno puede ser capaz de conocer sus propios procesos mentales y que el hecho de hacerlo ayuda a realizar mejores aprendizajes. A este concepto y proceso se le llama *metacognición*.

El término metacognición fue propuesto por Flavell (1979) definiéndolo como *el conocimiento que un sujeto tiene acerca de sus propios procesos cognoscitivos*.⁴⁶ En sí, para

⁴⁶ PUENTE, Anibal, *Et. Al.*, *Psicología Cognitiva*, P.30.

comprender mejor la idea de Flavell es necesario definir lo que se entiende por cognición y procesos cognitivos. Cognición, se refiere al proceso mental por medio del cual el hombre llega a un conocimiento, es decir la serie de esquemas mentales que se van formando en el individuo a raíz de la acción de cualquier operación mental, llámese, percepción, atención, memoria, lenguaje, comprensión, acto voluntario, etc..

Otra definición de metacognición proporcionada por la psicología cognitiva es:

*Metacognición se puede definir como el grado de consciencia o conocimiento que uno tiene sobre sus formas de pensar (procesos y eventos cognoscitivos), los contenidos de los mismos (estructuras) y la habilidad para controlar estos procesos con el propósito de organizarlos, revisarlos y modificarlos en función de los resultados del aprendizaje.*⁴⁷

De esta forma se comprende que la metacognición abarca procesos que implican el ser conscientes de:

- ⇒ Lo que se conoce: es decir de los conocimientos y sus contenidos.
- ⇒ Lo que se produce: se refiere a las habilidades del educando.
- ⇒ La forma en que obra: las virtudes y hábitos educativos.

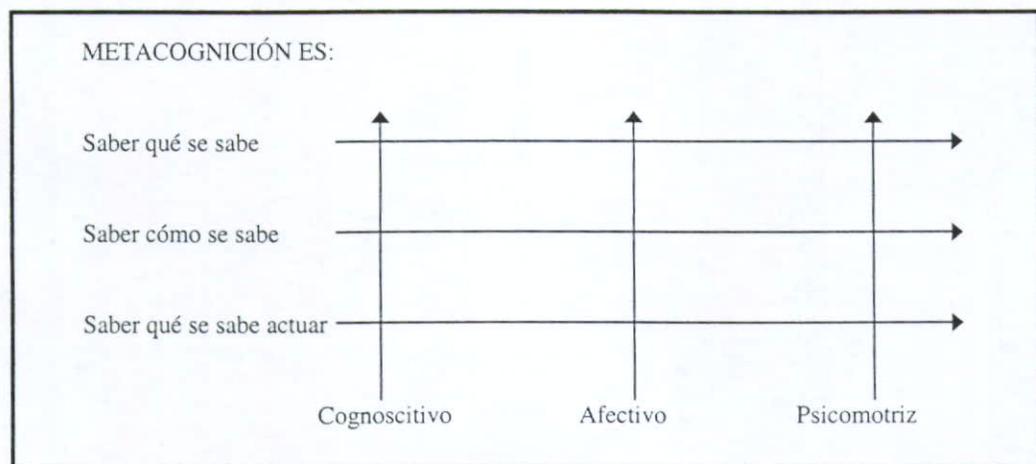
Por tanto la metacognición sería el saber que se sabe (ser consciente de la información), saber cómo se sabe (conocer las formas de procesamiento de la información) y saber de que modo se sabe actuar en consecuencia (consciencia de la habilidad para actuar y regular la actividad cognoscitiva, afectiva y psicomotriz, es decir, de la formación de procesos mentales).

El objetivo de la metacognición por tanto será: el conocimiento de las distintas operaciones mentales, y saber el cómo, cuándo y para qué debemos usarlas.

⁴⁷ *Ibidem.*, P.298.

Así una persona que ha alcanzado un proceso metacognoscitivo indica que tanto el conocimiento de las cosas, el producto o la habilidad para producir y el obrar se han transformado en objeto de su conocimiento. Para aclarar mejor este concepto se propone el siguiente cuadro:

CUADRO 3: ¿QUÉ ES LA METACOGNICIÓN?



Ahora bien, *¿se puede hablar de metacognición emocional?*, es decir de ser capaz de conocer el proceso y los contenidos afectivos propios. Y una vez conocidos *¿se puede llegar a obrar y a formarse hábitos emocionales?*. El objetivo de esta investigación consiste principalmente en este aspecto, es decir en la idea que el sujeto debe conocer la afectividad y su propia afectividad para saber las formas de reactividad propias ante los estímulos externos y que puede desarrollar verdaderas habilidades que lo lleven a formar hábitos emocionales y que le permitan encauzar y dirigir las emociones, afectos y sentimientos de manera adecuada. Pero ahora, no es objeto de este capítulo explicar de que forma se realiza dicha metacognición emocional. En el capítulo posterior será detallado ampliamente de que forma se presenta dicho proceso.

Así una vez analizadas las facultades mentales y la capacidad de aprendizaje del ser humano es importante aclarar que el estudio del intelecto cada vez es más profundo y a su vez han surgido diversas teorías, una de las cuales se analizará a continuación. Dicha teoría es realizada por Howard Gardner que hace un estudio sobre habilidades mentales que complementarán esta investigación.

2.3.- ESTUDIOS ACTUALES SOBRE EL INTELECTO: HOWARD GARDNER Y LA TEORÍA DE LAS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES.

A lo largo de la historia de la psicología y la neurobiología diversos autores han afirmado que la inteligencia es una y que está compuesta por diversas partes, en donde cada una de ellas realiza una función específica diferente de las otras. Howard Gardner propone una concepción distinta de los fenómenos cognitivos; él propone que la inteligencia no es una sino múltiple y la divide en siete inteligencias distintas: lingüística, musical, lógico-matemática, espacial, corporal y personal.

Por tanto, si para Gardner la mente humana está compuesta de diversas inteligencias o capacidades humanas, es necesario aclarar lo que él entiende por inteligencia. Para Gardner la inteligencia es la capacidad para resolver problemas o para elaborar productos de gran valor para un determinado contexto comunitario o cultural.⁴⁸

Gardner al definir su teoría habla sobre diversos prerrequisitos de la inteligencia, que son las habilidades intelectuales humanas o competencias exclusivas de la mente humana que corroboran que una inteligencia lo es realmente. Estos prerrequisitos o competencias hacen que el hombre tenga la capacidad para resolver problemas o dificultades y para crear un producto efectivo, que le permitirán encontrar y crear nuevos problemas, y así tener las bases

⁴⁸ Cfr. GARDNER, Howard, *Estructuras de la Mente, Teoría de las Inteligencias Múltiples*, P.37

suficientes para la adquisición de nuevos conocimientos. De estas competencias o habilidades define las siete inteligencias mencionadas anteriormente.⁴⁹

Por otra parte Gardner justifica la creación de su teoría de las inteligencias múltiples por medio de siete criterios o señales que lo llevan a concluir con dicha teoría:

1. Posible aislamiento por daño cerebral: Una lesión en una parte específica del cerebro afecta a solo ciertas funciones intelectuales, lo cual indica que existe cierta autonomía de las capacidades.
2. La existencia de seres e individuos excepcionales: en este aspecto se refiere a que existen seres que son extremadamente precoces en ciertos aspectos y en algunos otros se muestran muy retrasados, lo cual lo lleva a concluir que existen distintas regiones neurales que pueden desarrollarse más que otras.
3. La predisposición biológica a dispararse solamente algunos mecanismos neurológicos con diversos estímulos.
4. La historia del desarrollo de los individuos muestra que existen niveles desiguales de pericia que los llevan a desarrollar distintos talentos o habilidades.
5. Apoyo en tareas psicológicas experimentales: las teorías experimentales aportan estudios hacia el desarrollo de distintas habilidades; por ejemplo las teorías conductistas describen claramente procesos de lingüística y espaciales.
6. Apoyo de hallazgos psicométricos: Las diversas pruebas psicométricas revelan el desarrollo o la capacidad de ciertas habilidades intelectuales.

⁴⁹ Cfr. GARDNER, Howard, *Estructuras de la Mente, Teoría de las Inteligencias Múltiples*, P.95-97

7. La existencia de distintos lenguajes y códigos simbólicos diferentes, nos indica la susceptibilidad y plasticidad de la inteligencia para formar en medio de su cultura en la que se desarrolla el ser humano, un sistema de códigos de significado.⁵⁰

Finalmente es necesario aclarar que este autor deja claro que las inteligencias no son equivalentes a los sistemas sensoriales, es decir, que una inteligencia no depende y se deriva de un sólo sistema sensorial, sino al contrario, las inteligencias son capaces de desarrollarse por medio del uso de diversos sistemas sensoriales; sin embargo cada una de las inteligencias opera de acuerdo con sus propios procedimientos y tiene sus propias bases biológicas que la llevan a su ordenado funcionamiento.

Antes de explicar en que consiste cada una de estas inteligencias, es necesario aclarar que Gardner define por separado dichas inteligencias para profundizar mas en ellas, sin embargo aclara en su obra "Teoría de las Inteligencias múltiples" que su intención no es materializar y separarlas unas de otras sino que al fin y al cabo son habilidades y procesos específicos que todos los seres humanos con un desarrollo normal, los deben de tener en su capacidad cognitiva y que en algunos de ellos ciertas habilidades o inteligencias tienen un mayor potencial de desarrollo que en otras personas.

Ahora, se explicarán brevemente dichas inteligencias, aclarando que para efectos de esta investigación sobre la Inteligencia Emocional, será necesario profundizar en una de las siete inteligencias que define dicho autor. Esta inteligencia a la que se hace referencia es la Inteligencia Personal que se refiere principalmente a la habilidad del individuo para profundizar en sí mismo tener acceso a su propia afectividad y distinguir los distintos aspectos que se derivan de dicha facultad humana. Esto se hace con la intención de dejar claro que Gardner es uno de los antecesores que abrió la inquietud hacia el camino a la iniciación y profundización de lo que explicaremos en el capítulo siguiente: la Inteligencia Emocional.

⁵⁰ Ibidem., Pp. 98-102.

2.3.1.- INTELIGENCIA LINGÜÍSTICA.

Esta habilidad se refiere al manejo del lenguaje y su importancia en el desarrollo de la cultura del ser humano.

El desarrollo de esta Inteligencia en cuanto a la potencialidad que tiene el ser humano para hacerla crecer, está ejemplificada con la figura del poeta o el escritor. Sin embargo todos los seres humanos hacen uso de la facultad del lenguaje y comprenden los rasgos que dicho autor explica.

En esta inteligencia habla sobre los componentes que forman el lenguaje en todos los seres humanos, entre ellos están los siguientes:

- ⇒ La semántica: son los significados y las connotaciones de las palabras.
- ⇒ La fonología: se refiere a los sonidos de las palabras y sus interacciones musicales.
- ⇒ La sintaxis: son las reglas que gobiernan el orden de las palabras y sus inflexiones.
- ⇒ Las funciones pragmáticas: son los usos que se les puede dar al lenguaje.

Por otro lado Gardner explica las operaciones medulares del lenguaje y las reúne en cuatro clases distintas:

- ⇒ Retórica: la habilidad de emplear el lenguaje para convencer a los demás, es la habilidad de la mayoría de los dirigentes políticos y expertos legales.
- ⇒ Mnemotecnica: capacidad de utilizar esta técnica para memorizar información.
- ⇒ Explicación: dar a conocer nuevos conocimientos aclarando su contenido de manera que quede entendido por parte de la persona que ha recibido la información.

⇒ Análisis metalingüístico: la habilidad para reflexionar y comprender el lenguaje.

Estas características como ya se mencionó anteriormente, son dirigidas a todos los seres humanos, sólo que existen diversas personas con una mayor facilidad para desarrollarla.

2.3.2.- INTELIGENCIA MUSICAL.-

Para Gardner el talento musical es el más temprano en aparecer y la medida para que se exprese y se desarrolle fuertemente en el ser humano, depende del medio en el que viva. El desarrollo de este tipo de inteligencia está representado por el compositor musical, que es la persona que tiene la capacidad para identificar y crear los tonos musicales de manera excepcional.

Gardner menciona diversos componentes que forman dicha inteligencia, los cuales son:

- a) **Tono:** se refiere a la melodía.
- b) **Ritmo:** son los sonidos que se emiten en determinadas frecuencias auditivas y son agrupadas de acuerdo con un sistema prescrito.
- c) **Timbre:** son las cualidades características del tono.⁵¹

Unido a estos componentes intervienen dos factores en el desarrollo de la música; por un lado se encuentra el sentido auditivo o la facultad para poder tener una organización rítmica que permite una captación y creación adecuada de los tonos; y por otro lado interviene el aspecto afectivo que va acompañado de la creación musical. Este último aspecto es fundamental en la música debido a que para la mayoría de los compositores, la música es una manifestación de sentimientos en donde se alude al placer, alegría, tristeza, melancolía, ira, sorpresa, en fin, una gama de emociones que son transmitidas y captadas a través de la música.

⁵¹ Íbidem., Pp.142-143.

Gardner afirma que esta inteligencia está relacionada con algunas de las otras competencias intelectuales. Por un lado afirma que la relación con el lenguaje es íntima, debido a que la música es una forma de lenguaje en donde intervienen en algunas composiciones palabras y contenidos llenos de poesía, y por otra parte en ocasiones la música va acompañada de lenguaje corporal, como es el caso de la danza.

En el caso de la relación con la inteligencia espacial -que será explicada posteriormente, la música depende y se apoya en habilidades espaciales. Hablando de la relación con la inteligencia logico-matemática, la música requiere para la apreciación de la operación de los ritmos musicales de una cierta competencia numérica básica, además durante la apreciación de las estructuras musicales elementales se requiere del pensamiento matemático para poder repetir las, transformarlas, insertarlas o contraponerlas entre sí. Finalmente como ya se había mencionado anteriormente la música tiene una estrecha relación con las inteligencias personales debido a que, a través de ella se pueden captar o expresar diversos sentimientos.

2.3.3.- INTELIGENCIA LOGICOMATEMÁTICA.

Para Gardner, ésta inteligencia se refiere a las habilidades de abstracción que se manifiestan principalmente en las matemáticas, la lógica y la formación de las ciencias.

Esta habilidad requiere del uso de la abstracción de las ideas, los números y los conceptos para elaborar la ciencia de cualquier índole.

Gardner en su obra "Teoría de las Inteligencias Múltiples" afirma que lo característico del individuo con dicha inteligencia es "...su amor por trabajar con la abstracción..." el matemático debe ser absolutamente riguroso y escéptico en forma perenne; no se puede aceptar ningún hecho a menos que se haya demostrado en forma rigurosa mediante pasos que

se derivan de primeros principios aceptados en forma universal. Así vemos como las habilidades de dicha inteligencia se basan en la abstracción y en el seguimiento del método científico que implica la comprobación de cierta hipótesis para crear o comprobar conocimientos científicos universales.

El científico y el matemático poseen una estrecha relación, debido a que el científico requiere de un plan ordenado y abstracto (propio de la matemática) para clarificar una nueva teoría universal que le permita explicar la realidad física, elaborar nuevos modelos y teorías, explicar funcionamientos y procesos, etc.

Independientemente de que todos los seres humanos poseemos una cierta habilidad lógico matemática, es cierto que existen ciertos individuos que presentan una destreza para calcular enormemente bien y para comprender y elaborar procesos científicos de manera extraordinaria. Este tipo de personas son las que Gardner considera que son característicos de poseer una inteligencia logicomatemática desarrollada. No hay que olvidar que Gardner considera que la cultura es un factor que provoca una gran influencia en el desarrollo de las inteligencias y en el caso de la logicomatemática, ésta es desarrollada más en las ciudades occidentales.

2.3.4.- INTELIGENCIA ESPACIAL.-

Para Howard Gardner la inteligencia espacial abarca la capacidad de formar modelos mentales sobre la realidad en la que vive el hombre y de reproducir las formas de esa realidad. Es decir que el hombre que desarrolla su potencial espacial es capaz de percibir con una gran exactitud el mundo visual y de esta forma poder realizar transformaciones y modificaciones a las percepciones que tuvo en un inicio aún si los estímulos se encuentran ausentes.

Al hablar de Inteligencia Espacial, por tanto, se hace referencia a la capacidad de reconocer objetos aún cuando se ven desde ángulos distintos, la habilidad de transformar un elemento en otro y a la facilidad para realizar gráficos en base a ideas o como producto de la imaginación. Para ejemplificar a seres que han desarrollado una inteligencia espacial en alto grado, se podría mencionar a cualquier escultor o pintor como es el caso de Miguel Ángel y sus obras maravillosas: La Piedad, El David, la Capilla Sixtina, etc., que demuestran la facilidad para hacer realidad una idea en un trozo de mármol o sobre un relieve.

Gardner ejemplifica la acción mas propia de la Inteligencia Espacial con el juego del ajedrez, en donde se requiere de la habilidad para anticipar las jugadas y sus consecuencias, es decir, las personas que son maestros en este juego han desarrollado una imaginación visual para poder lograrlo.

A diferencia de la Inteligencia logicomatemática, la inteligencia espacial permanece siempre ligada al mundo concreto, es decir que requiere de los objetos para lograr su ubicación en la realidad; en cambio la inteligencia logicomatemática hace uso de un conocimiento totalmente abstracto y mental.

Una vez explicada la inteligencia espacial es importante pasar a explicar la inteligencia que está relacionada con el objeto más próximo al individuo: su cuerpo. Así se explica a continuación en que consiste la Inteligencia Cinestésicorporal.

2.3.5.- INTELIGENCIA CINESTESICORPORAL.

Esta inteligencia se refiere a la habilidad del ser humano para emplear el cuerpo en formas muy diferenciadas y hábiles. Este tipo de habilidad comprende la psicomotricidad en general del ser humano, es decir tanto los movimientos motores finos de los dedos y manos como los movimientos gruesos del cuerpo. Además, esta habilidad no sólo comprende en

control de los movimientos corporales propios sino también la capacidad de manejar diversos objetos con habilidad.

Esta capacidad de expresión corporal se puede ejemplificar en distintas formas de expresión. Gardner en su obra ya citada, menciona la actuación de los mimos, la danza y la actuación entre otros como algunas manifestaciones principales y en ellas menciona la importancia del papel de las emociones para poder manifestar y sentir realmente la actuación escénica o folklórica que se está realizando, ya que este factor es el que realmente logra que exista un verdadero énfasis y sentido real de la expresión corporal, y que el espectador pueda captar los sentimientos que se están expresando en ellos.

Por otro lado menciona el trabajo del atleta, que combina la gracia, potencia, exactitud y trabajo coordinado al realizar su ejercicio, por ejemplo la habilidad de un beisbolista, un jugador de basketball, etc., que requieren de la destreza motora y mental para planear jugadas y trabajar en equipo; también menciona en su obra el papel del inventor, artesano, que hacen uso del cuerpo, en especial las manos, y así poder fabricar y transformar objetos nuevos.

En definitiva, la Inteligencia Espacial, permite la expresión corporal que logra que el individuo pueda crear o resolver cuestiones haciendo uso de su motricidad tanto gruesa como fina, unida a su capacidad intelectual para lograrlo.

2.3.6.- INTELIGENCIAS PERSONALES.-

Definitivamente, el tipo de inteligencia que a continuación se explicará, es el de más importancia para fines de este trabajo de investigación ya que las Inteligencias Personales hacen referencia a la facultad afectiva humana. Además que esta información es el antecedente más próximo que dio inicio a la investigación sobre la Inteligencia Emocional, ya que por primera vez se habla de las emociones como una parte fundamental en el ser humano

con su propias bases neurológicas y sus explicaciones que lo llevan a considerarse como un factor o una “inteligencia” distinta, aunque complementaria del coeficiente intelectual.

Gardner al hablar de Inteligencias Personales se refiere al aspecto sentimental del ser humano, es decir de su capacidad afectiva. Para su explicación hace una división en dos clases distintas: la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal

a) **La inteligencia intrapersonal** se refiere al acceso a la propia vida sentimental, es decir a la variedad de emociones, afectos y sentimientos que surgen en el ser humano y a la capacidad para conocerlas, distinguirlas y canalizarlas adecuadamente.

b) **La inteligencia interpersonal** es aquella que se vuelve hacia el exterior y puede detectar y clasificar la conducta, sentimientos y motivaciones de los demás.

Esta capacidad para conocer la emotividad propia y ajena es realmente una habilidad debido a que interviene la razón para poder definir objetivamente los estados emocionales tan cambiantes a los que está sometido el individuo.

Debido a que el tema de la Inteligencia Emocional es materia del próximo capítulo es necesario aclarar que no se profundizará en la teoría de Gardner sobre este aspecto, sólo es necesario quedarse con la idea de que él movió la inquietud a iniciar con estos estudios a fondo y que en sí deja claro que la racionalización de las emociones (conocimiento y cauce), es una habilidad posible de desarrollar. Pero esto es tema de nuestro próximo capítulo en donde se analizará a fondo en que consiste esta nueva teoría y así dejar claro su influencia en el aprendizaje.

CAPÍTULO III

“¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?”

3.1.- CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL.-

A lo largo del desarrollo de la Psicología, Neurología y la Antropología se han encontrado investigaciones sobre la inteligencia tomando en cuenta únicamente el coeficiente intelectual y las facultades mentales propias del juicio, análisis, raciocinio, lenguaje, memoria, en fin facultades que determinan las capacidades mentales de la persona y que ya han sido explicadas en el capítulo anterior. Por otra parte las tres ciencias mencionadas anteriormente, han estudiado la afectividad humana como un aspecto muy aparte de las capacidades intelectuales, considerando a las emociones, afectos y sentimientos como factores que hay que someter e incluso reprimir por la racionalidad. Esta convicción ha creado una forma de pensar en donde surge una separación radical entre la emoción y la inteligencia.

Ahora bien, ¿Qué es lo que permite que una persona pueda lograr el éxito personal? ¿Qué factores determinan que un alumno pueda llegar a tener estabilidad en el ejercicio de su carrera profesional y dentro de la vida laboral? ¿Por qué personas llamadas "inteligentes" (alto coeficiente intelectual) cuando se enfrentan a situaciones adversas se hunden y no pueden resolverlas?

Estos cuestionamientos nos llevan a pensar en la idea de que sí solamente el coeficiente intelectual, es el que determina la estabilidad y éxito en los estudios, trabajo, familia o cualquier otro ámbito de perfeccionamiento humano; o si existe una gran influencia por parte de la estabilidad emocional y afectiva de la persona; o bien si se trata de un adecuado uso de inteligencia y emoción.

A estas respuestas han surgido diversos estudios que demuestran la importancia de la afectividad en la conformación de la personalidad del hombre.

De esta forma ha surgido un nuevo concepto que abarca la idea de la compatibilidad entre la emoción y la inteligencia y la idea de saber educar emocionalmente para formar

aprendizajes que permitan conocer y canalizar la afectividad de manera adecuada. Dicho concepto es conocido con el nombre de *Inteligencia Emocional*. Este concepto fue delimitado a principio de los noventa por el psicólogo Peter Salovey de la Universidad de YALE, y por otro lado John Mayer, de la Universidad de New Hampshire, quienes emplearon dicho concepto para describir cualidades como la comprensión de los propios sentimientos, empatía por los otros y la respuesta sobre el modo en que la regulación de las emociones mejoran la calidad de vida.

Ahora bien estos dos psicólogos con la ayuda del escritor científico y filósofo Daniel Goleman han creado y desarrollado dicho concepto en el que pretenden abarcar tales capacidades. Por otro lado -entre otros autores-. el filósofo español José Antonio Marina ha realizado varias obras en donde ha estudiado la afectividad y la dinámica de los sentimientos.

Aún así, cabe aclarar que el tema de la afectividad ha sido estudiado a lo largo de los siglos, iniciando desde Aristóteles en su obra "Ética a Nicómaco" en donde afirma lo siguiente: ... Airarse es cosa fácil y al alcance de todos, ... pero con respecto a quién y cuanto y cuando y por qué y cómo, ya no es cosa de todos ni nada fácil.⁵²

En el capítulo anterior se analizaron los diferentes tipos de inteligencia propuestas por Howard Gardner, y se observa como él, al hablar de las inteligencias intrapersonales e interpersonales atribuye un papel fundamental hacia el conocimiento propio y a las relaciones y conocimiento de los demás. De esta forma Gardner es un antecedente a el concepto de inteligencia emocional ya que él determinó que estas dos inteligencias, interpersonal e intrapersonal, son decisivas en el desarrollo de la personalidad del individuo.

Esto nos hace ver que el tema de la afectividad no es una novedad ni un nuevo campo para la psicología y filosofía. Pero lo que sí es importante aclarar es que ahora se realizan

⁵² ARISTÓTELES, *Ética a Nicómaco*, Libro II, Cap.9, P.26.

estudios basados en la neurología para ayudar a clarificar que la afectividad es un componente que forma parte de la inteligencia y que es un factor determinante en la personalidad del individuo.

Como ya se había mencionado anteriormente, el concepto de “inteligencia emocional” fue dado por Salovey y Mayer, pero además de conceptualizar dieron una gran aportación al dar la clasificación de las cinco capacidades que componen a este coeficiente emocional, dichas capacidades son:

- 1) Reconocer las emociones: esto se refiere a poder hacer una apreciación y dar nombre a las propias emociones, lo cual es un pilar fundamental de la inteligencia emocional ya que este es el inicio para poder manejar, moderar y ordenar las emociones.
- 2) Saber manejar las propias emociones: Aunque las emociones, tales como el miedo, la ira, la tristeza, sobrevienen y no son fáciles de desconectar o evitar, es importante conocer que nuestras reacciones emocionales pueden canalizarse por medio de aprendizajes emocionales, es decir en el modo de manejar las emociones de manera inteligente.
- 3) Utilizar el potencial existente: Estudios recientes confirman que sólo un 10 del 100% se refiere a los contenidos intelectuales y un 90 al 100% al esfuerzo que se realiza para lograr lo que se desea alcanzar. Así se explica que si un alumno da al máximo de su capacidad intelectual, pero no es perseverante, no disfruta el aprender, no tiene confianza en si mismo ni sabe sobreponerse fácilmente de sus derrotas no obtendrá buenos resultados académicos.
- 4) Reconocer las emociones de los demás: esto se refiere a la empatía, es decir a la capacidad de saberse poner en el lugar de los demás. Dicha empatía ante otras personas requiere de la predisposición a admitir las emociones, escuchar con concentración y ser capaz de comprender pensamientos y sentimientos que no se hayan expresado verbalmente.

5) Crear y saber manejar las relaciones sociales: el hecho de tener sanas relaciones sociales, se debe, en gran parte a la habilidad de manejar las emociones de los demás, es decir, de nuestra capacidad de crear y cultivar las relaciones, de reconocer los conflictos y las soluciones, de encontrar el tono adecuado y de percibir los estados de animo del interlocutor.⁵³

Estos mismos autores afirman que toda persona puede llegar a aprender y desarrollar estas cinco cualidades emocionales, y que se requiere del esfuerzo por percibir conscientemente las emociones propias y las ajenas. Así, la atención es considerada como la base para una mejor gestión de las propias emociones y un trato mas convincente con las demás persona, solo se requiere de esfuerzo y de formación de hábitos emocionales.

De esta forma Peter Salovey, el autor del concepto de inteligencia emocional, define la emoción como un mecanismo de respuesta que abarca muchos aspectos: el fisiológico, el cognitivo, el motivacional y el experimental. Se produce como reacción a un hecho externo o interno.⁵⁴ Así vemos que el iniciador del concepto de inteligencia emocional, considera que la emoción se refiere a una reactividad o impulsos que mueven al hombre a actuar, es decir, programas de actuación que se ponen en marcha automáticamente ante determinados estímulos externos. En este contexto el mismo autor define inteligencia emocional de la siguiente manera: *...Es una parte de la inteligencia social que concierne a la habilidad de comprender los sentimientos propios, conocer los ajenos y utilizarlos para guiar nuestros pensamientos y nuestros actos.*⁵⁵ Cabe aclarar que Salovey al hablar de la inteligencia social está haciendo referencia a las inteligencias personales que Gardner proponía como una de las siete inteligencias que componen las estructuras de la mente, de esta forma al hablar de inteligencia social se refiere a aquellas actividades mentales que conciernen a la forma de relacionarse la persona consigo mismo y con los demás.

⁵³ MÄRTIN, Doris, *Et.Al.* ,*Que es la Inteligencia Emocional*, Pp.22-23

⁵⁴ *MUY INTERESANTE*, N° 4 , P.19.

⁵⁵ *Ídem.*

Ahora bien, antes de explicar ampliamente las cinco capacidades propias de la inteligencia emocional y los componentes que la conforman, será necesario analizar el aspecto fisiológico de las emociones que dejan claro la forma en que la vida emocional se desarrolla dentro de la actividad del cerebro y porque la reactividad que va implícita en las emociones (temblor, sudoración, palidez) es más fuerte que la racionalidad.

3.2.- PROCESOS NEUROLÓGICOS QUE ORIGINAN LAS EMOCIONES: EL CEREBRO EMOCIONAL.

En ocasiones, aunque no hablamos o transmitimos verbalmente nuestras emociones, la mayoría de las personas pueden captar nuestro estado de ánimo con la simple observación de nuestras manifestaciones; con la expresión del rostro, la postura corporal, el tono de voz y los gestos. Pero para poder hacer una correcta interpretación de el estado de ánimo de una persona se requiere de un cerebro emocional intacto, es decir, de que las estructuras cerebrales que se encargan de desencadenar emociones causadas por agentes externos estén en perfecto estado.

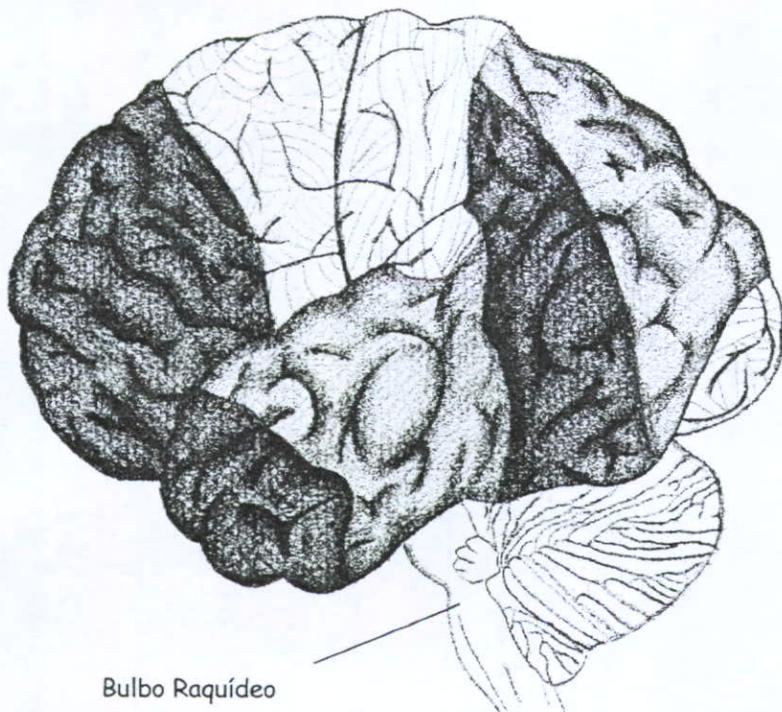
Para poder observar de que forma en el cerebro se interconectan los mensajes emocionales es necesario comprender las interacciones recíprocas entre las tres zonas del cerebro: *bulbo raquídeo, sistema límbico y neocortex o corteza cerebral*.⁵⁶ Para comprender mejor las interacciones de estas tres zonas es importante explicar que funciones realizan cada una de ellas.

⁵⁶ MARTIN, Doris, Et. Al., *Que es Inteligencia Emocional*, P.37.

El bulbo raquídeo.-

El bulbo raquídeo, es la parte que se sitúa justo por encima de la médula espinal (ver fig.4) y es responsable de funciones vitales tales como la respiración y el metabolismo, y a partir de esto dirige los impulsos, tendencias y reflejos. Así al desatarse una situación que provoca miedo, por ejemplo el ver a un asaltante como trata a las víctimas, en esta parte del cerebro se enviarán mensajes que provocarán la secreción de hormonas que facilitan la reacción de ataque o de fuga, moviliza los centros del movimiento y activa el sistema cardiovascular (acelerándose el corazón), los músculos (preparándolos para correr o paralizándolos) y los intestinos.

Fig. 4.- Localización del Bulbo Raquídeo.⁵⁷



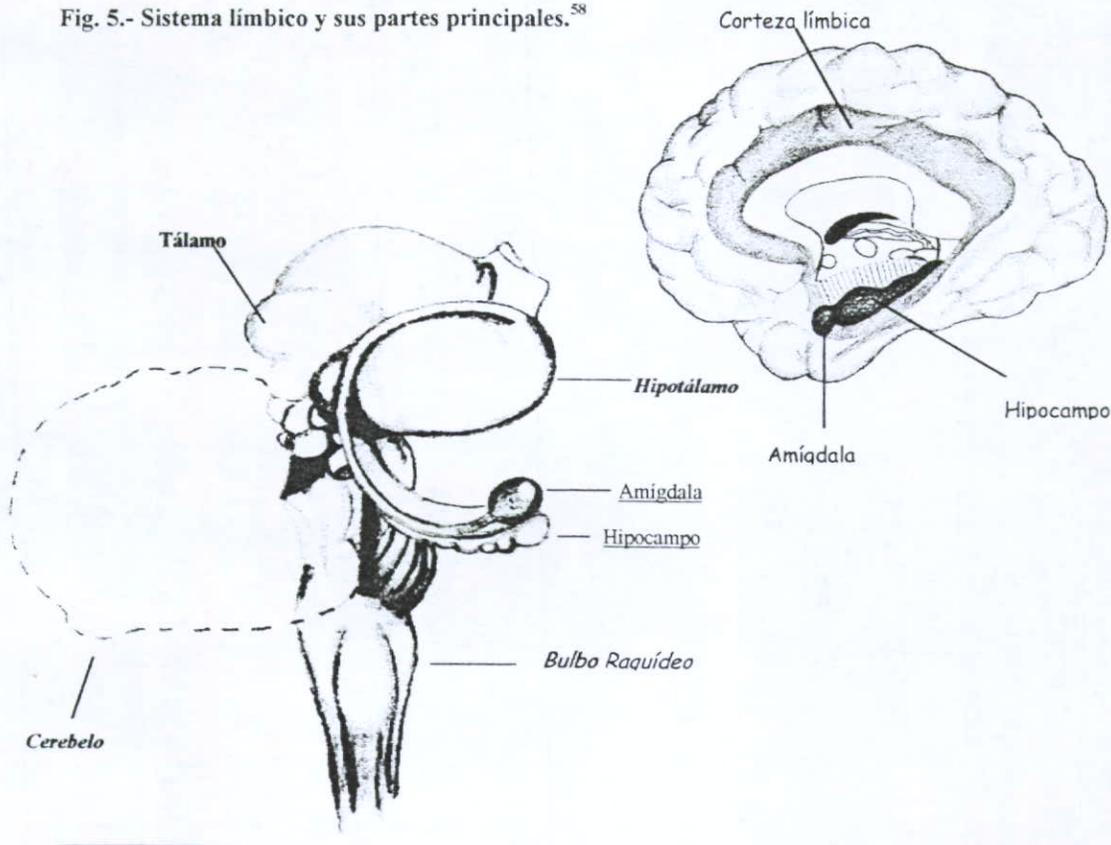
⁵⁷ KANDEL, Eric, Et Al., *Neurociencia y Conducta*, P.375.

El sistema límbico y amígdala: el cerebro emocional.-

El sistema límbico es la parte del cerebro que juega un papel clave en nuestra vida anímica y es por eso que se le llama el cerebro emocional. Límbico proviene del latín *limbus* que significa borde, y es la parte que rodea al bulbo raquídeo.

Este sistema límbico está formado por distintas estructuras, núcleos y conexiones fibrosas. Sus estructuras más importantes son la corteza límbica y su zona periférica, la formación del hipocampo y la amígdala. (Ver fig. 5)

Fig. 5.- Sistema límbico y sus partes principales.⁵⁸



⁵⁸ Íbidem, P.647.

El hipocampo, como ya se había explicado en el capítulo anterior, junto con otras partes de la corteza cerebral, es el encargado de almacenar los conocimientos de hechos y contextos de nuestra vida sin implicación de recuerdos emocionales, es decir recuerda los hechos fríamente y de manera objetiva, sin anexar la emoción característica propia de alguna situación específica.

Por otro lado se encuentra la acción de **la amígdala**; concepto que deriva de la palabra griega que significa “almendra”, es un racimo en forma de almendra de estructuras interconectadas que se asientan sobre el tronco cerebral, cerca de la base del anillo límbico. Existen dos amígdalas, una a cada costado del cerebro, apoyadas hacia el costado de la cabeza.⁵⁹ Esta parte del cerebro, es la encargada de recordar los aspectos emocionales que acompañan a los recuerdos. Así por ejemplo, en caso de un accidente automovilístico del que se fue víctima, el hipocampo recordará los hechos tal y como ocurrieron, en que calle se encontraba, de que forma fue el impacto, a que hora ocurrió, etc., en cambio la conmoción o las emociones que se presentaron en el suceso serán recordadas por la amígdala, es decir, que la amígdala es la que desencadena y recuerda el miedo, temor, angustia, que acompañaron al accidente y tal vez si se vuelve a pasar por aquel mismo lugar la amígdala disparará un mensaje hacia el bulbo raquídeo que desencadenará las mismas sensaciones corpóreas de miedo que se presentaron durante el accidente.

Así estos dos elementos hipocampo y amígdala, asociarán los sucesos que van formando nuestra propia historia personal y nuestros propios aprendizajes. En este último caso, está comprobado que para lograr una capacidad de aprendizaje y de memoria adecuada se requiere de una amígdala intacta y del buen funcionamiento del hipocampo, porque si una experiencia no ha sido significativa y ha implicado cierta motivación a aprenderla o que nos ha dejado grabada una impresión, esa experiencia se borrará y no formará parte de un aprendizaje personal.

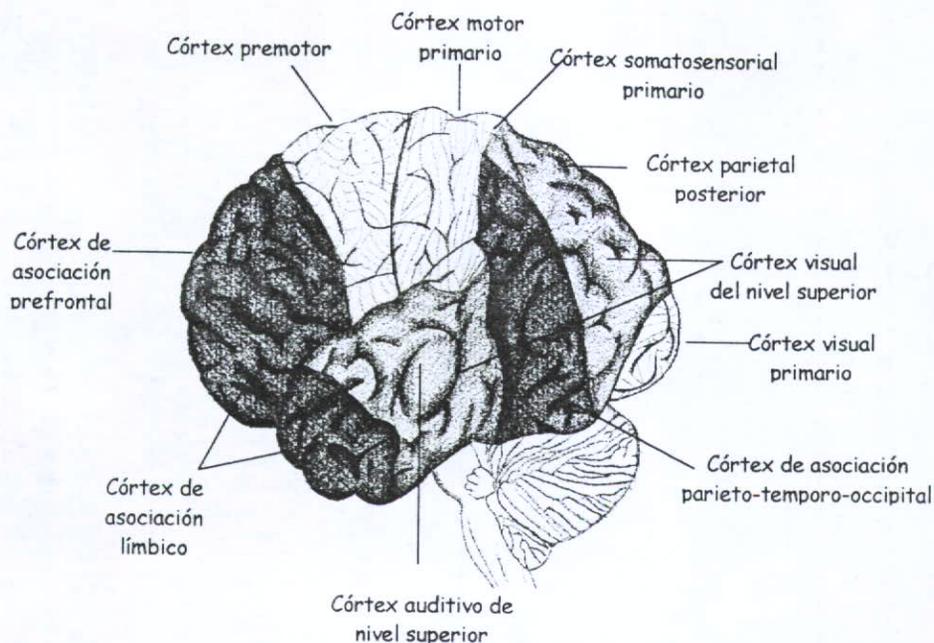
⁵⁹ GOLEMAN, Daniel, *Inteligencia Emocional*, Pp.33-34.

El sistema límbico está en constante interacción con el bulbo raquídeo, mandando mensajes que alteran el organismo y también en estrecha unión con el neocórtex que es la parte racional del cerebro.

Neocórtex o corteza cerebral: el cerebro racional.

Es la parte del cerebro donde se encuentra la capacidad de pensar en forma abstracta y mas allá de lo inmediato del momento presente, además permite comprender las relaciones globales existentes y desarrollar un yo consciente y una compleja vida emocional; en este último aspecto el papel del neocórtex es fundamental ya que es el encargado de dar un equilibrio racional a las emociones encauzándolas y guiándolas hacia el perfeccionamiento de la persona. Por tanto las emociones que surgen en la amígdala de la persona son encauzadas y racionalizadas por el neocórtex; y en este inter-juego de la amígdala con la neocórtex se encuentra el núcleo de la inteligencia emocional. (Ver fig.6)

Fig. 6.- Principales regiones del córtex sensorial y motor primario.⁶⁰



⁶⁰ KANDEL, Eric, Et.Al., Neurociencia y Conducta, P.375.

Una vez explicadas las partes del cerebro que influyen en la activación de emociones y de racionalizaciones, se detallará de qué manera se da el proceso de activación de dichas actividades, desde su entrada por los sentidos hasta su respuesta. Para esto se explicará la diferencia del funcionamiento de la información de modo racional: inteligencia racional, y de el modo emocional: inteligencia emocional.

Así, la información que entra a través de los sentidos, hace que dichas sensaciones transmitan señales al *tálamo*, y de ahí a zonas de la *neocorteza* de procesamiento sensorial, donde las señales se unen formando objetos a medida en que son percibidas, es decir se racionalizan. Pero un conjunto más pequeño de neuronas son dirigidas del tálamo directamente a la *amígdala*. Así esta vía más pequeña y más corta, permite a la *amígdala* recibir algunas entradas directas de los sentidos y poder producir una respuesta mas rápida antes de que la información restante llegue a la *neocorteza* o cerebro racional. De esta forma la *amígdala* puede hacer que nos pongamos en acción mientras la *neocorteza* despliega un plan de acción más racional y detallado.

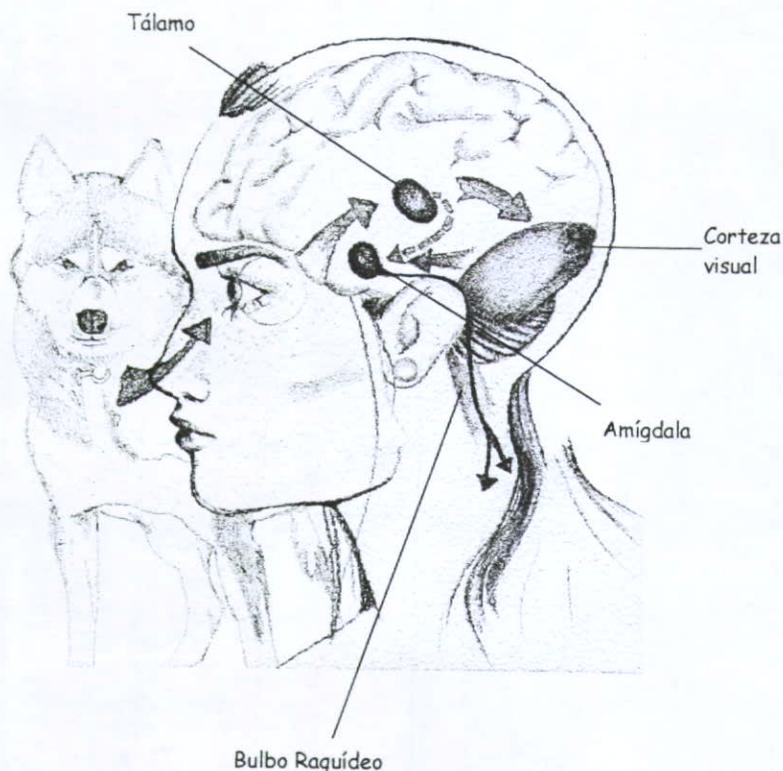
Para dejar más claro el proceso de información, se mencionará un ejemplo:

“Una persona que ve un perro rabioso que se dirige hacia ella.”

La señal visual (ver al perro), va de la retina al tálamo, donde es traducida al lenguaje del cerebro. La mayor parte del mensaje va a la corteza visual donde es analizada y evaluada en busca de significado y de respuesta apropiada; ahora bien, si esa respuesta es emocional una señal va a la *amígdala* para activar los centros emocionales. Pero una porción más pequeña va directamente desde el tálamo a la *amígdala* en una transmisión más rápida, permitiendo una respuesta mas rápida, aunque menos precisa. De esta forma al ver al perro, se sentirá miedo, se activarán los músculos y se echará a correr, pero en ese momento puedes detenerte y observar que el perro está tras las rejas de la casa y que no podrá hacer daño. Esta respuesta sucede porque la *amígdala* desencadena una respuesta emocional antes de que los centros corticales

hayan comprendido lo que está ocurriendo, es decir, que primero se reacciona ante la situación y al calmarse se comprende que no puede pasar nada debido a que el perro está tras una reja. (Ver fig. 7)

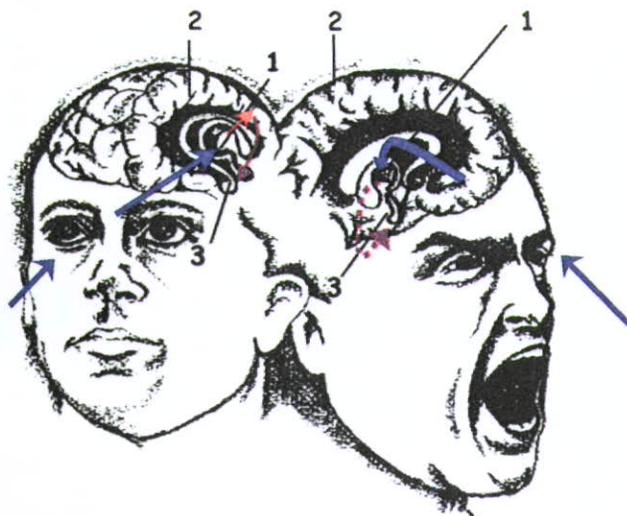
Fig. 7.- Proceso de la información emocional.-



Por otra parte el cerebro racional actúa de distinta forma:

Se tiene un estímulo externo que llega por cualquiera de los sentidos. De los sentidos la información se dirige al tálamo donde se traduce al lenguaje del cerebro; los impulsos traducidos llegan al neocórtex donde se analizan y evalúan en busca de un significado para emitir una respuesta apropiada; ahora bien, sólo si la respuesta requiere de la puesta en marcha de alguna emoción, el neocórtex enviará un mensaje a la amígdala para activar los centros emocionales. (Ver fig. 8)

Fig. 8.- Diferencias de la inteligencia emocional y la racional.⁶¹



Inteligencia Racional

Inteligencia Emocional

¿Cómo funcionan?

Señales externas que llegan por los sentidos

1 **Tálamo**
Las señales externas con mayor carga racional llegan al tálamo y se traducen al lenguaje del cerebro.

1 **Tálamo**
Las señales externas con mayor carga emocional llegan al tálamo y se traducen al lenguaje del cerebro.

2 **Neocórtex**
Los impulsos traducidos llegan al neocórtex, donde se analizan y evalúan en busca de un significado para emitir una respuesta apropiada.

3 **Amígdala**
Una pequeña porción de la señal va directamente a la amígdala sin pasar por el neocórtex. Así se produce una respuesta emocional más rápida aunque más imprecisa, antes de que los centros corticales hayan comprendido lo que está ocurriendo.

3 **Amígdala**
Sólo si la respuesta requiere la puesta en marcha de una emoción el neocórtex envía un mensaje a la amígdala para activar los centros emocionales.

⁶¹ Cfr. Revista Muy Interesante, n.4, P.16.

Así de esta forma se explica el porque las reacciones emocionales son más rápidas y aunque en ocasiones más imprecisas, hacen que el ser humano actúe y en ocasiones permite que salve su vida. Pero por otra parte es importante saber mantener la calma y razonar sobre los sucesos que ocurren para no dejarnos llevar por la impulsividad y dar así respuestas adecuadas.

Una vez explicado dicho proceso se puede concluir que en cierto sentido se tienen dos formas de actuar del cerebro o dos inteligencias: la racional y la emocional. No se puede olvidar que nuestra vida está determinada por ambas y que no sólo importa el aspecto intelectual sino también la inteligencia emocional. Esto excluye el fuerte tabú o la idea de querer suprimir la emoción y colocar a la razón en su lugar, y de considerar estos dos aspectos como dos actividades mentales muy independientes una de la otra. Es necesario considerar en nuestro actuar, la armonía entre razón y emoción que nos permitirán llevar una vida equilibrada.

Ahora, resta explicar la manera en que puede llegarse a formar un adecuado equilibrio entre la razón y la emoción, como ya lo decía José Antonio Marina en su obra: “El Laberinto Sentimental”, es necesario comprender la forma de *saber sentir el pensamiento y pensar el sentimiento*.

3.3.- CAPACIDADES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Como ya se había mencionado anteriormente, los iniciadores de la inteligencia emocional hablaban de cinco capacidades propias de dicha inteligencia que permiten que la persona pueda desarrollar junto con el coeficiente intelectual una personalidad equilibrada y estable y un camino adecuado hacia su perfeccionamiento personal.

A continuación se analizarán más a fondo dichas capacidades para poder detectar en ellas la forma de conocer, regular y equilibrar las emociones y así verlas como un potencial a utilizar para la mejora personal y no como un obstáculo que llega a cegar la razón.

3.3.1.- RECONOCER LAS EMOCIONES.-

El reconocimiento de las emociones es el punto de partida para lograr un adecuado manejo de la afectividad. Ya que sólo quien aprende a percibir sus emociones, a darles nombre concreto y a aceptarlas, podrá tomar medidas sobre ellas y encaminarlas.

Ahora bien, antes de explicar el modo de reconocer las emociones, será necesario ahondar un poco en la naturaleza de la emoción y en la definición de las emociones como tales, para que posteriormente al hablar de ellas se pueda tener un panorama más claro del tema que se está tratando.

Ya en el primer capítulo al hablar de la afectividad humana se explicaba lo que era en sí una emoción, y sus diferencias con los afectos, sentimientos y pasiones. Pero, será necesario dejar delimitada la terminología para después hacer correcta referencia a dichos fenómenos afectivos. Para lograr esta definición de terminologías esta investigación se apoyará en lo que afirma José Antonio Marina en su obra “Laberinto Sentimental”, sobre la terminología de dichos conceptos

Emoción, es el estado psíquico y fisiológico de excitación que nos prepara para la acción, este estado es breve y siempre va acompañado de manifestaciones físicas conscientes, como la agitación, palpitaciones, palidez, rubor, etc.

Afecto, es el conjunto de todas las experiencias que tienen un componente evaluativo, a saber, doloroso/placentero, atractivo/repulsivo, agradable/desagradable, bueno/malo,

estimulante/deprimente, activador / desactivador. De este afecto se derivan tres aspectos principalmente. Las sensaciones de dolor y placer, deseos y sentimientos.

⇒ Sensaciones de dolor y placer: son experiencias estrictamente físicas y corpóreas que hacen que la persona goce o sufra por un padecimiento corporal.

⇒ Deseos: se refiere a la consciencia de una necesidad, de una carencia o de una atracción hacia algo o alguien en concreto.

⇒ Sentimientos: son bloques de información integrada que incluye valoraciones en las que el sujeto está implicado y al que proporcionan un balance de situación y una predisposición a actuar.

Al hablar de sentimientos estos pueden clasificarse por su intensidad, duración, profundidad, por lo que es necesario distinguir dos fenómenos afectivos derivados del sentimiento: estados sentimentales y pasión.

⇒ Estados sentimentales: son sentimientos duraderos que permanecen estables y configuran la personalidad, por ejemplo: el amor hacia alguien, el odio.

⇒ Pasión: son sentimientos intensos, vehementes y tendenciales con un influjo poderoso sobre el comportamiento.⁶²

Dentro de las emociones existen algunas que se les puede llamar básicas o universales las cuales tienen en ellas algunos sentimientos derivados.

Ahora bien, sólo queda enunciar las principales emociones con sus sentimientos derivados y las manifestaciones físicas o corpóreas que acompañan a dicha emoción.

⁶² MARINA, José Antonio, *El Laberinto Sentimental*, Pp.34-35

IRA:

Experiencia provocada por la ofensa o el coraje que provoca la sensación de enojo y de querer causar daño por dicha causa.

Los sentimientos desencadenados por la ira son: furia, ultraje, resentimiento, cólera, exasperación, indignación, aflicción, animosidad, fastidio, irritabilidad, hostilidad, y en un extremo, violencia y odio patológico.

Con la emoción de la *ira*, la sangre fluye a las manos, y así resulta más fácil tomar un arma o golpear a un enemigo; el ritmo cardíaco se eleva y un aumento de hormonas como la adrenalina genera un ritmo de energía lo suficientemente fuerte para originar una acción vigorosa.

TRISTEZA:

La tristeza se puede definir como la conciencia de una pérdida causada por el aislamiento o la inacción, es decir, es una experiencia de que las propias necesidades, deseos o proyectos no se van a realizar o no se han realizado.⁶³

Algunos de los sentimientos que se derivan de la tristeza son: congoja, pesar, melancolía, pesimismo, pena, autocompasión, soledad, abatimiento, frustración, desesperación y en casos patológicos: depresión grave.

La *tristeza*, produce una caída de energía y entusiasmo por las actividades de la vida, sobre todo por las diversiones y los placeres y, a medida que se profundiza y se acerca a la depresión hace más lento el metabolismo del organismo. Este aislamiento que se vuelca en una introspección crea la oportunidad de llorar por una pérdida y de comprender las

⁶³ Cfr. MARINA, José Antonio, *El laberinto Sentimental*, P.124.

consecuencias que tendrá la vida de cada uno y de poder planificar un nuevo comienzo para cuando se haya recuperado la energía.⁶⁴

MIEDO:

El miedo se define como la experiencia de que algo amenaza las propias metas y la propia integridad. Es la percepción de que la meta no va a alcanzarse a no ser que se realice una acción protectora, la huida o la retirada.⁶⁵

Los sentimientos derivados del miedo son: temor, ansiedad, nerviosismo, preocupación, consternación, inquietud, cautela, incertidumbre, pavor, terror y en un nivel patológico: fobia y pánico.

En el caso del *miedo*, la sangre va a los músculos esqueléticos grandes, como los de las piernas, y así resulta más fácil huir, y el rostro queda pálido debido a que la sangre deja de circular por él. Por otro lado los circuitos de los centros emocionales del cerebro desencadenan un torrente de hormonas que pone al organismo en alerta general, haciendo que se prepare para la acción y la atención se fija en la amenaza cercana, lo mejor para evaluar qué respuesta ofrecer.

ALEGRÍA:

La alegría es causada por la experiencia de que las propias necesidades, deseos y proyectos se están cumpliendo de la manera esperada y tiene como función adaptativa el refuerzo de la estrategia eficaz, el ánimo para responder a nuevos retos y un mensaje social para iniciar o continuar la interacción.⁶⁶

⁶⁴ Cfr. GOLEMAN Daniel, *Inteligencia Emocional*, Pp.25-26

⁶⁵ Cfr. MARINA, José Antonio, *El laberinto Sentimental*, P.124.

⁶⁶ Idem.

De dicha emoción surgen los sentimientos de: Placer, felicidad, alivio, contento, dicha, deleite, diversión, gratificación, satisfacción, extravagancia, éxtasis.

En cuanto a la *alegría* hay un aumento de la actividad en un centro nervioso que inhibe los sentimientos negativos y favorece un aumento de la energía disponible y una disminución de aquellos que generan pensamientos inquietantes. Este estado de felicidad ofrece al organismo un descanso general, además de una buena disposición y entusiasmo para cualquier tarea que se presente y para esforzarse por conseguir una gran variedad de objetivos.

SORPRESA:

La sorpresa, se define como la experiencia de algo que se presenta como relevante o nuevo, imprevisto e inesperado.

De la tristeza pueden ir acompañada las siguientes emociones o reacciones; conmoción, asombro, desconcierto, admiración, fascinación.

En el caso de la *sorpresa* el levantar las cejas permite un mayor alcance visual y también que llegue más luz a la retina. Este hecho ofrece más información sobre el acontecimiento inesperado, haciendo que resulte más fácil distinguir con precisión lo que está ocurriendo e idear mejor el plan de acción.

DISGUSTO:

El disgusto es la experiencia de algo como desfavorable o doloroso, que quisiera ser evitado a toda costa.

El disgusto hace surgir sentimientos de: desprecio, desdén, menosprecio, aborrecimiento, aversión, repulsión, vergüenza.

La expresión de *disgusto* hacia algún olor o sabor insoportable, hace que se frunza el ceño, torciendo el labio superior, mientras que la nariz se frunce ligeramente; esto sucede como una reacción a querer evitar un olor nocivo.

Una vez delimitadas las principales emociones, queda pendiente explicar el modo en que la persona puede detectar las propias emociones para identificar su naturaleza y posteriormente actuar sobre y con ellas.

Ya se mencionaba anteriormente que el reconocimiento de las propias emociones es el punto de partida para conocer y dirigir su cauce. Ahora bien *¿de que modo se puede ingresar hacia las propias emociones?*. Para ingresar al mundo emocional la clave de acceso es la atención. Atención implica percibirse y ser conscientes del propio mundo interior sin intentar reprimir, evadir o justificar dicha emoción. Esto es muy común en las personas, ya que en ocasiones se presentan algunas emociones desagradables o inaceptables y se reprimen o malinterpretan y lo único que se logra es que se niega la oportunidad de averiguar la propia reactividad y tomar las medidas correspondientes.

Para poder percibir las propias emociones, manejarlas y desarrollarlas se necesita de un distanciamiento interior frente a uno mismo, es decir, de tratar de observar y relativizar desde fuera las propias emociones como si fuera un observador ajeno que permita dar un concepto objetivo, neutral y sin juicio de valor sobre la propia emoción. En otras palabras, hay que llamar a las propias emociones por su propio nombre y apellido.

El poder reconocer y aceptar las emociones de manera objetiva presupone tres aspectos:

- 1) No emitir juicios de valor sobre las propias emociones, simplemente dejar que proporcionen la información sobre sí mismo y sobre el modo de estar. Es importante recordar que las emociones no son ni buenas ni malas, sino que son indicadores de lo que sucede en nuestro interior y que las acciones que se realicen en base a dicha emoción, son materia de juicio de valor, es decir ya se pueden juzgar como moralmente buenas o malas.
- 2) Detectar qué señales corpóreas o síntomas físicos se presentan con la emoción, ya sea aparición de sudores, tensión muscular, dolor de cabeza, contracciones del estómago, sonrojos, o también señales cognitivas como falta de concentración, irritabilidad, excitabilidad, cavilaciones o el vacío interior.
- 3) Saber captar que es lo que desencadena dicha emoción, para ver qué factores influyen en el surgimiento de dicho estado emocional, por ejemplo en el caso de las mujeres el saber detectar el hecho de que en algunos días antes del período se muestra más irritabilidad ante todo. Nunca se debe olvidar que las emociones son involuntarias, ya que llegan y se van en momentos inesperados, pero que son la fuente para conocer nuestra propia interioridad.⁶⁷

El seguir estas sugerencias ayudará a obtener el mejor partido posible a las emociones y estados de ánimo porque será más fácil comprender su origen y motivos, y así se buscará una salida más fácil a actuar correctamente.

3.3.2.- MANEJO DE LAS PROPIAS EMOCIONES.-

Se sabe que el hombre no sólo es movido por tendencias y emociones, sino que cuenta con la facultad de la voluntad para poder encauzar sus emociones, de esta forma es importante que una vez detectada la emoción y la causa que la produce, se busque la forma de dirigirla

⁶⁷ MARTÍN, Doris, Et.Al., Op.Cit. Pp.71-72.

Existen dos formas de manejar las emociones que por costumbres y cultura han formado parte de la educación de la afectividad y que no siempre han sido la mejor forma de actuar. Dichas direcciones son el apaciguamiento y la represión.

Apaciguamiento.-

Un gran error de los padres o de los maestros es que desde pequeños, a los niños se les enseña que se deben de dominar y reprimir las emociones. Cuantas veces no se ha oído a padres que dicen : “No llores, recuerda que los niños no lloran”. Y así otras frases que hacen que la persona crezca con la idea de no dejar actuar la emoción y menos de conocer su naturaleza.

Represión.

Reprimir indica no pensar en aquella emoción y tratar de opacarla o de parecer ajeno ante dicha emoción. Este mecanismo de defensa es al que más recurre la gran mayoría de las personas que a la larga sólo las lleva a la insensibilidad y falta de interés por la gente. Para dejar claro la represión de las emociones, se puede ejemplificar la figura de un médico que tras vivir junto al sufrimiento y la muerte prefiere reprimir sus emociones lo que en ocasiones los convierte en fríos o insensibles, llegando así, a ver al paciente como un trabajo más sin pensar que en sus manos está una vida a la que se debe hacer todo lo posible por salvar.

Emotividad extrema.-

Al hablar de emotividad extrema se hace referencia a que en ciertas ocasiones las personas reaccionan y se sobresaltan de manera incontrolada ante la emoción, y esto no permite que se tenga un adecuado control sobre la misma emoción.

Ahora bien, *¿de qué manera entonces se deben de manejar los sentimientos?*, la mejor forma es saber sacar partido de ellos y enfrentarlos para poderlos orientar.

La forma de sacar partido de ellos es modificando la situación. Esto se da cuando una persona en lugar de dejarse arrastrar por la emoción o de reprimirla, en cambio busca dirigir esa energía a acciones que le ayuden a desarrollar nuevas competencias o a fortalecer la propia autoestima. Por ejemplo una persona que suele tener miedo a las noches o a la obscuridad, y en lugar de reprimir su emoción toma clases de defensa personal está convirtiendo su miedo en algo productivo.

Esta forma de manejar los sentimientos es a lo que se puede llamar metacognición emocional, ya que es posible conocer la propia dinámica afectiva y la forma de encauzar dichas emociones, afectos y sentimientos mediante procesos apoyados en la inteligencia y voluntad.

En definitiva el reconocer, aceptar y manejar las emociones ayudará a tener una mayor estabilidad emocional.

Antes de explicar la capacidad siguiente, se otorgará a manera de conclusión unos pasos que resumen lo anteriormente dicho.

PASOS:

1) Aceptar los sentimientos y tomarlos como factores emotivos naturales del hombre que permiten a la persona conocerse a sí mismo y a los demás

2) Ponerles nombre concreto, *¿Qué emoción es? ¿Qué sensaciones percibo?*

3) Preguntarse:

- ¿Porqué siento esto?
- ¿Qué experiencia, idea, percepción hay detrás?
- ¿Qué me dicen de mi modo de ser y de pensar?

4) Tomar distancia:

- Distinguir la emoción de la propia persona.
- Recordar que las emociones son variables y muy inestables, es decir son momentáneas.

5) Saber a qué impulsan o a qué desaniman, dichas emociones.

6) Orientar libremente dichas emociones hasta convertirlas en afectos o sentimientos duraderos. Es decir, alentarlos si es que contribuye a acciones positivas propias y ajenas o minimizarlas si llevan a acciones que no perfeccionen a la propia personalidad.

3.3.3.- UTILIZAR LAS CAPACIDADES AFECTIVAS.-

Como ya se mencionaba anteriormente, no sólo el coeficiente intelectual alto es el que hace referencia a una persona inteligente, sino que una persona que conoce y sabe como resolver los problemas personales implica además de actitudes emocionales como lo son: la fuerza de voluntad, el autoconcepto, una actitud optimista, y una capacidad de extroversión hacia los demás.

En cuanto a la fuerza de voluntad es imprescindible recordar la dualidad espiritual del alma que está compuesta por intelecto que conoce el bien y que la voluntad puede libremente elegir o rechazar aquello que es conveniente para su perfeccionamiento. De esta forma dentro

del mundo afectivo es imprescindible una adecuada formación de la voluntad en donde los impulsos no sean el motor de la acción, sino que la voluntad pueda controlar dichos impulsos que le permitan actuar humanamente y no sólo instintivamente. Por ejemplo un alumno que presentará un examen al día siguiente y está entre la alternativa de estudiar e ir a jugar fútbol con sus amigos, si su fuerza de voluntad es grande hará lo conveniente que es estudiar para la prueba y si termina pronto irá a jugar con sus amigos; lo mismo para un deportista que requiere de entrenamiento continuo y el seguimiento de una dieta, y si no sigue dichas pautas no logrará hacer un buen papel el día de la competencia. Así la capacidad de controlar los impulsos es una condición previa indispensable para desarrollar hábitos, virtudes y talentos innatos que perfeccionan al ser humano.

Por otra parte una actitud optimista, ayuda a desarrollar mejor el potencial humano. Una persona optimista es aquella que tiende a ver y a juzgar las cosas desde el aspecto más favorable. Por el contrario una persona pesimista es aquella que tiende hacia la visión negativa de las cosas, la justificación de sus errores y la atribución de sus derrotas personales en sus incapacidades. Ahora bien, se sabe que una visión positiva a futuro hace que las personas vayan con la idea de alcanzar dicha meta y así es más fácil que lo logren o en caso de no alcanzar dicha meta, las personas optimistas siempre verán como un punto de mejora y un aprendizaje más, dicha acción negativa.

Esto no se puede lograr fácilmente si no se tiene un buen concepto de sí mismo y de las capacidades personales que permiten actuar con mayor seguridad, serenidad y realismo ante las situaciones cotidianas.

Una vez explicadas algunas de las capacidades afectivas intrapersonales y el manejo de las propias emociones, quedan por explicar las facultades interpersonales para comprender mejor la forma en que pueden percibirse las emociones de los demás.

3.3.4.- RECONOCER LAS EMOCIONES DE LOS DEMÁS: EMPATÍA.

Empatía, se refiere a la capacidad de ponerse en el lugar del otro emocionalmente hablando. Empatía no es lo mismo que simpatía, ya que simpatizar significa <<sentir con>> es decir, coincidir afectiva o sentimentalmente con el otro, lo que se puede llamar << estar en sintonía >>. Empatía proviene del griego *empathia* que quiere decir “sentir dentro”, lo cual requiere que uno pueda sentir lo que los demás sienten y así comprenderlos.

La cualidad de la empatía no sólo es fruto del temperamento y carácter de la persona, sino que además es una cualidad que proviene de la educación y cultura en la que la persona se ha desarrollado. Un ambiente educativo en donde se fomenta el respeto, la delicadeza y la disposición al compromiso y a la escucha hacia los demás creará en la persona una capacidad de empatía mayor que la de un niño que ha sido el centro de la atención de la familia y no lo educan en el amor a los demás.

Ahora bien, el saber ponerse en el lugar de otro supone que la persona conoce y acepta sus propias emociones, porque no es fácil que se reconozcan distintas emociones o modos de sentir en los demás si ni siquiera se pueden reconocer en uno mismo. Además el conocer las propias emociones ayudará en gran parte a poder comprender a las demás personas en su forma de sentir, ya que se hablará de experiencias fáciles de conocer y aceptar.

Es importante recordar que toda experiencia que le sucede al individuo es intransferible y sólo cognoscible por los demás, esto es, por más que una persona de a conocer a los demás una experiencia personal, esa persona jamás la podrá vivir del mismo modo en que la vivió originalmente el ser que la ha experimentado. Por ejemplo una persona le manifiesta a otra el estado de tranquilidad que experimentó al entrar en la catedral de Nuestra Señora de París y su gran admiración por el arte gótico, y aunque lo describa perfectamente, la otra persona nunca podrá vivir de la misma forma dicha experiencia aunque pueda imaginarlo como tal.

Pero esto no indica que las personas no puedan tratar de situarse lo más cercano posible a las experiencias emocionales que vive la persona para poder sentir con ella dicha experiencia y así poderla comprender. A esta forma de comprensión del mundo emocional de las personas se le llama “escuchar de forma activa”, lo cual implica ubicarse en la experiencia que vivió la persona y tratar de adoptarla como nuestra, sin hacer ninguna valoración al respecto, para así poder darle una ayuda más fácil , si es que lo requiere.

Así, cuando se logra empatizar con otra persona, se consigue conocer su más profunda individualidad, su núcleo más íntimo desde el que la persona se proyecta.⁶⁸

Hay personas que tienen muy arraigada esta cualidad de la empatía, lo cual facilita que los demás se sientan identificados con ellas y que les confíen su intimidad porque se sienten comprendidos. En ocasiones se les busca incluso sin esperar de ellas ninguna solución práctica o eficaz a los problemas que se les plantean; basta con sentir su comprensión, que se experimentará porque saben ponerse en el lugar de los demás y compartir así sus sentimientos o emociones.

Esta cualidad es indispensable como educadores, ya sean padres de familia o maestros, debido a que si no se comprende y se trata de sentir lo que el alumno o hijo está padeciendo difícilmente se le podrá ayudar a que logre un perfeccionamiento de su persona y alcance aprendizajes significativos.

3.3.5.- CREAR RELACIONES SOCIALES.-

Anteriormente se analizó que la empatía es la capacidad de percibir el mundo interior emocional y experiencial de otras personas. Ahora bien, sin esta empatía sería muy difícil lograr la interacción con las otras personas. A esta facultad de relacionarnos externamente con las personas se le conoce con el nombre de *competencia social*, lo cual implica la

⁶⁸ UGARTE, Francisco, *La Amistad*, P.19

convivencia externa de las personas, el desenvolvimiento social exento de fricciones y el control de las normas sociales.⁶⁹

La competencia social requiere por tanto de saber crear ambientes adecuados y agradables para la conversación, especialmente en momentos de fricción o de citas importantes; saber convencer y motivar a otros a que realicen actividades que los perfeccionen; moderar los conflictos; contemplar los problemas desde distintas perspectivas, para dar un juicio mas objetivo; etc.,

Dentro de la competencia social se encuentra implicado un aspecto fundamental para lograr un adecuado desarrollo de las relaciones sociales, este aspecto es lo que comúnmente se le llama lenguaje no verbal.

La mayoría de las veces, los gestos, el movimiento del cuerpo, brazos, expresiones faciales, cambios del tono de voz, ayudan a que sea mas fácil la compatibilidad entre las personas y a que se comprenda realmente qué emociones hay implicadas en los mensajes que se quieren transmitir.

Una buena competencia social implica el ser flexible a las distintas formas de manifestar las emociones, debidas a la educación y a la cultura, por ejemplo una persona oriental proveniente de Japón, no tiene los mismos ademanes y costumbres sociales que una persona mexicana y para esto hay que ser muy flexibles y en todo caso seguir tres aspectos:

⇒ Minimizar la emoción, es decir, disminuir la forma de expresar los ademanes, las actitudes y las pautas de conducta.

⇒ Exagerar la emoción, lo cual implica aumentar la forma de expresar las costumbres propias del grupo social.

⁶⁹ MARTIN, Doris, EtAl., *Que es Inteligencia Emocional*, P.87

⇒ Compensar la emoción, es decir, al suprimir una emoción, no reprimirla sino encauzarla en otra emoción más adecuada.

Así al ir modelando las pautas de conducta se logrará una mejor competencia social y un adecuado manejo de las relaciones interpersonales. Esto se refiere a que si se logra una correcta sintonía emocional del lenguaje no verbal, a través de correctos modales y pautas de conducta, así como de adecuadas formas de relacionarse con los demás, se armonizarán mejor las emociones y las relaciones de familia, escuela, pareja, trabajo, etc.

3.4.- ASPECTOS QUE INTERVIENEN EN LA RESPUESTA AFECTIVA.

Como se ha visto a lo largo del capítulo, las emociones, afectos y sentimientos son elementos afectivos que influyen en la forma de actuar del ser humano y que además impulsan al intelecto para que haga un correcto juicio sobre ellos y posteriormente la voluntad pueda actuar en consecuencia.

José Antonio Marina en su obra "El Laberinto Sentimental", hace un ensayo sobre el estudio de los sentimientos en donde parte de la idea de conocerlos para poderlos manejar y dirigir posteriormente. Este autor afirma que los sentimientos son mensajes cifrados, cuya interpretación permiten conocer la interioridad del alma y las características de la propia personalidad. Al hablar de mensajes cifrados el autor se está refiriendo a que todas las experiencias afectivas están llenas de contenido que hacen que la persona tenga diferentes puntos de vista y actúe de manera distinta. Por ejemplo una persona celosa, siente angustia ante la posibilidad real o ficticia de que alguien más le arrebatase el objeto querido, y este angustioso sentimiento interpreta la realidad a su manera y puede cambiar la objetividad de las cosas. Así al ver que cada individuo se ve fuertemente influenciado en su actuar por las

emociones, afectos y sentimientos, será importante analizar el modo en que se producen respuestas afectivas causadas por la influencia de tales fenómenos afectivos.

A continuación se explicarán los distintos aspectos que intervienen en una respuesta afectiva, es decir en la forma en que los sentimientos, emociones y afectos influyen en la consolidación de la personalidad del hombre y en su actuar.

49685

3.4.1.- LA SITUACIÓN REAL Y CULTURAL.-

Con respecto a la situación real y cultural, se hace referencia a las circunstancias actuales en las que se presentan las emociones y sentimientos, es decir todos los factores que influyen y sobre los que recaen dichas facultades afectivas. La situación real y cultural como es la edad de la persona, las condiciones de vida, la educación recibida, la cultura en la que se desarrolla, los hábitos, etc., permiten que la afectividad sea dirigida de cierta forma.

Por ejemplo hay culturas que son poco hospitalarias como las culturas europeas y no son comparables tal vez a la cultura mexicana, porque la hospitalidad, es una de las cualidades que lo caracteriza. Esto hace que aunque las respuestas afectivas ante las emociones básicas (el miedo, la alegría, ira, disgusto, sorpresa, tristeza y las mencionadas anteriormente) son iguales en todas las personas ya que provienen de la propia naturaleza humana, las manifestaciones afectivas pueden cambiar en distintas culturas.

Así la cultura del Japón al saludar solo hace una reverencia y no estrecha la mano ya que esto es mal visto, en cambio en otras culturas se saluda estrechando la mano, dando un beso en la mejilla o en otras culturas dando un beso en cada mejilla, lo cual en el Japón sería como una falta de educación. Así las costumbres hacen que las respuestas afectivas puedan ser distintas en cierta forma por su influencia cultural.

3.4.2.- DESEOS.

El deseo se define como el *movimiento enérgico de la voluntad hacia el conocimiento, posesión o disfrute de una cosa.*⁷⁰

El hecho de que exista la inclinación o la tendencia de desear algo es una parte de la emotividad que mueve al individuo a actuar. Esto afirma cómo el mundo de la afectividad tiene sus raíces en la acción, ya que sin necesidades, ni deseos, ni impulsos sería difícil que la persona se inclinara y tendiera hacia algo en específico.

Unido al deseo se encuentra el anhelo, que es la tendencia o el movimiento hacia lo deseado, cuando se habla de esta tendencia se habla tanto de las ganas como del ansia hacia alcanzar algo en concreto.

El deseo y el anhelo son dos aspectos que se quedan en el plano puramente instintivo y sin que intervenga la inteligencia y la racionalidad para dirigir adecuadamente dicho deseo o gana. Una vez que interviene la racionalidad el deseo y las ganas se desencadenan en el querer que es un acto más humano por el que se hace que la voluntad se mueva hacia aquello que le conviene y que le perfecciona. Sin embargo tanto el deseo y las ganas, que se encuentran en el nivel más bajo del hombre, son factores emotivos que ayudan a la persona a que su voluntad quiera y ame las cosas, convirtiéndose por tanto en el inicio del motor de la acción.

En este aspecto es muy importante formar la voluntad porque si el educando sólo se queda en el plano del deseo y no puede dominar dicho deseo hacia acciones que lo perfeccionen, o por el contrario si se presenta el hecho del alumno que es incapaz de desear algo y se mueve por lo que los demás hacen, en ambos casos se está hablando de problemas

⁷⁰ ENCICLOPEDIA UNIVERSAL ILUSTRADA, Tomo 18, P.504.

sentimentales de comportamientos que no ayudan a que la voluntad tienda hacia su perfección. Por lo tanto para poder dirigir correctamente los deseos hay que educar desde pequeños a que los niños vayan siendo personas capaces de desear y de luchar por lo que desean y saber formar una recta consciencia y voluntad para poder controlar y canalizar dicha carga afectiva que se presenta unida al deseo.

Además una recta formación de la inteligencia emocional hace que la persona logre encauzar sus deseos en la realización de proyectos en donde se practicará la formación de la voluntad para iniciarlo, continuarlo y terminar dicho proyecto formando así personas responsables y constantes en sus metas.

3.4.3.- CREENCIAS Y EXPECTATIVAS.

Unido a los deseos y proyectos humanos, otro elemento que contribuye en la ejecución de respuestas afectivas son las creencias que se han formado a través de la cultura en la que se vive y las expectativas que surgen de la forma de vivir a la que se está acostumbrado.

Las creencias son hábitos emocionales, con bases racionales, es decir son costumbres en la forma de reaccionar y de forma de actuar ante algo o ante alguien. En la propia educación y cultura en la que el individuo se desarrolla se van formando esquemas afectivos, es decir, información estructurada sobre la forma de dirigirse y de sentir en base a algo. Estos esquemas afectivos hacen que la persona tenga sus creencias o costumbres mas arraigadas y facilitan la emisión de una respuesta afectiva.

Por otro lado la inteligencia hace que la persona pueda predecir el futuro y que pueda tener expectativas. Estas expectativas o esperanzas son la fuente para predecir el futuro y luchar por un futuro deseado y en base a ellas surgen respuestas emocionales y sentimientos buenos y malos como el triunfo o la decepción.

3.4.4.- LA IDEA QUE EL SUJETO TIENE DE SÍ MISMO Y DE SUS CAPACIDADES.

El hecho de que una persona reaccione o actúe de una forma específica emotivamente hablando, depende además de los aspectos vistos anteriormente, de la idea y concepto que tenga de sí mismo y de sus propias capacidades.

Así una persona puede ser completamente segura de sí misma y otras por el contrario excesivamente tímidas, lo cual, en este último caso, perjudica a la emisión de respuestas emocionales, a la tranquilidad personal y a las sanas relaciones con los demás.

Una persona tímida es aquella que se siente insegura ante los contactos sociales, y la sensación de presentarse ante los demás les paraliza y les impide desenvolverse con naturalidad. En situaciones sociales se observan a sí mismos con un excesivo espíritu crítico pensando y preguntándose sobre el efecto que causarán ante los demás, sobre su forma de vestir y de comportarse, sobre su actuar, lo que hace que se desencadenen stress y que su inseguridad se agrave.

En cambio si la persona es segura de sí misma convertirá dicha seguridad en un hábito emocional para actuar de dicha forma en todas las situaciones existentes, es una persona que mira a los ojos al escuchar o al hablar con alguien, que no teme ser rechazado por su forma de ser, que le gusta relacionarse con los demás, que está seguro de sus capacidades al emprender proyectos y no teme ante un fracaso sino que lo ve como una forma de aprender sobre sus errores.

Así vemos como el autoconcepto personal es un factor que influye en la forma de actuar emotivamente y en la creación de hábitos emocionales para emprender proyectos y buscar el lograr las expectativas.

Ahora bien, todos estos elementos como son los deseos, las creencias y expectativas y el autoconcepto, unido a la situación real y características del sujeto van formando en el hombre lo que hemos llamado *esquemas sentimentales* que son parámetros personales que se van formando en la memoria emocional de la persona y que afectan en su aprendizaje. Pero para poder entender de que forma afectan en el aprendizaje y el papel que el educador tiene en la formación de aprendizajes emocionales es necesario aclarar perfectamente lo que se entiende por esquemas mentales, memoria personal o emocional y finalmente aprendizajes emocionales.

3.5.- MEMORIA Y APRENDIZAJE EMOCIONAL.

3.5.1.- MEMORIA EMOCIONAL.-

La memoria emocional es el conjunto de creencias, hábitos emocionales y esquemas afectivos que forman junto con la memoria racional el núcleo de la personalidad. Esta memoria se va formando desde que el ser humano nace ya que va grabando en ella las manifestaciones de cariño, gestos emocionales, conductas, que hacen que el ser humano forme su personalidad y actúe en base a dichos recuerdos emocionales.

Neurológicamente ya se explicó el papel del hipocampo y de la amígdala en la formación de recuerdos emocionales, se mencionaba que en un suceso en el que intervenía una fuerte carga emocional, el hipocampo es el que recuerda las cosas objetivamente y sin carga emotiva y la amígdala es la que recuerda los acompañantes emocionales y sensaciones corporales de dicha situación.

Dentro de la memoria emocional se forman los llamados esquemas afectivos los cuales son personales, es decir, cada persona reacciona de distinta forma en la misma situación debido a que cada persona da un significado distinto tomando en cuenta su memoria y hábitos emocionales. Ahora bien esa interpretación está basada en una estructura personal y bajo un esquema interpretativo personal. Estos esquemas hacen que cada persona reaccione de

distinta forma ante un mismo suceso, por ejemplo una película que ven dos personas, a una de ellas le pudo haber parecido interesante y romántica y a la otra persona aburrida y cursi, y así lo que para una fue de su total agrado para la otra fue totalmente indiferente; es decir que cada una de las personas puso en acción un esquema afectivo diferente.⁷¹

Un esquema en general es una estructura neuronal que asimila, interpreta, guarda y produce información.

Un esquema afectivo por tanto se define como el conjunto de estructuras neuronales y de información externa que permiten organizar, reconocer, interpretar y dar un significado a los sucesos emotivos que se presentan a su alrededor. Estos esquemas actúan como extractores de información, posibilitan el reconocimiento y pueden generar significados.

Dichos esquemas son una integración de estructuras neuronales y de contenido informativo, por lo cual, esto indica que se van formando con la unión de lo innato y lo adquirido, es decir de las células nerviosas donde radican las emociones y de los sucesos que van haciendo que la persona forme en su mente emocional, hábitos emocionales y que conforme así su personalidad.

Al hablar de personalidad se puede considerar a ésta como un sistema integrado por esquemas afectivos, cognitivos y motores, lo cual hace que el hombre al actuar, integre toda su personalidad en sus acciones. Por ejemplo una persona miedosa siempre actuará con miedo porque su esquema afectivo está siempre activo y así interpreta la mayoría de las cosas y de las situaciones como aterradoras. Así se comprueba como los esquemas afectivos determinan en gran parte la personalidad y el actuar de la persona.

⁷¹ Cfr. MARINA, José Antonio, *El Laberinto Sentimental*, Pp.93-95.

En resumen a todo esto se concluye que el mundo afectivo conforma una parte de la personalidad y que los sentimientos que lo conforman se pueden resumir en las siguientes características:

- 1) Los sentimientos son experiencias conscientes en las que el sujeto se encuentra implicado.
- 2) El sujeto se encuentra implicado porque afecta a sus necesidades.
- 3) Los sentimientos aparecen en el circuito de la acción, es decir que los sentimientos se manifiestan con acciones.
- 4) En el inicio del control y cauce de los sentimientos hay una evaluación por parte del intelecto.
- 5) La evaluación se realiza desde los esquemas afectivos de cada sujeto
- 6) El conjunto de esquemas afectivos forma la memoria emocional.

3.5.2.- APRENDIZAJE EMOCIONAL.

En el segundo capítulo se habló sobre el aprendizaje como una de las facultades mentales del individuo que lo ayudan a adquirir conocimientos y a lograr un mayor perfeccionamiento integral.

Al hablar de educación integral se tienen que incluir tres áreas del aprendizaje para poder hablar de dicha formación como tal. Estas áreas de aprendizaje son:

- ⇒ Aprendizaje cognoscitivo.
- ⇒ Aprendizaje afectivo o emocional.
- ⇒ Aprendizaje psicomotriz.

El aprendizaje cognoscitivo engloba las actividades referentes a la apropiación del conocimiento en aquellos procesos que impliquen el uso de la memoria o evocación de los conocimientos y el desarrollo de habilidades y capacidades superiores de orden intelectual, como es la capacidad de analizar y sintetizar. En este aprendizaje se da por ejemplo la memorización de las tablas de multiplicar; de las capitales del mundo; o la explicación de algún proceso químico; la elaboración de esquemas, mapas conceptuales, cuadros sinópticos, o la síntesis y opinión de algún conocimiento en específico.

El aprendizaje psicomotriz, es aquel que incluye todas aquellas adquisiciones que suponen una coordinación neuromuscular para adquirir destrezas. En este aprendizaje el tipo de conductas que el educando exterioriza, relacionadas con esta área, manifiestan avances en el dominio del yo, principalmente físico. Los niveles del aprendizaje psicomotriz van desde la imitación de gestos, sonidos, movimientos; la manipulación de materiales para la creación de objetos nuevos; la precisión de sus movimientos corporales tanto gruesos como finos; el control y la coordinación de sus movimientos y el llegar a una automatización en donde la persona sea capaz de adquirir la destreza absoluta para manejar una ejecución o máquina de forma casi mecánica.

El aprendizaje afectivo o emocional es aquel que modifica la conducta referente a sentimientos, afectos, valores y actitudes que influyen en la personalidad del individuo y en la forma de adquirir nuevos aprendizajes. En esta área se incluyen actividades a nivel de recepción de emociones, su identificación (nombre y manifestaciones corpóreas que lo acompañan), su modificación y cauce por parte de la voluntad para lograr que estas ayuden al perfeccionamiento humano; se aprende a saber racionalizar las emociones sabiendo dar una respuesta a las acciones consecuentes a la presencia de la emoción, o a saber dirigir el esfuerzo

y la motivación hacia nuevos aprendizajes; además se aprende a dar valor a las cosas sin olvidar su escala (religiosos, morales, estéticos, intelectuales, afectivos, sociales, físicos, económicos); se aprende a saber correlacionar los aprendizajes emocionales antiguos con los nuevos y a saber emitir respuestas con un control adecuado de la voluntad; además se aprende a ser perseverante y firme en las decisiones tomadas y en los proyectos emprendidos, con actitudes positivas y alegres.⁷²

Dentro de los aprendizajes emocionales, la teoría de la inteligencia emocional habla de diferentes áreas y aspectos que el hombre puede aprender y desarrollar a lo largo de su vida, desde el nacimiento de la afectividad hasta la consolidación de la personalidad. Dichas áreas y sus componentes o habilidades emocionales son:

1) Componentes intra-personales:

Al hablar de componentes intra-personales se refiere a los factores afectivos que conforman la personalidad desde el punto de vista de la interioridad de la persona, es decir, todos aquellos elementos o habilidades que intervienen en el reconocimiento, aceptación y dirección de las propias emociones, afectos y sentimientos.

- a) *Conciencia emocional*: se define como la habilidad de reconocer la propia afectividad, desde su reactividad emocional, hasta los sentimientos más firmes. Además del conocimiento de la propia personalidad, temperamento y carácter.
- b) *Asertividad*: es la habilidad que tiene la persona de defender sus propios puntos de vista y de expresar abiertamente sus pensamientos, creencias, sentimientos, afectos y valores de una manera positiva y no destructiva.

⁷² Cfr. MORENO, María Guadalupe. *Didáctica I*, Pp.61-63.

- c) *Autoestima*: es el componente que implica el tener una habilidad de aceptación y respeto al propio yo, es decir un amor verdadero y profundo, una aceptación alegre de las propias cualidades y defectos y un aprecio por uno mismo.
- d) *Actualización*: implica la habilidad de ser consciente de las capacidades potenciales propias, las cuales están implicadas e involucradas en aquellos aspectos que perfeccionan al ser humano.
- e) *Autonomía*: habilidad de autodirigir y autocontrolar los propios pensamientos, sentimientos y acciones bajo la acción de una recta formación del intelecto y la voluntad, que lleven al verdadero acto de la libertad y no ser dependiente y dirigido por los impulsos o tendencias emocionales (ganas, gustos).

2) Componentes Inter-personales:

Los componentes inter-personales, hacen referencia al conocimiento, aceptación y manejo de las emociones, afectos y sentimientos de los demás, que permiten mantener sanas relaciones sociales. Dichos componentes son:

- a) *Empatía*: es como ya se explicaba anteriormente, la habilidad de poder ponerse en los zapatos del otro y así ser consciente de entender y apreciar los sentimientos, emociones, afectos, valores, de los demás.
- b) *Relaciones Interpersonales*: es la habilidad de establecer y mantener relaciones mutuamente satisfactorias que estén caracterizadas por la intimidad y el dar y recibir afecto y apoyo emocional.

- c) *Responsabilidad Social*: es la habilidad de la persona de poderse mostrar como miembro cooperativo, contribuyente y constructivo dentro de su grupo social.

3) Orientación Cognoscitiva:

La orientación cognoscitiva hace referencia a la forma de manejar y de dar respuestas adecuadas a las emociones, afectos y sentimientos propios y ajenos.

Los componentes de la orientación cognoscitiva son:

- a) *Solución de Problemas*: Es la habilidad de definir problemas, así como de generar e implementar soluciones realmente efectivas.
- b) *Comprobar la realidad*: es la habilidad de encontrar la correspondencia entre lo que se experimenta y lo que objetivamente existe.
- c) *Flexibilidad*: La habilidad de ajustar los propios sentimientos, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes.

4) Manejo del Stress:

El manejo del stress, se refiere a la habilidad para dirigir de manera adecuada y con bases en la racionalidad y en la voluntad, las emociones, afectos y sentimientos que provocan un desgaste físico y mental.

- a) *Tolerancia al Stress*: Es la habilidad de sobrepasar situaciones adversas y eventos estresantes, mediante un manejo activo y positivo de stress.

b) *Control de impulsos*: La habilidad de resistir o retardar una acción, impulso o tentación mediante la fuerza de voluntad dirigida hacia el perfeccionamiento personal.

5) **Afecto:**

a) *Alegría*: La habilidad de estar satisfecho y estable con las acciones realizadas y de saber aprender de los errores cometidos.

b) *Optimismo*: la habilidad de ver el lado positivo de la vida y de mantener una actitud positiva aun frente a la adversidad y de saber ver en los fracasos una oportunidad de aprendizaje.

Una vez explicado lo que es la inteligencia emocional y sus habilidades propias, dejando así marcado el camino por el cual se puede llegar a la inteligencia emocional, es de suma importancia aclarar que todo esto requiere de una adecuada formación de la voluntad para poder seguir con lo que la inteligencia esclarece a la persona, y que sin esta facultad volitiva se puede caer en tener sólo el conocimiento de la afectividad y los medios para actuar inteligentemente pero nunca llegar a ponerlos en práctica.

Sólo queda decir que para efectos de esta investigación no se hará un análisis profundo sobre dicha formación de la voluntad, simplemente se darán en el último capítulo las bases propias para formar esta potencialidad en el adolescente.

Así es importante proceder al conocimiento general de la naturaleza y características del adolescente, y analizar cuál sería el papel o el método que utilizaría el profesor en el aula de clases para poder formar y reforzar dichos componentes emocionales en esta etapa y en definitiva para saber utilizar y encauzar las emociones en un modo correcto.

CAPÍTULO IV

“NATURALEZA DE LOS ALUMNOS ADOLESCENTES”

Hasta esta parte de la investigación se ha dejado claro cual es la naturaleza de la persona y su afectividad humana, así como la naturaleza de la inteligencia racional y de la inteligencia emocional. Una vez explicada la teoría sobre la inteligencia emocional la propuesta de la presente tesis consiste en analizar qué papel juega el maestro de secundaria y preparatoria en la formación de la inteligencia emocional y de aprendizajes emocionales en los alumnos adolescentes. Por esta razón antes de explicar dicha propuesta es necesario dejar clara cuál es la naturaleza de los alumnos que se encuentran en la adolescencia inicial y adolescencia media, hasta llegar al inicio de la juventud.

4.1.- DEFINICIÓN DE ADOLESCENCIA.-

El término adolescencia proviene del verbo latino *adolescere*, que significa crecer o llegar a la maduración.⁷³

La adolescencia es ante todo, un período de crecimiento especial que hace posible el paso de la infancia a la edad adulta, de hecho, adolescente se le llama a “el que está creciendo” y en contraposición al adulto que es “el que ha crecido”.

El niño a lo largo de su vida ha ido sufriendo cambios físicos, psicológicos y emocionales de una forma ininterrumpida, pero al llegar a la pubertad, termino con el que se le llama al inicio de la adolescencia, la persona tiene un crecimiento físico y unos cambios internos de su organismo de manera acelerada que provocan una serie de inestabilidades que afectan su desarrollo cognoscitivo, moral, social pero sobre todo emocional. Es aquí donde se consolidan las bases de los elementos de la inteligencia emocional, es decir donde se comienza a conocer el propio yo, la propia emotividad, donde se deben de manejar de mejor modo las emociones, donde surge la intimidad, las relaciones con los demás, el inicio de la búsqueda de

⁷³ Gran Enciclopedia Rialp, Tomo 1, P.230.

la madurez, entre otras cosas. Además el adolescente se enfrenta con una situación en donde debe de saber manejar las exigencias y expectativas de la familia, la comunidad y los amigos; debe desarrollar adaptaciones a los cambios de su cuerpo y a las necesidades que lo acompañan; debe establecer una autonomía y moldear una identidad para la vida adulta. Por esta razón, se puede afirmar que es en la adolescencia donde los esquemas y hábitos emocionales se pueden formar y consolidar hasta llegar a una madurez o inmadurez de la propia inteligencia emocional, dependiendo de su formación.

Para efectos de esta investigación cabe aclarar que el estudio se hará sobre los adolescentes de 12 a 18 años de edad que es la etapa escolar en la que cursan la secundaria y la preparatoria. Este tema sólo abarca esas edades debido a que la investigación hace referencia el papel del profesor de escuela secundaria y preparatoria en la formación de aprendizajes emocionales.

Para comprender mejor lo anteriormente dicho, es necesario analizar de manera breve pero completa, el desarrollo físico, cognoscitivo y social para posteriormente hacer un análisis más detallado de la formación de la inteligencia emocional durante la etapa de la adolescencia ya delimitada: de los 12 a los 18 años de edad.

Los adolescentes sufren grandes cambios desde que inicia la adolescencia hasta que alcanzan la adultez, por esta razón se ha dividido la adolescencia en tres etapas fundamentalmente:

a) Pubertad o adolescencia inicial:

La pubertad inicia en la niñas entre los 10 y 11 años y en los niños entre los 11 y 12 años generalmente.

La pubertad es un fenómeno de maduración anatómico-fisiológico en el que se dan las bases que provocan la transformación del organismo infantil a un organismo adulto. En esta etapa hay un crecimiento corporal de forma brusca y un aumento de peso.

En la maduración mental se observa cierta sistematización de las ideas. Esto se refiere a que comienza el inicio de un pensamiento abstracto, lo que implica un pensamiento que lleva al origen de poder analizar la esencia de las ideas y de los conceptos, además de una capacidad de análisis y de síntesis. Sin embargo estas ideas y conceptos se ven influenciados por la imaginación, los intereses y las opiniones externas más que por un correcto análisis personal de las cosas.

En la maduración social el rasgo más llamativo es la pertenencia al grupo de compañeros de estudio o a las "camaradas", es decir a los grandes grupos formados por compañeros de juegos, estudios, vecinos, etc., que comparten más bien actividades similares sin llegar a una profunda amistad fruto del conocimiento profundo y personal.

En cuanto a la vida afectiva y emocional, los adolescentes manifiestan una intensa emotividad y se da una disociación entre el impulso sexual y el sentimiento amoroso. La atracción física se da junto con la idealización o lo que comúnmente se le llama "amor platónico" sin producirse una integración de ambos.

El crecimiento rápido e inarmónico característico de la pubertad origina en algunos casos torpeza de movimientos. Su forma habitual de pensar es el ensueño: soñar despierto. El sentimiento de inseguridad le lleva a refugiarse en un mundo de ficción. Esta evasión casi siempre perturba el desarrollo del pensamiento abstracto.⁷⁴

⁷⁴ Cfr. CASTILLO, Gerardo, *Los Adolescentes y sus Problemas*, P.65.

b) Adolescencia Media.

La adolescencia media se da en los niños entre los 13 y 14 años y las niñas entre los 14 y 15.

En esta etapa se da la continuación de la maduración anatómico fisiológica, pero ya no es algo predominante, por lo que hay una disminución del ritmo de crecimiento físico.

En la maduración mental se observa un alto desarrollo de la capacidad intelectual, por lo que se está apto para el pensamiento abstracto, lo que caracteriza a su pensamiento como reflexivo y con mayor sentido crítico, pero aún existe una falta de objetividad.

Sus ideas se ven perturbadas por la vida afectiva, esta maduración afectiva tiene un enriquecimiento ya que el adolescente ha tenido una mayor profundización de su intimidad.

El adolescente necesita experimentar en su consciencia y en su afectividad lo que los adultos son capaces de darle y lo que él es capaz, a su vez, de devolverles.⁷⁵

Los adolescentes en esta etapa profundizan en su intimidad por lo que son un poco introvertidos, manifestando así un fuerte sentimiento de autoafirmación de la personalidad: obstinación, terquedad, afán de contradicción.

Dentro de la maduración de su inteligencia emocional un rasgo importante de esta etapa, es la necesidad de amar y de ser amado. Aquí es donde nace la amistad y el primer amor.

En lo social, destaca el paso de la camaradería a la verdadera amistad. La relación que se tenía en la etapa anterior ya no satisface al adolescente de 15 o 16 años que está

⁷⁵ *Ibidem*, P.78.

aprendiendo a conocer, tanto su intimidad como la ajena. Se sustituye el amplio grupo de amigos por las pandillas, que están integradas por los amigos preferidos.

En esta relación se da una comunicación más estrecha. El adolescente sentirá la necesidad de darse por completo a los demás, de llegar a una relación más profunda y personal. Aquí es donde tiene lugar la sustitución de la pandilla por uno o dos amigos como máximo, buscando en ese amigo una identificación: que el otro le comprenda y lo quiera.

Otro rasgo típico es la idealización en donde existen los modelos o personas que ellos toman como referencia y como ideal a alcanzar, esto surge debido a que están en busca de su propia identidad y quieren alcanzarla.

Por otra parte es muy común que se de la timidez en esta etapa, que consiste en un temor a la opinión ajena, sobre los propios puntos de vista y tiene su origen en la desconfianza de sí mismo y de los demás.

En el aspecto afectivo se da la necesidad de amar, pero en un concepto muchas veces mal diferenciado y cargado de sentimentalismo e incluso de sensualidad. En las amistades o cuando hay atracción se presentan obsesiones intensas sobre la persona y un deseo claro sobre ella, pero suele ser muy inestable.

c) Adolescencia Superior.

Debido a que esta etapa no concierne a la propuesta de esta investigación no se profundizará a fondo sobre ella, por lo que sólo para dar una idea general se presenta lo siguiente:

Esta etapa se presenta generalmente a los 18 años en las mujeres y a los 20 años en los hombres

En general en esta edad es la etapa en la que se recupera el equilibrio perdido y la calma, el joven comienza a comprenderse a sí mismo y está en mejores condiciones de adoptar decisiones personales e integrarse en el mundo de los mayores.

Una vez expuesto a grandes rasgos las etapas de la adolescencia se explicará el desarrollo físico, intelectual, social y emocional de la etapa adolescente en general, para dejar claro el panorama, que llevará hacia el análisis del aspecto emocional.

4.2.- DESARROLLO FÍSICO.-

Los cambios del adolescente en cuanto a la estatura se caracterizan por el impulso notorio del aumento del cuerpo el cual inicia y termina antes en las niñas que en los niños.

En cuanto a la forma, comienzan a cambiar las proporciones del cuerpo. Las piernas aumentan de longitud antes que el tronco, en la cabeza, la frente se hace más prominente y ambas mandíbulas crecen hacia adelante, además en los muchachos comienza a crecer el vello facial. En ambos el crecimiento de la pelvis es notorio, aunque más en las muchachas; y en cuanto a los hombros, en ellos se muestra un impulso en su amplitud mucho mayor que en ellas.

Estos cambios físicos varían según la época y las condiciones en las que se viven, actualmente la especie humana ha ido aumentando de estatura y de peso, pero sigue habiendo diferencia con las diferentes etnias y grupos sociales en los que se desenvuelven.

4.2.1.- CRECIMIENTO INTERNO: MÚSCULOS, GRASA Y HORMONAS.

“El cuerpo humano está formado por dos tejidos: la **masa corporal delgada (MCD)** y la **grasa corporal total (CGT)**. La masa corporal delgada incluye los huesos, los órganos internos, los músculos y la piel. Mientras que la grasa corporal incluye el almacenamiento de la grasa bajo la piel.

El crecimiento de los huesos inicia en la pubertad y termina su osificación alrededor de los 18 años en las muchachas y 20 años en los muchachos. Por otra parte en cuanto a la grasa corporal total, las muchachas tienen más grasa que los muchachos y esto es notorio sobretodo en los incrementos que ellas padecen en los pechos, los gluteos, los muslos y a lo largo del antebrazo.

Estos cambios de la pubertad son provocados por la actividad del hipotálamo y sus células neuroreceptoras, las cuales comienzan a aumentar su actividad en esta etapa, provocando la maduración de las características sexuales en ambos sexos.

4.2.2.- CRECIMIENTO Y SEXUALIDAD.-

Los cambios del adolescente se dividen en dos grupos: las características sexuales primarias y las características sexuales secundarias.

Las características sexuales primarias, se encargan de la reproducción e incluyen los testículos y el pene en el varón unido al inicio de las emisiones nocturnas; y en las mujeres los ovarios, el útero y la vagina, así como la menarca o la primera menstruación.

Las características sexuales secundarias, que son las que no están relacionadas con la reproducción e incluyen , el desarrollo del vello púbico en ambos sexos, el tono de voz menos agudo, el desarrollo del busto en las mujeres y el crecimiento del vello en la cara y las axilas.

El desarrollo de estas características sexuales son provocadas por la glándula pituitaria que comienza a secretar hormonas gonadotrópicas, que son las hormonas que estimulan el desarrollo de los órganos sexuales provocando el inicio de las características sexuales primarias y secundarias. Estas hormonas estimulan a los ovarios y testículos a producir hormonas propias, el *estrógeno* y el *andrógeno* en el cuerpo, lo que provoca grandes cambios físicos y cambios del estado de ánimo, que es propio del adolescente.

Estos cambios en los adolescentes afectan en su estabilidad emocional, ya que al presentarse el inicio de éstos en una edad muy temprana o muy tardía, puede provocar una experiencia negativa y así afectar en la autoestima, por el trato que se les da al observar sus cambios.

4.3.- DESARROLLO COGNITIVO.

En cuanto al desarrollo de la capacidad cognitiva de la adolescencia, Piaget, define la etapa cognoscitiva como la etapa de las operaciones formales que surge y se desarrolla entre los 11 y los 15 años. En esta etapa surge la creación y resolución de situaciones más complejas, imaginarias e hipotéticas que lo llevan a resolver problemas en diferentes situaciones, utilizando un modo sistemático, lógico y metódico de las posibles respuestas a sus problemas.

En esta etapa de las operaciones formales intervienen las operaciones concretas e individuales obtenidas en la infancia, de manera que éstas son unidas y coordinadas por una

facultad propia de la etapa adolescente: *el razonamiento deductivo*. En esta unión de las operaciones concretas intervienen diversos procesos, como son:

- ⇒ la constancia o identidad de un objeto a pesar de cambios visibles,
- ⇒ la clasificación que lleva al adolescente a identificar dos o más objetos a pesar de las diferencias evidentes,
- ⇒ la toma de perspectivas desde un ámbito hipotético que conducen a dar múltiples soluciones y a seleccionar la más adecuada,
- ⇒ el uso de la lógica deductiva, de símbolos y conocimientos abstractos (propios de resolución de problemas matemáticos, computación, etc.) que los llevan a utilizar operaciones mentales respecto a conceptos e ideas.

Este pensamiento operacional formal descrito anteriormente, se refiere a que el adolescente posee la capacidad de pensar ideas de forma abstracta o conceptual y por tanto esto permite y ayuda a que el adolescente tenga la capacidad de combinar las fuerzas emocionales con su intelecto, es decir, esta capacidad de abstracción permite hacer un uso, e incluso un uso adecuado de las capacidades de la inteligencia emocional. Esto se debe a que en la etapa adolescente es donde nace el descubrimiento y conocimiento del propio yo y esto permite el conocer la propia emotividad y los procesos adecuados para reconocer, dirigir y controlar las emociones.

Esta capacidad de poder conocer la emotividad propia, permite que el adolescente sea capaz de conocer la emotividad de los demás, por lo que en esta etapa el conocimiento y la comprensión de las relaciones interpersonales es un factor que inicia a tener su auge, para después poder llegar a una verdadera madurez emocional una vez que se termine esta etapa de transición de niño a joven. En estas relaciones interpersonales, el adolescente desarrolla dicha capacidad social en diferentes ámbitos:

1.- *Relacionada con los individuos:* Al inicio de la vida, el niño cree que el actuar y el pensar son uno mismo, más tarde (de los 5 a los 9 años) hace la separación de las dos facultades, después (7 a los 12 años) el niño es consciente de que el individuo puede ocultar o abrir los verdaderos sentimientos, y finalmente al entrar en la adolescencia, el adolescente tiene una visión de los demás y de sí mismo como seres individuales y con una personalidad exclusiva en donde cada uno tiene un carácter, temperamento y emotividad propia.

2.- *En cuanto a las amistades:* El niño tiene la primera idea de amistad basada en el estar físicamente con alguien, posteriormente se entiende que en la amistad intervienen dos personas, más tarde, iniciando la adolescencia se identifica la reciprocidad, la cual se convierte en un compartir y tener una mayor intimidad mutua sobre los intereses y gustos de ambos y finalmente terminada la adolescencia se llega al concepto de que en la amistad interviene tanto la autonomía como la intimidad compartida.

3.- *Con respecto al grupo de compañeros:* En un principio el niño cree que el grupo es aquel conjunto de seres que están juntos, posteriormente concibe que en ellos hay una actividad similar, más tarde, en la adolescencia comprende la reciprocidad y ayuda interactiva, hasta llegar a concebirlo como un conjunto de personas unidos por intereses y creencias comunes, pero que cada uno posee diferencias individuales.

4.- *Relaciones padre-hijo:* En un principio el pequeño ve a su padre como un jefe que indica que es lo que se debe o no se debe hacer, posteriormente comprende su misión de cuidarlo, más tarde, capta que puede sacrificarse por él hasta iniciar una relación más íntima con cierta tolerancia y respeto, para que finalmente en la juventud la persona pueda llegar a comprender la autonomía e interdependencia que surge de esta relación.

4.4.- DESARROLLO SOCIAL.

Para explicar el desarrollo social propio del adolescente Erickson señala que en este tiempo de transición surgen dos etapas que contribuyen al crecimiento de la persona. Estas etapas son: *Identidad vs Confusión de papeles e Intimidad vs Aislamiento*.

En sí identidad se refiere a la organización de la conducta, habilidades, creencias e historia del individuo en una imagen consistente de sí mismo.

Con respecto a la etapa de la identidad, es normal comprender que ante los cambios físicos, mentales y sociales que sufre el adolescente unido con los roles que debe desempeñar a su edad (estudiante, amigo, líder, etc.), le van creando una "crisis de identidad" en la que debe definir desde su identidad sexual respecto a sus roles propios de su género y su identidad ocupacional sobre su futura carrera profesional. En definitiva el adolescente busca aclarar cual será su papel o función como persona adulta.

Erickson, explica que la identidad es una crisis que se presenta en esta etapa adolescente, de hecho él define la etapa como identidad contra confusión del papel. Ubica esta crisis en esta etapa debido a que el adolescente aunque desde niño a ido desarrollando un sentido del yo, en la etapa adolescente se pregunta el cuestionamiento: ¿Quién soy yo?, y es al final de esta etapa donde comienza a lograr una madurez que lo lleva a la consolidación de su propia personalidad.

En cuanto a la búsqueda de la identidad sexual propia de la edad adolescente, es notorio que éste muestre una flexibilidad en la que mezcla papeles o roles de ambos sexos, en especial las mujeres (al realizar deportes masculinos, o utilizar ropa, ademanes y modos propios del hombre) debido a que no es muy rechazado en la sociedad el hecho de que lo haga, o no es tan mal visto como lo sería en el caso de que el hombre tomara ademanes muy femeninos.

En cuanto al logro del establecimiento de la intimidad, es muy importante que el adolescente tenga definido el concepto que tiene de sí mismo y la confianza suficiente para iniciar la apertura que lo llevará a una relación normal de intimidad tanto sexual (una vez casado), como emocional y mental.

El descubrimiento de su intimidad, se traduce en ensoñaciones en las que siempre él será el protagonista. Lo soñado en esta etapa suele durar muchos años y al enfrentarse con la realidad quizá tengan pequeñas fricciones.

4.4.1.- RELACIONES CON LOS PADRES, COMPAÑEROS Y AMIGOS.-

Al inicio de la adolescencia el nivel de conflictos entre padres e hijos es muy grande, sin embargo los adolescentes no llegan a ignorar la autoridad que les implica su acción sobre ellos y en sus relaciones tienden a considerar a su madre antes que al padre como principal fuente de comprensión. Aún así, aunque los adolescentes dediquen mayor tiempo a sus compañeros y menos a la familia la identificación y vinculación con sus padres es muy fuerte en la primera etapa de la adolescencia.

La influencia de los compañeros es un rasgo muy característico de la etapa adolescente, ya que entre ellos buscan tener apoyo, orientación, autoestima e identidad, y así los muchachos parecen lograr la maduración de los sentimientos de intimidad a través de la fuerte empatía que surge debido a las experiencias compartidas.

Entre los grupos que se forman, primero suelen darse las pandillas o grupos pequeños de amigos del mismo sexo, posteriormente se dan las multitudes o grupos mixtos mayores, y finalmente a finales de la adolescencia, las amistades concluyen en parejas de amigos más selectos.

Las amistades en la preparatoria llegan a ser relaciones basadas en el dar, el compartir, la exclusividad, la franqueza, espontaneidad, confianza, etc. Las relaciones entre amigas se fundan más en el nivel de la afectividad y la de los varones amigos en actividades deportivas y otros hobbies. Así después de la adolescencia es cuando se llegan a formar las amistades íntimas y duraderas.

Es muy común que los adolescentes sientan atracción hacia un individuo del otro sexo pero de la misma edad, lo que Hurlock llama "amor de cachorros"⁷⁶. Este amor consume mucho tiempo, energía, atención y a veces hace descender en el rendimiento escolar, pero suele tener un valor educativo, debido a que los adolescentes aprenden a conocerse y a descubrir que cualidades les gustaría encontrar en el otro sexo, adquieren habilidades sociales de las que no habían tenido necesidad cuando su trato se limitaba al propio sexo, transformando la tosquedad inicial en formas de conducta más sobria y madura que les confiere seguridad y confianza en sí mismos.

4.5.- DESARROLLO EMOCIONAL EN LA ADOLESCENCIA.-

Como se ha podido analizar, en la etapa adolescente se da la edad del despertar físico, intelectual y sentimental. En cuanto al aspecto sentimental es importante aclarar que los diferentes cambios del organismo hace que las mismas hormonas produzcan inestabilidades en el adolescente por lo que son muy comunes los cambios tan repentinos de humor, en una sensibilidad exagerada y un carácter irritable.

El adolescente siente gran admiración por lo que le gusta. Sus juicios están llenos de subjetivismo y de sentimentalismo, por lo que no conoce con claridad sus limitaciones, sus

⁷⁶ HURLOCK, Elizabeth, *Psicología de la Adolescencia*, P.396.

debilidades, ni sus virtudes, pero esta en una etapa donde puede comprender su emotividad bajo la guía de sus padres y maestros.

El desarrollo afectivo tiene un lugar insustituible en la vida humana. Para poder alcanzarlo es indispensable cubrir tres necesidades, que son: la necesidad de sentirse amado, protegido y valorado.

La necesidad de ser amado es tan fuerte y significa tanto en su desarrollo, que si se carece de ella, aún cuando se tengan salud, bienestar, dinero, su evolución se verá perturbada.

En cuanto a la necesidad de ser protegido, esta supera la que él tiene de libertad, debido a que tantos cambios lo hacen que busque un refugio aunque ahora ya no es en su familia principalmente sino en los amigos.

Por último, la necesidad de ser valorado es para el adolescente una necesidad básica en donde quiere ser reconocido por lo que es.

Así la educación afectiva es paralela a las etapas de la educación en sucesivos pasos hacia la madurez. Estos pasos pueden ser: descubrir y aceptar la propia personalidad, la capacidad de establecer y mantener relaciones interpersonales profundas y la adquisición de una visión realista de la vida tal como es, junto con la transformación y el cambio de la mayoría de los ensueños.

Una vez puesto en claro el panorama del adolescente, se explicará la forma y el papel que juega el profesor de esta etapa adolescente en la formación de aprendizajes emocionales, es decir de una madurez de la inteligencia emocional.

CAPÍTULO V

“EL PAPEL DEL EDUCADOR EN LA FORMACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DE APRENDIZAJES AFECTIVOS EN LOS ADOLESCENTES”

5.1.- ¿QUIÉN ES EL PROFESOR?

El profesor o el docente es la persona encargada de enseñar y dirigir el aprendizaje de los alumnos. Para ser profesor se requiere de una vocación magisterial, es decir de poseer las características y personalidad adecuada a dicha profesión docente.

¿Pero en sí, que supuestos requiere la vocación al magisterio?

La vocación al magisterio supone las siguientes características:

1. Son personas con un interés especial por lo intelectual y lo social, entendidos como aprecio por los valores culturales y por las manifestaciones del ser humano que pretenden el beneficio de los demás.
2. Se requiere de tener una actitud abierta, cuyo valor y entusiasmo favorezcan la comunicación, simpatía y empatía, y así descarten el egoísmo.
3. Se necesita de una mentalidad que favorezca el cambio y la adaptación constante de la persona a nuevas circunstancias.
4. Capacidad para entablar relaciones humanas especialmente con las personas a quienes irá dirigida su acción, ya sea: niños, adolescentes, jóvenes y adultos.
5. Entusiasmo e interés por estar al día en los avances de la ciencia y de la técnica y que puedan colaborar al mejoramiento de su labor.
6. Visión positiva de la vida que le haga tener fe en sí mismo en la respuesta de los demás, en el futuro de la humanidad y sobre todo, fe en la educación.

7. Consciencia clara del alcance y trascendencia de la labor educativa, en la que las fallas del maestro perjudican seriamente la personalidad de las nuevas generaciones.⁷⁷
8. El profesor debe poseer las cualidades necesarias para poder lograr la simpatía y empatía con sus alumnos. Tales cualidades son: el ser firme en sus decisiones, amable constante y digno de confianza.
9. Debe ser un modelo para sus alumnos, así como, ser equilibrado, inspirar respeto y ser comprensivo.
10. Capacidad para detectar las diferencias individuales de cada alumno y saber encauzarlas y dirigir las de un modo correcto y adecuado, de manera que ayuden a su perfeccionamiento.

El desempeño de la docencia, como el de cualquier otra profesión u ocupación, plantea a la persona una serie de responsabilidades y compromisos en su acción. Pero en el caso del maestro su labor se desempeña en un campo de acción donde las responsabilidades son más serias y de mayor trascendencia. Esto es debido a que el maestro trata con seres humanos en su formación e integración de la personalidad, y las fallas o aciertos al ejercer su labor tendrán mayores consecuencias y una enorme proyección para la sociedad.

Por esta razón todo profesor o maestro es un hombre comprometido con su labor, con sus alumnos, sus colegas, la institución, la sociedad y consigo mismo. Pero *¿de qué modo está comprometido?*

⇒ *Con los alumnos*, en quienes tendrán gran repercusión sus actitudes positivas y negativas. De esta forma el improvisar clases, trabajar con desgana, cometer injusticias, etc., son formas de fallar al compromiso que tiene con los alumnos.

⁷⁷ Cfr. MORENO, María Guadalupe, *Didáctica 2*, Pp. 110-111.

- ⇒ *Con los colegas*, con quienes debe cultivar una auténtica amistad de grupo que fortifique su acción conjunta en favor de los alumnos.
- ⇒ *Con la Institución*, con la que debe cooperar en una forma leal y franca, estando en disposición de ser coordinado y de abordar las situaciones problemáticas con rectitud.
- ⇒ *Con la Sociedad*, que le brindará su apoyo si observa en él un comportamiento digno y un verdadero interés por formar en sus alumnos, con hechos, la responsabilidad comunitaria.
- ⇒ *Conigo mismo y su propia labor*, en el análisis, la revalorización y la superación constante de sus actitudes de manera que éstas concuerden cada vez más con una auténtica vocación magisterial.⁷⁸

Ahora bien, como la labor del maestro es directamente con los alumnos, dicha relación debe de ser de amistad pero sobre todo de respeto. El respeto a los alumnos implica una serie de actitudes que conviene analizar a continuación:

- ⇒ Brindarles lo mejor de ellos mismos, es decir, ser muy humanos al tratar a los alumnos y saber sacar el mejor provecho de su profesión estando en una disposición constante de ayuda para su perfeccionamiento.
- ⇒ Preocuparse por estar al día en la ciencia y en la técnica para poder ofrecerles mejores orientaciones. Un profesor que no se actualiza, se llega a estancar en los conocimientos. Cada día los profesores deben actualizarse sobre la información necesaria para ampliar sus contenidos y para perfeccionar su labor.

⁷⁸ Ibidem, P. 116.

- ⇒ Planear a consciencia su propia labor, mostrando así que las actividades que se emprenden junto con los alumnos, le interesan hasta el punto de haberlas previsto y preparado en un máximo de detalles.
- ⇒ Evaluar con justicia, sin ceder a preferencias o injusticias. El profesor debe ser una persona justa, es decir, que de a cada alumno lo que le corresponde y no dejarse llevar por preferencias o prejuicios al evaluar el desempeño personal de cada alumno.
- ⇒ Pensar en las necesidades y características individuales. El profesor al tratar a los alumnos irá conociendo las diferencias individuales de cada uno de ellos y es muy importante que los tome en cuenta al momento de impartir su asignatura para saber de que modo exigira el esfuerzo a cada uno de ellos.
- ⇒ Estimularlos y motivarlos al aprendizaje de manera continua y convenientemente. Esto significa, que el profesor deberá enseñar a pensar a los alumnos de manera que no vean el aprendizaje como una carga sino como un conocimiento que los ayudará a tener un enriquecimiento personal profundo y un perfeccionamiento constante de sus facultades.
- ⇒ Ofrecerles amistad a los alumnos a través de una actitud de disposición constante. Es decir, que el maestro debe reflejar a los alumnos que no es sólo una autoridad, sino que su papel es de guiarlos y ayudarlos en todo momento, por lo que si se requiere de ayuda extra dentro o fuera del aula de clases, es importante que nunca se cierre la puerta y siempre se tenga dicha disponibilidad.
- ⇒ Hacer prevalecer en los alumnos, aun en toda situación problemática que se presente, el criterio del respeto a su persona. En ocasiones cuando se presentan cuestiones problemáticas a resolver o se tiene que exigir más a un alumno, es importante que el maestro jamás le falte al respeto a sus alumnos y que siempre muestre una actitud de respeto hacia su propia persona.

De esta forma al considerar dichas actitudes de respeto, amistad, confianza, ayuda, profesionalidad, etc., el maestro irá ayudando a consolidar la personalidad de sus alumnos creándoles una mayor seguridad y autoestima al respetar su propia dignidad humana. Así también los maestros con dicha actitud pueden formar aprendizajes emocionales en sus alumnos y formar por consiguiente su inteligencia emocional.

5.2.- LA FORMACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA ESCUELA.-

Es muy importante aclarar que las primeras bases y educación de las emociones son adquiridas dentro de la familia, ya que la persona desde que está en el vientre de su madre recibe afecto, cariño y aceptación, o bien rechazo y negación. Además existen diversos factores de la influencia emocional que se recibe en casa, como son:

- ⇒ Los padres y madres que trabajan fuera de su casa, lo cual implica que no siempre haya un contacto y comunicación constante con el niño. Debido a la ausencia de los padres, ésta atención es suplida generalmente por la televisión, por lo que se crece con patrones de conducta, aprendidos en dicho medio.

- ⇒ Las madres solteras y la falta de la figura paterna; es decir, cuando no existe la figura paterna en ocasiones se provoca una falta de afecto en los niños, y sobre todo una falta de un modelo y un patrón de autoridad.

- ⇒ Las familias con un hijo único, lo cual implica generalmente una sobreprotección que sólo provoca una sobredosis de sentimentalismo en la educación hacia los hijos, generando hijos egoístas que no son capaces de darse a los demás.

⇒ La gran tormenta de los medios de comunicación, que en ocasiones deforman los conceptos emocionales del niño y lo bombardean de información que no lleva una explicación anexa y que solo crea confusión en los niños. Principalmente, los niños aprenden patrones de infidelidad, falta de orden de los valores, faltas de educación, etc., que deforman la personalidad del niño.

⇒ El consumismo, que forma en el niño un concepto erróneo sobre los valores, poniendo en primera escala los valores materiales y económicos. Este consumismo ha reducido el ser al tener lo cual provoca que los niños se sientan valiosos solo por lo que tienen y no por lo que realmente son.

Estos y otros múltiples factores son condicionamientos sociales que afectan y marcan el tipo de infancia y de influencias emotivas en los alumnos de las escuelas, que en muchas ocasiones, provocan una falta de equilibrio emocional y una incapacidad de establecer y entablar buenas relaciones sociales con los compañeros. Así, por tanto, no es raro encontrar que la mayoría de los adolescentes llegan a la secundaria o preparatoria con grandes problemáticas emocionales.

Ahora bien, ante esto, *¿cuál es el papel del maestro, en la enseñanza de los alumnos, de los principios básicos que rigen las emociones, para encauzar dichas problemáticas?*

Los diversos aspectos son:

⇒ Educar con el ejemplo en las actitudes y resolución de conflictos.

⇒ Saber escuchar y reconocer emociones para solucionar conflictos.

⇒ Saber mostrar empatía y respeto.

A continuación se explicarán ampliamente cada uno de los aspectos mencionados anteriormente con el fin de aclarar dicha labor del profesor.

5.2.1.- EDUCACIÓN INDIRECTA POR MEDIO DEL EJEMPLO.-

El adolescente al estar en una etapa de inmadurez en busca de la madurez se encuentra en un desequilibrio emocional y en una continua búsqueda de su identidad. De esta forma irá consolidando su personalidad al ir descubriendo quién es él en realidad.

El adolescente, como todo educando, aprende conductas por imitación y por los modelos que se le presentan, de esta forma el profesor al ser un modelo, es una de las referencias más próximas que él tiene y puede imitar con la misma intensidad del modo como imita conductas familiares. Esto indica que el profesor al mostrarse amable con los alumnos y sus compañeros de trabajo, al ser dedicado, al ser servicial, al poseer don de mando y de dirección, al manifestar responsabilidad y profesionalidad al preparar sus clases, formará conceptos emocionales en sus alumnos y estos al tratar a sus compañeros lo harán de la misma forma en que han aprendido el patrón de conducta y en un futuro al dirigir personas a su cargo también recordarán los buenos hábitos de dirección.

De la misma forma al solucionar conflictos, los alumnos aprenderán conductas y métodos para resolverlos de la forma en que con el ejemplo el maestro indirectamente le ha enseñado.

Al decir que se forman en el alumno conceptos emocionales, se entiende, que estos irán creando en su mente emocional los patrones de conducta que los llevarán a actuar en un futuro dado. Esto se logrará con la enseñanza indirecta del maestro, por ejemplo: si un maestro cuando se dirige a los alumnos los escucha y los cuestiona para ayudarlos a razonar, sin imponer su voluntad, los alumnos aprenderán a saber tener mejores conversaciones con los demás de manera que sabrá que es necesario escuchar primero ante cualquier situación.

5.2.2.- SABER ESCUCHAR Y RECONOCER EMOCIONES PARA SOLUCIONAR CONFLICTOS.

Los adolescentes, en esta etapa, buscan siempre a una persona que los comprenda para platicar sus problemas y aunque en esta edad los maestros son criticados y analizados continuamente por los alumnos, para ellos el maestro no deja de ser una persona con más experiencia que ellos. Sobre todo si el maestro es joven o muestra empatía con los alumnos, éstos buscarán su ayuda y apoyo para solucionar sus conflictos.

En esta etapa es muy común que se presenten peleas o riñas entre alumnos y que el maestro deba tomar la determinación de quién es la persona culpable de dicha pelea y saber actuar en consecuencia, debido a que con gran frecuencia los mismos alumnos son los que acuden al maestro para pedirle su ayuda. Esto no es tarea fácil para el maestro pero es importante que sepa escuchar las dos versiones tomando en cuenta los siguientes factores:

1. No tener prejuicios sobre los alumnos, es decir no porque un alumno suela ser conflictivo se le va a culpar de la situación sin antes haber analizado el problema, o al revés, no porque el alumno es brillante se le va a librar de toda culpa.
2. Saber escuchar de forma activa, es decir, oír las dos versiones y ponerse en el lugar de cada uno de los alumnos para comprender mejor la situación. Al hacer esto, se sugiere que el maestro no intervenga, sino que sólo escuche cada una de las versiones.
3. Tratar de no hacer una valoración inmediata y juzgar las acciones, sino ver los contenidos emocionales que hay dentro de sus mensajes y versiones y tratar de ser consciente del por que lo llevó actuar a cada uno de cierta forma.
4. Tratar de que los alumnos al hablar y explicar sus versiones se den cuenta de sus propias emociones (diferenciando los hechos de la emoción que lleva éste de forma implícita) y sus

acciones para que sean conscientes de en que se equivocaron y por qué actuaron de tal forma, además al escuchar la otra versión ellos serán conscientes de la emotividad y razones que movieron a actuar a su otro compañero y entenderán el por qué el otro reaccionó de tal forma.

5. Finalmente el profesor debe apoyar a los alumnos a que una vez visto como se dieron las cosas saquen una valoración moral de sus acciones y lleguen por ellos mismos a la solución de su conflicto, así no será una imposición del profesor que muchas veces los alumnos creen injusto o simplemente no comprenden por qué se actuó de tal forma para llegar a solucionar el conflicto.

Así los mismos alumnos serán capaces de saber aclarar las situaciones de manera objetiva, reconocer las emociones propias y ajenas, comprender la moralidad de sus actos y saber asumir consecuencias que ellos mismos creen que se merecen por su acción. De esta forma el maestro enseña a saber escuchar a los demás antes de juzgar y a no mostrar predilecciones para llegar a dar una solución a su conflicto.

En la etapa adolescente aunque es difícil que el alumno pueda reconocer sus conflictos, al ser consciente de su propia emotividad, éste irá conociéndose más y mejor y así irá consolidando más su personalidad e identidad propia que lo llevará a tener una adecuada madurez afectiva.

5.2.3.- MOSTRAR EMPATÍA Y RESPETO.-

En ocasiones hay momentos en que los maestros presentan conflicto con algún alumno en especial por problemas de conducta y es muy común que los profesores cometan el grave error de en lugar de corregirlos con respeto, se les reprende y regaña en frente de los demás compañeros dejándolo en una situación incómoda en donde se afecta a su dignidad y

autoestima. En especial en la edad adolescente los alumnos suelen ser muy sensibles a este tipo de reacciones por parte del maestro, por lo que puede ocasionar que su interés por aprender dicha materia disminuya.

El maestro debe conocer la naturaleza de esta etapa adolescente para poder mostrar una mejor comprensión y empatía ante su situación. Dicha situación comprende tanto los cambios físicos y hormonales que sufren los adolescentes en dicha edad, como la inestabilidad que sufren por consecuencia de dichos cambios.

En un salón de clases en donde el maestro se muestra empático con sus alumnos, es decir que sabe ponerse en los zapatos del otro, comprende sus situaciones, evita comentarios despreciativos, va estimulando y reforzando los logros, corrige los errores con una actitud de servicio y no de reprensión haciéndoles ver los errores como oportunidades de mejora, logrará un aumento de la autoestima entre los alumnos (en donde los adolescentes adquirirán seguridad al dar sus opiniones, se considerarán valorados y valiosos porque se les trata como personas y porque el interés del maestro está en su mejora personal y no sólo en la obtención de una alta calificación); un aumento del rendimiento escolar (al considerar que son valiosos y que es importante para su mejora el que estudien, impulsándolos a ver el estudio como algo que los perfecciona); una mejora de la creatividad (al adquirir una seguridad emocional, se desarrollarán mejor las ideas y sin el miedo a equivocarse), un descenso de las faltas de asistencia y sobre todo una disminución de los problemas de conducta. Así el ambiente en general será menos agresivo y el trato será más humano y más digno de una actividad de enseñanza.

Una vez explicados los aspectos en los que el profesor puede ayudar a los alumnos a formar una adecuada inteligencia emocional, se concluye que éste requiere también de una madurez emocional y unas cualidades afectivas que le permitan manejar de una manera óptima situaciones problemáticas. Dichas cualidades son:

1. Respeto por los alumnos, lo que les evita ser hirientes aún cuando ya estén muy enojados o cuando se refiera al trato con alumnos difíciles.
2. La capacidad de saber manejar con seriedad los conflictos, es decir, el ser prudente y saber guardar la intimidad de los alumnos, ser justo y objetivo para encauzar las problemáticas.
3. Tener un sentimiento de autoestima estable que le permita no convertir cada provocación de los alumnos en un ataque personal hacia el mismo. Esto implica que el profesor debe ser consciente de su propia emotividad y reactividad para mantenerse al margen y estable en sus emociones y no dejarse llevar por el sentimentalismo.
4. La capacidad de ser empático, es decir, de saberse poner en los zapatos del otro (en este caso del adolescente, para comprender sus motivos antes de juzgarlos y de tacharlos como buenos o malos.
5. Saber realizar variaciones adecuadas del tono de voz, de acuerdo a las circunstancias, ya que el tono de voz que emplean con sus alumnos actúa sobre el desarrollo emocional de los mismos. Por ejemplo: un tono de voz amable al preguntar a un alumno, crea un ambiente de seguridad para pensar y no titubear al dar una respuesta; un tono de voz exigente cuando la conducta del adolescente es inadecuada, indica que debe comportarse de una manera correcta.
6. Saber educar en la libertad, es decir, lograr que el alumno quiera hacer lo que debe hacer. Este fomentar el sentido de la libertad se refleja en el hecho de que los alumnos quieran estar por convicción dentro de clases y no sólo por la calificación que obtendrán.

Estos profesores con una inteligencia emocional desarrollada provocarán que los alumnos asistan con mayor libertad y agrado a las clases y se evitarán los comunes miedos y aborrecimientos a la materia por referencia al trato del profesor. De esta forma van

aprendiendo mejor la materia porque el maestro sabrá enseñar su utilidad, irán edificando su autoestima y autorespeto y sobre todo se logrará que la figura del profesor sea un modelo a imitar en su actuar profesional.

5.3.- AYUDAR A LOS ALUMNOS A DESARROLLAR HÁBITOS EMOCIONALES DE AUTOCONOCIMIENTO Y DE CONOCIMIENTO DE LOS DEMÁS.

Dentro del salón de clases el adolescente es capaz de monitorear el grado en que se percibe aceptado por el profesor y por los compañeros. Si el alumno percibe la falta de aceptación por cualquiera de las partes, el aprendizaje se inhibirá y la energía y la atención se dirigirán hacia el establecimiento de esa aceptación.⁷⁹

Para que el alumno adolescente se sienta aceptado en el aula de clases es necesario que la visión del profesor no sea como la de un grupo en general sino como la de un conjunto de individuos en donde cada uno tiene sus características y diferencias individuales. Pero esto no es todo, es importante que el profesor a través de sus acciones concretas y su trato demuestre a los alumnos que realmente cada uno es distinto de los demás.

Pero ¿de qué forma se fomenta dicha relación personalizada? ¿Qué actitudes se requieren por parte del profesor para fomentar esa relación personalizada?

Para lograr esta visión se incluyen actitudes como las siguientes:

- a) Dialogar informalmente con los alumnos acerca de temas de interés mutuo.-

⁷⁹ MARZANO, Robert, *Dimensiones del Aprendizaje*, P.26.

Es importante que la relación profesor-alumno sea una relación de amistad en donde se compartan los intereses, se platique de manera informal para favorecer la comprensión y apertura hacia ambos.

b) Saludar a los alumnos en situaciones relacionadas con la escuela y en otras situaciones.

El hecho de no desconocer a los alumnos fuera del ámbito escolar significa que no solo son considerados como alumnos sino como personas y amigos por los que se está interesado.

c) Escuchar honestamente lo que los alumnos tengan que decir.

El escuchar propicia la retroalimentación y favorece la apertura entre profesor -alumno la cual es indispensable para conocer y saber tratar mejor a los alumnos.

d) Darse cuenta y comentar sobre eventos importantes en la vida del alumno.

En la relación de amistad entre profesor y alumno caben los detalles como los siguientes: preguntar como le ha ido, felicitarlos en sus cumpleaños, preguntar por estado de salud en caso de que ellos o algún familiar esté enfermo, etc., esto con el fin de demostrar al alumno su interés por su persona.

Por otro lado, es importante que los profesores monitoreen sobre sus actitudes hacia los alumnos, debido a que la actitud del profesor además de afectar en el aprendizaje de la materia, afecta ya sea de manera positiva o negativa en la formación de su autoconcepto y su autoestima. Debido a que en ocasiones el profesor no sabe exactamente cual debe ser su actitud hacia los alumnos, el profesor podría seguir el siguiente proceso:

- a) Cada día antes de iniciar la clase, el profesor deberá repasar mentalmente a los alumnos para notar aquéllos con quienes anticipa problemas potenciales académicos o comportamentales. Por ejemplo: al pasar lista pensará en planes de acción o detalles de atención especiales hacia algún alumno en específico.
- b) Se sugiere que el profesor trate de imaginar que aquellos alumnos, para los cuales se presentan expectativas negativas, tienen éxito en las actividades académicas o un comportamiento adecuado en el salón. Es decir, se sugiere que el profesor reemplace sus expectativas negativas con otras positivas. Por ejemplo: si el profesor sabe que un alumno es tardado en dar sus respuestas, es importante que vaya con la visión de que podrá hacerlo de una mejor manera para la siguiente ocasión, así confiará en sus alumnos en que pueden lograr buenos resultados.
- c) Durante las interacciones con los alumnos, el profesor debe mantener de manera consciente dichas expectativas positivas del adolescente para continuar con su visión buena sobre él.

Por otro lado es muy importante que el profesor presente un comportamiento positivo e igualitario hacia todos los alumnos, ya que el adolescente está en una etapa en donde la afectividad y el que lo tomen en cuenta es un factor decisivo en la formación de su madurez emocional. Para lograrlo se requiere que el profesor tome en cuenta los siguientes factores:

- ⇒ Mantener el contacto ocular con cada alumno del salón, esto puede hacerse moviendo la vista por todo el salón mientras se va explicando.
- ⇒ Buscar el acomodar las sillas y la posición del maestro de tal manera que haya proximidad, moviéndose deliberadamente hacia los alumnos y acercándosele a todos, incluyendo a los de bajo rendimiento.

⇒ El profesor debe crear un interés personal y positivo por cada uno de los alumnos adolescentes, para lograrlo, ayuda el hecho de hacer comentarios personalizados a los alumnos, utilizando sus nombres. Se le pide al maestro que sea cortés con todos, alabando sus cualidades personales y su esfuerzo. Esto hará que los adolescentes vayan reafirmando su autoconcepto y que su autoestima se vaya elevando. Por ejemplo: el decirle frases como las siguientes “muy bien, ves como si se puede”, “Excelente, ahora ves como si se quiere se puede”, “es correcta tu aportación, pero podría ser de mejor manera si...”. El hecho de reforzar sus participaciones va creando en el alumno mayor seguridad al actuar y se reafirma que es querido y aceptado tal y como es él.

⇒ Es necesario que el profesor actúe con una actitud positiva ante la falta de respuesta o a las respuestas incorrectas de los alumnos, nunca recriminándolos sino tratando de ayudarlos. Pero *¿De qué forma puede lograrlo?* En esta ayuda se pueden considerar los siguientes aspectos:

- * Al preguntar y ver que el alumno no responde, el profesor debe dar algo de tiempo antes de pasar a otro alumno para darle oportunidad de pensar. Esto apoya a la afectividad en el sentido en que se le toma en cuenta y se le da una oportunidad de actuar, reforzando su autoestima y autoconcepto.
- * Dignificar las respuestas. Es decir, dar crédito a los aspectos correctos de la respuesta incorrecta. Esto apoya el autoconcepto debido a que no sólo se le recrimina cuando hace algo incorrecto sino que se le valora cuando aporta algo adecuado.
- * Reformular la pregunta. Esto es parafrasear la pregunta o darle otra expectativa para facilitar las respuestas. Aquí se busca darle una oportunidad de pensar y hacerle ver que sí puede contestar a la pregunta o que por lo menos se le considera que puede llegar a lograrlo. Esta actitud del profesor aumentará la seguridad del alumno, mejorará su autoestima (ya que es tomado en cuenta) y evitará el stress al contestar la respuesta.

- * Dar señales o pistas para que el alumno llegue a la respuesta. Esta actitud ayuda de la misma forma que la propuesta anterior ya que se le da la oportunidad al alumno de pensar y tratar de contestar. Además esto ayudará a crear la suficiente seguridad para que en intervenciones posteriores el alumno quiera participar de nuevo.
- * Si el alumno no llega a la respuesta correcta, decírsela y después pedirle que la repita para que realmente lo comprenda. Esto reafirma el aprendizaje, se convierte en significativo y aumenta la autoestima al saber que puede llegar a conocer nuevas cosas todos los días y a que no hay ningún problema si se ha equivocado.

Una vez explicados las actitudes y acciones necesarias para que el profesor ayude a los alumnos a desarrollar hábitos emocionales de autoconocimiento, es importante considerar también las actitudes y acciones concretas que el profesor puede aportar para que se alcance un sentimiento de aceptación entre los compañeros.

El profesor puede ayudar a que los alumnos adolescentes logren alcanzar este sentimiento de aceptación a través de lo siguiente:

Hacer actividades en las que los alumnos se involucren y se conozcan unos a otros, ya que entre más sepan unos alumnos de otros, encontrarán más cosas en común y tenderán a apreciarse más. Para facilitar esto durante el curso escolar, es necesario hacer actividades en las que se conozcan los intereses, gustos, hobbies, etc., de cada uno de los alumnos. Esto ayudará a los adolescentes a comprenderse y a conocerse más y mejor unos a otros y para el maestro será más fácil saber las características de cada uno de los alumnos.

Así los maestros lograrán que los alumnos adolescentes puedan consolidar y desarrollar su madurez afectiva, pero para poder lograrlo es necesario estudiar un último aspecto básico para el manejo correcto y efectivo de la inteligencia emocional: la educación de la voluntad.

5.4.- LA FORMACIÓN DE LA VOLUNTAD EN LOS ADOLESCENTES.-

En la etapa adolescente se está en busca de la madurez, es decir del desarrollo pleno y armónico de las potencias específicamente humanas. Una persona madura requiere de un control emocional en donde posea una recia voluntad y unos sentimientos forjados en la virtud.

La madurez afectiva, por tanto, exige el cultivo de los sentimientos y de la voluntad, que es fruto del esfuerzo. Esta madurez consiste en la unidad y en el equilibrio interior de los dinamismos afectivos, logrados por la integración de la voluntad con la afectividad.

La presencia rectora de la voluntad asume y modela los afectos, a la vez que éstos influyen en el querer de la voluntad. Esta integración entre afectividad y voluntad, tiene como consecuencia el equilibrio emocional y el control de los altibajos anímicos.

En la formación de la inteligencia emocional sana, es imprescindible el papel de la voluntad ya que a través de ella se llega al autocontrol, se es perseverante, constante, firme, y lo más importante se es libre. Por esta razón es necesario formar la voluntad desde la niñez pero principalmente en la adolescencia que es donde se inicia la consolidación de la personalidad.

Pero en sí ¿en qué consiste una recta formación de la voluntad que permita una adecuada estabilidad emocional?

Una voluntad formada es aquella que elige el bien que la inteligencia le presenta y que además es constante y llega hasta sus últimas consecuencias. Esta adecuada voluntad:

⇒ Hace al hombre más libre, capaz de hacer lo que quiere y no lo que dictan sus impulsos, tiene dominio de sí mismo, autocontrol y no depende de las circunstancias.

⇒ Hace al hombre más pleno y permite que aumente su capacidad de amar.

Desde niños es necesario saber formarlos en la voluntad, negando algunos aspectos para formarlos en disciplina y siempre explicando el bien que trae consigo el tener esa voluntad fuerte. Entre los aspectos que se niegan caben, el no siempre comer lo que se desea y a la hora que se quiere, el no comprar todo lo que se quiera, el saberse levantar a tiempo, saber hacer tarea en lugar de ver la televisión.

Ahora bien, para poder formar en la voluntad se requiere antes que nada, de conocer las diferentes etapas por las que pasa todo acto volitivo y así saber en cual o cuales etapas se encuentra la debilidad y se requiere de una formación y de un plan concreto para corregirlo.

Dichas etapas que conforman el acto de querer o el acto volitivo son:

- 1) La decisión o la elección: esta decisión va precedida de la deliberación que lleva a cabo la inteligencia. Este acto de elegir se da después de que la inteligencia y los afectos han movido a crear una decisión. En las personas el elegir implica riesgos y generar compromisos ante algo o alguien al cual se tiene que corresponder.
- 2) La ejecución de lo decidido: es decir llevar a cabo o arrancar con lo decidido, saber iniciar con lo que ya se había planeado.
- 3) La continuidad que implica que una vez iniciado lo decidido mantenerse en línea, es decir perseverar.
- 4) El concluir lo decidido, es decir llevarlo hasta el final, lo que implica una constancia hasta el final de las cosas. La persona debe llevar su decisión y continuación hasta el final y no dejarse llevar por el perfeccionismo o por la flojera para desistir en lo que una vez se ha iniciado.

Una vez explicadas las cuatro fases de todo acto volitivo es necesario analizar en que etapa se está débil para poder actuar en consecuencia. Por otro lado en la educación de la voluntad del adolescente se requiere de unos presupuestos para que dicha voluntad sea un verdadero apoyo y herramienta que dirija con inteligencia emocional la afectividad. Dichos presupuestos son:

- ⇒ Negarse a sí mismo en aspectos que la inteligencia dicte que dichas emociones y sentimientos no son convenientes para el perfeccionamiento de las personas. Es decir no dejarse llevar por las ganas o por la satisfacción del momento, sino analizar inteligentemente la forma de actuar de manera que lleve a la perfección del hombre.
- ⇒ Necesidad del esfuerzo y la perseverancia: se requiere del esfuerzo y de no dejarse llevar por las ganas sino por la finalidad a alcanzar. Esto indica que en el actuar no hay que dejarse llevar por las ganas o derrumbarse por los obstáculos. Si una cosa implica un reto para mí lo sigo y no lo dejo.
- ⇒ Conveniencia de la disciplina: esto indica que la voluntad no es fácil de fortalecer sino que requiere de disciplina y constancia. Tomar en cuenta que la voluntad encauza las emociones, afectos y sentimientos a través de la disciplina que hace que la persona logre ser constante y alcance la virtud.
- ⇒ Práctica de hábitos y virtudes: Las virtudes fortalecen a la voluntad en dos sentidos: en el proceso de adquisición de la virtud ya que se requiere de una repetición de actos y en el otro sentido, una vez que se alcanza la virtud la voluntad ha adquirido la fuerza para lograr realizar dichos actos con facilidad.

De esta forma es necesario educar a los adolescentes en la formación de la voluntad, haciéndolos conscientes de la diferencia del sentir y del consentir, es decir de saber identificar los elementos emocionales que se le presentan, saber controlarlos y dirigirlos hacia acciones

positivas. La diferencia entre el sentir y el consentir radica en que el primero se encuentra en el ámbito de la reactividad de las emociones por lo que no interviene el ejercicio de la voluntad; en cambio en el consentir la voluntad hace consciente la emoción, afecto o sentimiento aceptándola y actuando en consecuencia.

Así se logrará que la persona llegue a su madurez afectiva, y que por consiguiente viva el autodomínio y el correcto cauce de los sentimientos sin dejar de tomarlos en cuenta. Como consecuencia, lejos de formar una persona apática se formará una persona con una inteligencia emocional de gran vitalidad. Al modelar los sentimientos por su voluntad, se reafirma y se hace más libre su querer. Así el adolescente al llegar a la madurez será capaz de gozar, sufrir, superar altibajos, de distinguir un estado de ánimo de una disposición voluntaria, de odiar el mal y de enfadarse cuando hay motivo. En definitiva, de ser dueño de sí mismo y de sus propios sentimientos.

“CONCLUSIONES”

La afectividad humana es la capacidad que posee el hombre de poder experimentarse a sí mismo y de experimentar las realidades exteriores. Esta cualidad del ser humano refleja que está dotado de una inteligencia por la cual conoce dicha realidad y una voluntad que tiende o elige lo que la inteligencia le presenta. Además el ser humano al ser capaz de experimentar de manera distinta a los demás indica que posee una libertad para actuar y elegir las metas y acciones que lo llevarán hacia su perfección.

Sin embargo es importante concluir que la dinámica de la afectividad comprende la presencia de emociones, afectos y sentimientos que llevan a la persona a querer de una forma específica y a tender hacia ciertos aspectos que lo hacen diferente a los demás.

El estudio de la dinámica de la afectividad ha sido expuesto en un término y una capacidad propia del ser humano: **La inteligencia emocional**, que consiste en la habilidad de comprender los sentimientos propios, conocer los ajenos y utilizarlos correctamente para guiar nuestros pensamientos y actos. Así al saber encauzar las emociones, afectos y sentimientos se llegará a ser optimista, a tener una visión positiva de sí mismo y de los demás, se caminará seguro ante las metas que se pretendan alcanzar, se poseerá una gran madurez que ayudará a actuar inteligentemente y a alcanzar de una mejor forma la perfección a la que se está llamado.

Es interesante concluir que los estudios sobre las bases fisiológicas de la emoción, que como se ha fundamentado en esta tesis, tienen su raíz principal en el sistema límbico, principalmente en la acción de la amígdala, que es la encargada de captar los mensajes emocionales, para después mandar la información al bulbo raquídeo en donde se procesan acciones que alteran el organismo o también se pueden mandar a la corteza cerebral que es la parte racional del cerebro.

No se puede olvidar que las emociones se encuentran en el plano de la reactividad y que hasta neurológicamente está comprobado que actúan de manera impulsiva y que mandan al cuerpo a tener reacciones fisiológicas específicas tales como palidez, sudoración,

ruborización, etc., que en ese momento no permiten tener claridad en la actuar, ya que sólo se tiene conciencia de lo que se está pasando pero esto impide tener visión sobre como actuar de la mejor manera.

De este modo la inteligencia emocional lo que pretende es que el hombre conozca la forma de reaccionar propia y la de los demás, llame a las emociones por su propio nombre (miedo, alegría, disgusto, ira, sorpresa, tristeza), las acepte, tome distancia y sepa que en ese momento la impulsividad es mas fuerte que la racionalidad; así finalmente es necesario saberlas orientar hacia acciones positivas que lleven al perfeccionamiento humano.

Por otra parte es importante poseer la capacidad de la empatía que consiste en saber ponerse en los zapatos del otro para poder comprender la forma en que ellos sienten y por tanto la forma de actuar ante diversas situaciones.

Estos conocimientos sobre la emotividad propia y la ajena lleva a la persona a formar recuerdos emocionales en su memoria emocional, por lo que se recuerdan las vivencias tanto objetivamente (como sucedieron los hechos) como emocionalmente (la carga afectiva que lleva consigo dicho recuerdo). Sin embargo no se puede olvidar que cada cabeza es un mundo y que cada persona forma sus esquemas afectivos que hacen que cada persona reaccione de distinta forma ante un mismo suceso. En esta respuesta afectiva interviene tanto la cultura en la que se vive, como las metas que se desean alcanzar y el concepto que se tiene de uno mismo.

Una vez concluida la parte de la inteligencia emocional, resta por concretar el papel del educador o profesor en la formación de dicha inteligencia emocional en el adolescente.

Antes de mencionar dicha función es importante recordar que la etapa adolescente es una etapa donde el niño se prepara para sufrir o adolecer cambios que lo llevarán a la madurez,

y que los grandes cambios físicos, hormonales, de personalidad, y sobre todo de emotividad afectan de manera impresionante en la consolidación de su personalidad.

Para ayudar a los adolescentes, el profesor o educador debe de poseer antes que nada una gran madurez de su inteligencia emocional para poder facilitar que los adolescentes conozcan su propia emotividad y a sean conscientes de como encauzarla.

Su principal labor consistirá en ser modelo para los adolescentes en cuanto a la resolución de problemas de conducta y de relaciones interpersonales, saber escuchar a los demás y de comprender sus reacciones y formas de actuar, saber mostrar empatía y respeto y sobre todo saber formar en la voluntad para que puedan ser firmes en sus decisiones, constantes en su actuar y lleguen a alcanzar las metas con seguridad y optimismo para alcanzar la perfección y la madurez a la que ha sido llamado.

Finalmente, es necesario agregar que esta tesis ha dejado una explicación sobre el qué y el cómo se puede educar la Inteligencia Emocional, sin embargo no se deja de insistir en que esta formación de esta inteligencia requiere de una adecuada educación de la voluntad para que los hábitos emocionales sean realmente una ayuda al perfeccionamiento del educando. Por esta razón se deja abierta la investigación más profunda sobre la formación de la voluntad y su relación con la Inteligencia Emocional.

“BIBLIOGRAFÍA”

1. ARISTÓTELES, *Ética a Nicómaco*, México, Porrúa, 1985, 345Pp.
2. ARREGUI-CHOZA, *Filosofía del Hombre*, España, Instituto de Ciencias para la Familia, segunda edición, 1992, 506 Pp.
3. BROCKERT Siegfried- BRAUN Gabriele, *Los Tests de la Inteligencia Emocional*, México, Océano, 1994, 215 Pp.
4. CASTILLO Gerardo, *Los Adolescentes y sus Problemas*, México, Editora de Revistas, 1984, 231 Pp.
5. CASTILLO Gerardo, *Yo Puedo Aprender*, México, Loma editorial, 1989, 157 Pp.
6. DAVIDOFF, Linda, *Introducción a la Psicología*, Tercera Edición, México, Mc Graw Hill, 1989, 698 Pp.
7. DE TORRE, José, *Compendio de Filosofía*, México, Editora de Revistas, 1983, 125pp.
8. *ENCICLOPEDIA UNIVERSAL ILUSTRADA*, Tomo 18, Voz: Deseo.
9. FELDMAN, Robert, *Psicología*, Segunda Edición, México, Mc Graw Hill, 1994, 669 Pp.
10. GARDNER, Howard, *Estructuras de la Mente, Teoría de las Inteligencias Múltiples*, Segunda Edición, México, Fondo de Cultura Económica, 1993, 448 Pp.
11. *GRAN ENCICLOPEDIA RIALP*, Tomo 1, Voz: Afectividad., Voz: Adolescencia.
12. *GRAN ENCICLOPEDIA RIALP*, Tomo 2, Voz: Animo, Estado de

13. GRAN ENCICLOPEDIA RIALP, Tomo 12, Voz: Imaginación.
14. GRAN ENCICLOPEDIA RIALP, Tomo 18, Voz: Persona.
15. GOLEMAN, Daniel, *La Inteligencia Emocional*, Segunda Edición, México, Javier Vergara Editor, 1997, 397 Pp.
16. HURLOCK, Elizabeth, *Psicología de la Adolescencia*, México, Paidós, 1987, 572 Pp.
17. JACQUES-MITCHEL Robert, *Entendamos Nuestro Cerebro*, México, Fondo de Cultura Económica, 1995, 227 Pp.
18. KANDEL Eric Et.Al, *Neurociencia y Conducta*, España, Prentice Hall, 1997, 812 Pp.
19. KELLY, William, *Psicología de la Educación*, Séptima Edición, Madrid, Morata, 1982, 683Pp.
20. KRAMSKY, Carlos, *Antropología Filosófica*, México, Síntesis de Filosofía 1, 1990, 397Pp.
21. MARINA José Antonio, *El Laberinto Sentimental*, Sexta Edición, Barcelona, España, Anagrama, 1996, 280 Pp.
22. MARINA José Antonio, *Teoría de la Inteligencia Creadora*, Cuarta Edición, España, Anagrama, 1993, 384 Pp.
23. MÄRTIN, Doris, *Qué es la Inteligencia Emocional*, Madrid, España, EDAF, 1997, 203 Pp.
24. MARZANO Robert, *Dimensiones del Aprendizaje*, México, ITESO, 1992, 209 Pp.

25. MORENO, Maria Guadalupe, *Didáctica 1 y 2*, México, Progreso, 1990, 127Pp.
26. MUY INTERESANTE, Artículo: ¿Qué es la Inteligencia Emocional?, Año 14 N°04, México, 82 Pp.
27. ORTIZ DE LANDÁZURI, Carlos, *Filosofía*, Segunda Edición, España, Magisterio Español, 1977, 576 Pp.
28. PAPALIA, Diane, *Psicología*, México, Mc Graw Hill, 1993, 762 Pp.
29. PIAGET Jean, *Psicología de la Inteligencia*, Segunda Edición, México, Crítica, 1988, 198 Pp.
30. PUENTE Aníbal, *Psicología Cognoscitiva*, Caracas, Mc Graw Hill, 1995, 471Pp.
31. ROSENWEIG Mark, *Psicología Fisiológica*, Segunda Edición, Mc Graw Hill, España, 1992, 895 Pp.
32. THOMPSON Richard, *Introducción a la Psicología Fisiológica*, México, Harla, 1997, 695Pp.
33. UGARTE Francisco, *Nota Técnica: La Amistad*, México, 1994, 24 Pp.
34. WOOLFOLK Anita, *Psicología Educativa*, Sexta Edición, México, Prentice Hall, 1996, 642 Pp.
35. YEPES, Ricardo, *Fundamentos de Antropología*, España, EUNSA, 1996, 516pp.

