

Origen y evolución de la educación emocional

Origin and evolution of emotional education

Yumary Machado Pérez

yumary_85@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-3151-3226>

UPEL- Instituto Pedagógico de Caracas, Caracas-Venezuela

Recibido: octubre de 2021 / Arbitrado: noviembre 2021 / Aceptado: diciembre 2021 / Publicado en enero 2022

RESUMEN

En la actualidad la educación emocional se ha convertido en uno de los grandes desafíos de la escuela del siglo XXI, ya que esta debe educar a los estudiantes tanto en lo académico como en lo emocional. La educación emocional tiene sus orígenes en las diferentes teorías de inteligencia emocional. El presente artículo tiene como objetivo sistematizar el origen y la evaluación de la educación emocional, para ello se desarrolló una síntesis y análisis de diferentes teorías de inteligencia emocional considerando los autores Salovey y Mayer, Bar-On, Goleman, Bisquerra y Fernández-Berrocal y Extremera. Lo que permitió conocer la evolución y el estado actual de las teorías de inteligencia emocional y su vinculación y aplicabilidad en el ámbito educativo. Para ello se trabajó con la metodología de investigación documental siguiendo el método hermenéutico.

Palabras clave:

Educación emocional; inteligencia emocional; emociones; educación

ABSTRACT

At present, emotional education has become one of the great challenges of the 21st century school, since it must educate students both academically and emotionally. This has its origins in the different theories of emotional intelligence. The present article aims to systematize the origin and evaluation of emotional education, for this a synthesis and analysis of different theories of emotional intelligence was developed considering the authors Salovey and Mayer, Bar-On, Goleman, Bisquerra and Fernández-Berrocal and Extremera. This allowed us to know the evolution and current state of emotional intelligence theories and their link and applicability in the educational field. For this, we worked with the documentary research methodology following the hermeneutical method.

Keywords:

Emotional education; emotional intelligence; emotions; education



INTRODUCCIÓN

Las emociones guían todas las acciones humanas y están involucradas en todo lo que se hace. Desde la década de los 80 del siglo XX se ha venido hablando, cada vez con mayor énfasis sobre inteligencia emocional, educación emocional y la importancia de desarrollar la emocionalidad. Sin embargo, la mayoría de los autores que han planteado teorías que abordan la inteligencia emocional lo han hecho desde lo autodidacta, es decir han explicado que puede hacer cada individuo para desarrollar por sí mismo su inteligencia emocional, aunque también han surgido autores como Bisquerra quien ha propuesto la educación emocional dentro del sistema formal de educación y Fernández-Berrocal y Extremera quienes han manifestado en diversos estudios la importancia de desarrollar contenidos y actividades en las escuelas que propicien el desarrollo de competencias emocionales y sociales en los estudiantes.

Cada uno de los autores que se presentan en este artículo han aportado sus visiones en torno al desarrollo de la inteligencia emocional y todos convergen que para desarrollarla se debe iniciar por trabajar lo intrapersonal. Pero poco son los autores que plantean la educación emocional desde el ámbito académico, por ello este artículo tiene como propósito analizar el término educación emocional, su origen y evolución

Para esto se estudiaron las teorías de Salovey y Mayer (1990), Bar-On (1997), Goleman (1995), educación emocional de Bisquerra (2000; 2005; 2010) y Fernández-Berrocal y Extremera (2001; 2006), de manera

de poder determinar cómo ha evolucionado este concepto y su estado actual.

MÉTODO

La investigación se estructuró de acuerdo a la metodología general de la investigación documental orientada a la construcción teórica conceptual, donde el objetivo fundamental estuvo orientado a la reflexión y sistematización del origen, evolución y estado actual de la educación emocional. Para lo que se siguió el método hermenéutico entendido por Gadamer (1984) como el modelo utilizado para comprender e interpretar la acción humana y darle significado desde el propio objeto de estudio. Para ello se realizó una revisión de diferentes teorías sobre los constructos de inteligencia emocional y educación emocional con la intención de analizar la postura de cada autor ante los temas mencionados.

Para cumplir con el desarrollo de esta investigación se siguió la metodología de estudios documentales planteada por Bravo, Méndez y Ramírez (1987) estructurada en las siguientes fases: 1. Selección y análisis de la información y 2. Síntesis y abstracción de la información recolectada para ello los autores proponen la utilización de diversas técnicas de localización de la información lo que permitió el empleo de diferentes procedimientos, tales como arqueología de las fuentes y organización de la información. La revisión documental en este estudio estuvo orientada al análisis y sistematización de la información recolectada, para luego desarrollar el corpus teórico de esta investigación donde se analizan los diferentes

modelos de inteligencia emocional y su vinculación o aplicabilidad en la educación emocional.

RESULTADOS

La educación emocional tiene sus orígenes en los conceptos de inteligencia emocional, en la necesidad que ha ido desarrollando la humanidad de medir, desarrollar y optimizar la gestión emocional. Está orientada al desarrollo u optimización de las competencias emocionales tanto intra como interpersonales.

Reflexionar sobre educación emocional implica tener claro los conceptos de inteligencia emocional, competencias emocionales y educación emocional el primero hace referencia a la capacidad de gestionar o regular adecuadamente las emociones, el segundo alude a los conocimientos, habilidades y actitudes para expresar y regular de manera asertiva los fenómenos emocionales y el tercero se entiende como el conjunto de actividades o acciones pedagógicas orientadas al desarrollo u optimización de las competencias emocionales para mejorar la inteligencia emocional.

Esta última tiene su origen en la evolución histórica de las investigaciones sobre la inteligencia a comienzos del siglo XX hasta el desarrollo de la teoría de inteligencias múltiples en la década de los 80 y comienza a difundirse con el trabajo de Salovey y Mayer (1990) que luego se divulga con mayor impacto gracias al best seller de Goleman (1995). Sin embargo, según Bisquerra (2005) ya Bar-On en 1985 había utilizado la expresión EQ (Emotional Quotient) en su tesis doctoral

y de acuerdo a lo explicado por el mismo Bar-On, él acuñó el término EQ en 1980 aunque no tuvo difusión hasta el año 1997 cuando publicó la primera versión del The Emotional Quotient Inventory.

La gran divulgación del concepto de inteligencia emocional inicia a partir de la segunda mitad de los años noventa del siglo XX, se debe según Bisquerra (s/f) a una serie de factores, tales como cambios conceptuales y de mentalidad en la sociedad actual que ha conducido a una revolución en el pensamiento social o revolución emocional que afecta a la psicología, la educación y la sociedad en general. Desde las primeras investigaciones sobre inteligencia emocional hasta la actualidad se ha observado un crecimiento favorable en cuanto a los estudios y publicaciones relacionadas con las emociones en psicología, neurociencia, la aplicación de la inteligencia emocional en el mundo organizacional a través de cursos y libros y en la educación; la aplicación de programas académicos orientados al desarrollo de la inteligencia emocional en el ámbito educativo a través de la educación emocional, ha conducido a que la llamada revolución emocional llegue cada vez con mayor fuerza a las prácticas pedagógicas.

El término educación emocional según Sánchez, Montero y Fuentes (2019) aparece por primera vez en la literatura psicopedagógica en 1966 en la revista *Journal of Emotional Education*, la cual fue publicada hasta 1973 por el Instituto de Psicología Aplicada de Nueva York. Para este momento la educación emocional era concebida como la aplicación educativa de los principios de la Terapia

Racional Emotiva Conductual (TREC), un tipo de psicoterapia de orientación cognitivo-conductual desarrollada por el psicólogo estadounidense Albert Ellis a mediados del siglo XIX. Según Ellis y Grieger (1990) el TREC es una psicoterapia que parte del principio que los problemas emocionales tienen su origen en tres fuentes: el pensamiento, lo emocional y lo conductual y que se fundamenta en la afirmación de Epicteto: "Las personas no se alteran por los hechos, sino por lo que piensan acerca de los hechos", lo que quiere decir que las alteraciones emocionales no son producto de ninguna situación, son el resultado de las interpretaciones de cada situación, por lo que tiene como objetivo que la persona cuestione sus creencias, que en la mayoría de los casos son irracionales y las sustituya por creencias más constructivas, es decir por ideas racionales.

Para Bisquerra (2014) la expresión educación emocional aparece en este siglo, en sus revisiones bibliográficas previas a 1997 no hay evidencia de que se usara. Sin embargo, el autor agrega que no se puede pensar que salió de la nada con el cambio de siglo, ya que hay numerosos antecedentes que se deben tener presente, porque desde siempre han existido educadores que han considerado las emociones como parte importante del desarrollo personal del estudiante y que de alguna forma han hecho educación emocional, aunque no la hayan llamado de esta forma.

Dentro de estos antecedentes de la educación emocional hay que considerar las teorías de inteligencia emocional, que como ya hemos mencionado, esta práctica educativa

tiene su origen en los diferentes modelos de inteligencia emocional, los cuales plantean distintas formas de desarrollar u optimizar la inteligencia emocional:

Modelo de Salovey y Mayer (1990)

Salovey y Mayer ambos psicólogos norteamericanos, especialistas en psicología de la personalidad el primero es profesor y rector de la Universidad de Yale y el segundo es profesor de la Universidad de New Hampshire, se les atribuye la creación del término inteligencia emocional, que posteriormente se popularizó con el trabajo de Daniel Goleman. En este campo, este grupo de investigadores ha realizado un gran esfuerzo en desarrollar una visión científica de este concepto. Además, han tratado de ir resolviendo de manera sistemática las inevitables interrogantes que surgen desde los distintos enfoques de investigación.

Para estos autores la inteligencia emocional es definida como la habilidad de las personas para percibir, expresar, comprender, razonar y regular las emociones propias y la de los demás, está vinculada con el desarrollo personal de competencias emocionales a partir de la reflexión de los propios estados anímicos, incluye aspectos de manejo y gestión emocional con especial atención a las emociones propias, su reflexión, comprensión y expresión.

Según este modelo el desarrollo de la inteligencia emocional pasa por: 1. la percepción de las emociones, definida como la capacidad de percibir nuestras propias emociones y la de los demás; 2. Asimilación

emocional que es la habilidad de sentir y expresar las emociones. 3. La comprensión emocional entendida como la destreza de saber apreciar los significados emocionales a través del tiempo. Y 4. La reflexión emocional que no es más que la habilidad de estar abierto a las emociones y sentimientos propios, la de los demás, de modularlos, comprenderlos y estar siempre dispuesto al crecimiento personal.

El modelo de Salovey y Mayer es bastante individualista y autodidacta, está orientado a profundizar en el percepción, asimilación y comprensión de las emociones propias, parte de la idea que cada individuo debe primero conocerse a sí mismo para luego estar bien con los demás, también propone en la cuarta habilidad que se debe aprender a modular y comprender las emociones de los demás, no hay mayor profundidad en el desarrollo u optimización de la inteligencia interpersonal o competencia sociales, esta habilidad hace referencia solo a la capacidad de gestionar las emociones propias y la de los demás moderando las negativas y resaltando las positivas. Es un modelo que no aborda la educación emocional desde el aula de clase, pero es adaptable para el desarrollo de programas tanto para contextos educativos como organizacionales.

Modelo de Bar-On (1997)

Uno de los primeros autores que habla sobre inteligencia emocional y su desarrollo es el psicólogo estadounidense Reuven Bar-On, conocido por sus investigaciones en inteligencia emocional. Para este autor esta inteligencia emocional comprende un

conjunto de habilidades intra e interpersonales no cognitivas que influyen en el éxito y en la capacidad de adaptación al entorno. Se le atribuye la creación del término EQ-i, el cual es un instrumento utilizado para medir la interacción entre una persona y el entorno en el que se desenvuelve. Según el autor la evaluación de la inteligencia emocional en un individuo puede ayudar a establecer las capacidades y deficiencias en torno a su manejo o gestión emocional. Lo que puede contribuir a mejorar las capacidades emocionales optimizando el desempeño de la persona, su interacción con los demás y su liderazgo.

El modelo de inteligencia emocional de Bar-On plantea el uso del inventario emocional, que comprende aspectos emocionales individuales y sociales. Para el desarrollo de la inteligencia emocional según este autor el individuo debe desarrollar cinco aspectos: 1. Lo intrapersonal que abarca la autocomprensión emocional, asertividad, autoconcepto, autorrealización e independencia; 2. Lo interpersonal que involucra la empatía, responsabilidad social, relaciones interpersonales y el control de los impulsos; 3. Manejo del estrés, referido a la tolerancia al estrés y el control de los impulsos. 4. Adaptabilidad vinculado con las habilidades de resolución de problemas, toma de decisiones, comprensión de la realidad y flexibilidad; y 5. Estado de ánimo que alude a la capacidad de mantenerse optimista y feliz ante las diferentes situaciones del medio. Es un modelo bastante completo, adaptable a programas de educación emocional, trata aspectos tanto intra como interpersonal en

búsqueda del bienestar general, en el que el autor manifiesta la importancia del desarrollo de competencias emocionales para afrontar efectivamente las presiones y demandas del ambiente.

Modelo de Goleman (1995)

Goleman es un psicólogo, periodista y escritor estadounidense especialista en inteligencia emocional. Para este autor este constructo teórico es entendido como la capacidad de reconocer los sentimientos y emociones propias y la de los demás, de motivarse y la habilidad de manejar adecuadamente las relaciones interpersonales. Para Goleman la inteligencia emocional tiene dos variantes el primero el desarrollo de competencias intrapersonales y la segunda las competencias interpersonales, dando prioridad a la inteligencia intra, ya que cada individuo debe conocerse y estar bien consigo mismo, para luego conocer y entender a los demás.

Para Goleman (1995) el desarrollo de la inteligencia emocional abarca cinco etapas, 1. El autoconocimiento que no es más que el reconocimiento de las emociones propias incluye el comprender qué detona cada emoción. 2. La gestión emocional entendida como la capacidad de expresar las emociones y sentimientos de manera asertiva; 3. La automotivación es asumida como la habilidad que tiene el ser humano para automotivarse, está vinculada con la resiliencia; 4. La empatía es la primera de las capacidades interpersonales está vinculada con la habilidad de reconocer las emociones de los demás, de empatizar y de aceptarlas sin hacer juicios de valor. Y la 5. Se refiere a

las relaciones interpersonales propiamente dicha son las habilidades sociales que debe desarrollar y optimizar cada individuo para mejorar la relación con los demás que le permitan conducirse de manera asertiva en todos los ámbitos de la vida.

El modelo de Goleman es bastante completo, toca el ámbito educativo de manera muy superficial al plantear la alfabetización emocional como una visión de la tarea que debe cumplir la escuela, convirtiéndose en un agente más concreto de la sociedad para asegurarse que los estudiantes desarrollen habilidades emocionales esenciales para la vida.

Modelo de educación emocional de Bisquerra (2000, 2005 y 2010)

Bisquerra es Doctor en Ciencias de la Educación, Catedrático de la Universidad de Barcelona especialista en Psicología y Psicopedagogía. Para este autor la educación emocional debe ser prioridad en los sistemas educativos, para garantizar un desarrollo integral del individuo. Según Bisquerra (2005) “La educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de las competencias emocionales. Incluye los aspectos psicopedagógicos de fundamentación, análisis de necesidades, formulación de objetivos, diseño de programas, aplicación de actividades, técnicas y estrategias metodológicas, evaluación de programas, etc” (p. 172). En este sentido, lo que el autor plantea es que esta sea parte de los contenidos programáticos de cualquier nivel de modo que el estudiante adquiera competencias emocionales a la par de su formación académica.

Este modelo busca el crecimiento individual del estudiante, lo que implica no solo el desarrollo cognitivo, sino que considera lo social, lo emocional, lo moral y hasta lo físico. Es una innovación educativa que responde a necesidades sociales no abordadas en las actividades académicas tradicionales. El propósito de la educación emocional según Bisquerra (2000) es el desarrollo de habilidades emocionales, lo que implica diseñar programas fundamentados en teorías para llevarlos a la práctica que requiere que las instituciones educativas dispongan de docentes debidamente preparados y materiales curriculares orientados hacia la educación emocional.

El modelo de educación emocional de Bisquerra (2000) contempla cinco fases que conducen al desarrollo de la inteligencia emocional del individuo: 1. Conciencia emocional definida como la capacidad de tomar conciencia de las emociones propias; 2. Regulación emocional es entendida como la habilidad de manejar las emociones; 3. Autonomía emocional esta competencia abarca un conjunto de características y elementos vinculados con la autogestión personal, tales como la autoestima, optimismo, responsabilidad, actitud crítica y la disposición a buscar ayuda; 4. Competencias sociales se refiere a la capacidad de hacer y mantener buenas relaciones sociales, se vincula con la comunicación efectiva, respeto hacia los demás, actitudes pro-sociales y asertividad ante los problemas; y 5. Competencias para la vida y el bienestar es un conjunto de habilidades vinculadas con la capacidad para adaptarse a diferentes situaciones de forma responsable, apropiada, sana y equilibrada

facilitando experiencias de satisfacción y bienestar.

Es un modelo educativo basado en los modelos previos y en fundamentos propios de la psicopedagogía. Aunque plantea que sea aplicado en todos los niveles del sistema educativo, no desarrolla una propuesta de educación emocional dirigida al profesorado como principal promotor y ejecutor de este modelo.

Por lo que el mismo Bisquerra (2005; 2010) plantea un modelo de educación emocional para el profesorado con una metodología eminentemente práctica que tiene como propósito favorecer el desarrollo en los docentes de las siguientes competencias emocionales: 1. Conciencia emocional que permite conocimiento de las emociones propias; 2. Regulación de las emociones vinculada al manejo de las emociones; 3. Motivación relacionada con la capacidad de automotivarse y motivar a los demás estableciendo esta habilidad como uno de los principales retos de la educación emocional; 4. Las habilidades socio-emocionales comprende un conjunto de técnicas que tienen como propósito mejorar las relaciones interpersonales. Lo que constituye un clima social favorable para el trabajo en grupo de manera productiva y satisfactoria. 5. El bienestar subjetivo contempla un conjunto de acciones que conducen al profesorado a la reflexión sobre el bienestar, felicidad y sus vinculaciones. Y 6. Fluir asumido como una experiencia óptima que complete los tópicos de bienestar, la intención es aprender a fluir con flexibilidad en diferentes situaciones y contextos.

Bisquerra (2010) hace referencia que para incluir en sistemas formales y no formales la educación emocional el profesorado debe formarse en inteligencia emocional, para lo que sugiere se siga el modelo presentado anteriormente, pero además hace un despliegue de objetivos y contenidos que se debería considerar en esta formación; estos, están orientados a que el profesorado conozca sus emociones, la de los demás, gestione adecuadamente sus emociones, optimice su tolerancia, aprenda herramientas que le permitan prevenir las emociones negativas y favorecer las positivas, desarrolle capacidades de automotivación y actitud positiva y aprenda a fluir. Una vez que el docente domine y aplique los contenidos de educación emocional en su propia vida podrá enseñarlos a sus estudios a través del mismo modelo, para lo cual el autor sugiere que el este sea adaptado a cada nivel donde será aplicado, con actividades eminentemente prácticas tales como dinámicas de grupo, discusiones grupales, role playing, dramatizaciones entre otras. Asimismo, el autor plantea que el profesorado debe estar en constante actualización en cuanto a la educación emocional.

Modelo de Fernández-Berrocal y Extremera (2001; 2006)

Fernández-Berrocal y Extremera son catedráticos en psicología en la Universidad de Málaga-España, especialistas y coautores de varios libros de inteligencia emocional. Según los autores la inteligencia emocional se puede desarrollar y optimizar a partir de la práctica de las habilidades emocionales. Estas habilidades pueden ser medidas a

través de los test de inteligencia emocional según Fernández-Berrocal y Extremera (2006) estas fueron las herramientas utilizadas para evaluar las habilidades emocionales y son hasta el momento las más empleadas por psicólogos y educadores en España y Latinoamérica, debido a su fácil aplicación y la rapidez para obtener puntuaciones.

Fernández-Berrocal y Extremera (2001) desarrollaron un test de autoinforme de inteligencia emocional denominado TMMS-24, el cual es una versión reducida de 24 ítems del instrumento original de TMMS de Salovey y Mayer, el objetivo de este cuestionario es evaluar aspectos intrapersonales que permitan atender, comprender y reparar los propios estados emocionales en el cual se evalúan tres dimensiones (8 ítems por cada factor). En este estudio los autores afirman que proponen un modelo, pero no profundizan en la definición de cada dimensión, ni establecen estrategias para su desarrollo u optimización, pero en Fernández-Berrocal y Extremera (2006) exponen una definición y manifiestan que estas dimensiones son: 1. Atención emocional hace referencia al grado en que las personas prestan atención a su propia emocionalidad; 2. Claridad emocional alude a la percepción que cada individuo tiene de sus propias emociones y 3. Reparación emocional referida a la capacidad de interrumpir y regular estados emocionales negativos y prolongar los positivos.

Este modelo es individualista, evalúa solo las variables intrapersonales dejando de lado lo vinculado a las relaciones interpersonales y sus emociones. Su énfasis está en el auto conocimiento y la adaptabilidad a diferentes contextos y situaciones y deja de lado las

emociones de las demás personas y sus diferentes vinculaciones. Pero partiendo de la premisa que primero se debe comenzar por el autoconocimiento es un modelo adaptable a programas de educación emocional, también es útil para emplearse de manera autodidacta para quienes deseen iniciarse en el camino de desarrollar o mejorar su inteligencia emocional.

Es importante destacar que este modelo fue desarrollado por los autores para evaluar la influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento escolar de adolescentes. En consecuencia, solo buscaban evaluar cómo los estudiantes manejaban sus propias emociones y la incidencia de esto en su rendimiento académico, esta no era una investigación destinada al estudio de las competencias sociales. Sin embargo, y aunque no usan la expresión educación emocional, los autores señalan la importancia que en las instituciones educativas se desarrollen contenidos destinados a la optimización de competencias emocionales y sociales en los estudiantes, afirmación que reiteran en investigaciones posteriores al reconocer la importancia de la optimización de estas competencias y su relevancia en las relaciones interpersonales y en la adaptación a diferentes situaciones y contextos incluyendo lo académico.

DISCUSIÓN

Los modelos expuestos anteriormente hacen referencia al desarrollo de la inteligencia emocional en su mayoría con excepción de Bisquerra presentan un modelo autodidacta de educación emocional, aunque

Goleman (1995) proponen la alfabetización emocional no hace un despliegue profundo de la importancia y lo que implica la educación en este ámbito en estos tiempos. Para Bisquerra (s/f) nos encontramos viviendo lo que él ha denominado revolución emocional que no es más que la exploración que ha surgido desde la sociedad y el mundo organizacional de una búsqueda de bienestar y satisfacción emocional. Que ha conducido al desarrollo de programas y libros que satisfagan esta necesidad. Según el autor esto ha ocasionado que conceptos como inteligencia emocional y educación emocional lleguen al ámbito educativo tradicional y logren filtrarse de manera positiva en los programas y estrategias académicas tradicionales.

En cuanto al concepto de inteligencia emocional surge con Salovey y Mayer (1990) aunque es un modelo muy individualista orientado básicamente al desarrollo de la inteligencia interpersonal y habilidades sociales y que no aborda la emocionalidad desde el ámbito académico, es adaptable a programas o proyectos de educación emocional en las instituciones educativas formales y no formales.

Con respecto a este modelo, Fernández-Berrocal y Extremera (2005) desarrollaron un estudio sobre la inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey donde concluyen que este modelo puede ser aplicable al ámbito educativo pero requiere evaluación y medición de los resultados de manera constante para garantizar su efectividad, para los autores la educación requiere de cambios rigurosos que

garanticen a futuro cercano las virtudes del desarrollo de la inteligencia emocional y que su implementación en el campo académico no sea solo una esperanza de tiempos de crisis. Asimismo, es importante destacar que este modelo resulta muy útil para iniciarse de forma autodidacta en el desarrollo de la inteligencia emocional porque parte del crecimiento personal de cada individuo.

En cuanto a Bar-On (1997) propone un modelo sumamente completo que abarca tanto lo intra como lo interpersonal, fue pensado para el desarrollo de competencias emocionales que le permitan al individuo adaptarse manera efectiva al medio donde se desenvuelve, va de lo intra a lo interpersonal. De los modelos presentados en este artículo es el único que hace referencia a la importancia del manejo del estrés, al desarrollo de habilidades para la toma de decisiones y resolución de conflictos y alude la felicidad como un elemento destacado para afrontar el medio y mantenerse en bienestar. Debido a lo amplio del modelo es adaptable al ámbito académico en cualquier nivel y para todos los miembros de una comunidad educativa.

El boom del concepto de inteligencia emocional llega con Goleman (1995), es un modelo sumamente completo y uno de los más destacados dentro de los estudios de emocionalidad, ha sido utilizado para el desarrollo de inteligencia emocional a nivel individual y en programas educativos en el mundo organizacional. En relación a la educación el autor esboza algunas ideas sobre la alfabetización emocional y destaca la importancia que en el ámbito académico se incluyan contenido sobre inteligencia

emocional que permita que la escuela se convierta en motor principal de cambios hacia una sociedad emocionalmente inteligente y en bienestar para lo que se requiere que los estudiantes desarrollen y optimicen sus capacidades emocionales.

A partir de los modelos anteriores y de los fundamentos de la psicopedagogía Bisquerra (2000) propone el modelo de educación emocional, donde básicamente plantea que en todos los niveles del sistema educativo la educación emocional esté presente. Sin embargo, no hace una propuesta de cómo el profesorado activo en las aulas de clases va a desarrollar competencias emocionales que le permitan convertirse en un promotor y ejecutor efectivo de este modelo. Por lo que más adelante en el 2005 (que luego mejoraría en el año 2010) el autor propone un modelo de educación emocional para el profesorado en el que plantea una serie de técnicas y actividades dirigidas principalmente a que el profesorado desarrolle su inteligencia emocional; sin embargo, hay elementos en cuanto a su aplicabilidad que no quedan del todo establecidos.

Luego de los cuatro ejemplares ya mencionados tenemos el de Fernández-Berrocal y Extremera (2001), quienes plantean un modelo que además de ser individualista solo propone la evaluación de las variables interpersonales con énfasis en el autoconocimiento y a la regulación emocional y deja de lado lo vinculado a las relaciones intrapersonales y sus emociones, no hacen referencia al desarrollo de habilidades sociales que faciliten en el individuo la comprensión y aceptación de las emociones

de los demás y cómo vincularse con ellas. Los autores lo proponen como un modelo, pero no profundizan en las definiciones, características, ni en el desarrollo de cada dimensión, es un texto en el que no están claros todos sus elementos. Pese a esto y que es el modelo más individualista de los expuestos en este estudio es adaptable al ámbito educativo, es funcional para iniciar tanto al profesorado como estudiante en el camino del desarrollo de la inteligencia emocional, ya que todas las teorías de desarrollo de esta inteligencia parten del autoconocimiento, por lo que se podría de acuerdo a los resultados del test realizar actividades que contribuyan con la optimización de las dimensiones propuestas por los autores.

Pese a los avances de los estudios en educación emocional aún queda mucho camino por recorrer en este campo dentro de la educación formal, Bisquerra es el autor que mayor importancia le ha dado a la educación emocional. Sin embargo, sigue sin quedar claro cómo se va implementar la educación emocional en los diferentes niveles del sistema educativo, el autor sugiere que a su modelo se le realicen ajustes de acuerdo a cada nivel, pero no describe las directrices para ello.

También es importante destacar que los modelos presentados en este artículo están desarrollados y aplicados en contextos norteamericanos y españoles, por lo que sería pertinente preguntarse si son adaptables a otros entornos, como por ejemplo Latinoamérica. Entendiendo que cada país y continente tiene sus particularidades y que según Russell (1991) las representaciones emocionales están basadas en escenarios

prototípicos, ya que la interacción social promueve la aparición de cognitivos compartidos que propicia en los individuos de cada sociedad un marco de "sentido común" desde donde se entiende el mundo.

Partiendo de lo propuesto por Russell parece oportuno reflexionar sobre la aplicabilidad y funcionalidad de estos modelos en contextos diferentes de donde se originaron, quizás esto sea motivo de otro estudio, pues las investigaciones sobre inteligencia emocional si contamos a partir del trabajo de Salovey y Mayer apenas tienen unos 31 años y son trabajos que aún hoy en día continúan discutiéndose y en constante avance y en relación a educación emocional de acuerdo a lo afirmado por Bisquerra (2014) es propia de este milenio, es relativamente nueva, en consecuencia queda mucho por estudiar, esclarecer y desarrollar en este campo. Lo que sí está claro en la actualidad es que la educación emocional consiste en el desarrollo de competencias emocionales que conduzcan al individuo a gestionar de manera adecuada sus emociones y empatizar con las emociones y sentimientos de los demás. Lo que en palabras de Goleman (1995) sería desarrollo de la inteligencia emocional.

La educación emocional según los modelos presentados en este estudio puede llevarse a cabo de manera autodidacta, solo se requiere decisión y compromiso del individuo en desarrollar o mejorar cada una de las competencias del modelo seleccionado. También se puede participar en programas de educación emocional no formales.

En cuanto a la educación formal, la educación emocional constituye según Bisquerra (2000; 2005) un reto para el sistema

educativo español, afirmación que pudiera ser aplicada para cualquier país del mundo, asumiendo que el manejo de las emociones es importante en todas las culturas y dada la complejidad social del siglo XXI donde constantemente el individuo está sometido a cambios sociales, políticos y tecnológicos lo que según Bisquerra (s/f) amerita desarrollar competencias intra e interpersonales que conduzca al individuo hacia estados de satisfacción y bienestar.

CONCLUSIONES

La educación emocional es un constructo teórico que tiene sus orígenes en el concepto de inteligencia emocional. Según Bisquerra (2005) ya Bar-On (1997) hablaba de inteligencia emocional aunque este último término comenzó a utilizarse con Salovey y Mayer (1990) que luego sería popularizado por Goleman (1995) y llevado al mundo académico gracias a los trabajos de Bisquerra (2000; 2005 y 2010) que plantean el desarrollo de la inteligencia emocional desde las aulas de clases a través de sus modelos de educación emocional como un reto de la academia en medio de la revolución emocional que se ha venido viviendo desde la década de los 80 del siglo pasado.

Esta puede ser abordada en las aulas de clase con cualquiera de los modelos presentados en este estudio, ya que todos parten desde el autoconocimiento y con excepción del modelo de Fernández-Berrocal y Extremera (2001) todos abordan el desarrollo de capacidades o habilidades interpersonales que permiten ir desde lo personal o lo social. Sin embargo, el modelo de estos investigadores

podría ser de mucha utilidad para dar inicio a proyectos de educación emocional en las instituciones educativas de cualquier nivel o modalidad.

La educación emocional se ha convertido a nivel mundial en el gran reto de la educación porque implica contemplar los contenidos programáticos de cada currículo a la par del desarrollo de las habilidades propias de la inteligencia emocional, pero esto requiere de un profesorado capacitado en estos temas que pueda a su vez desarrollar estas habilidades en los estudiantes, he ahí según Bisquerra el gran reto de la educación emocional en la actualidad y en los próximos años.

Este constructo teórico puede definirse según la interpretación de los modelos presentados como programas educativos, desarrollados tanto en la educación formal como informal, para propiciar de manera deliberada el desarrollo u optimización de competencias emocionales propias de la inteligencia emocional, tales como: autoconocimiento, flexibilidad, empatía, motivación, habilidades sociales y bienestar.

REFERENCIAS

- Bar-On, R. (1997). *Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical manual*. Multi-HealthSystems
- Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. *Praxis*
- Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 9(3), 95-114. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>
- Bisquerra, R. (2005). Orientación y Educación Emocional. [Discurso principal]

- Conferencia presentada en el II Encuentro de Atención a la Diversidad – Zaragoza. http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Conclusiones_IIencuentro_at_div-13-36.pdf
- Bisquerra, R. (2010) *Psicopedagogía de las emociones*. Síntesis
- Bisquerra, R. (2014). Apuntes para una historia de la educación emocional. Avances en el estudio de la Inteligencia Emocional. *Avances en el estudio de la inteligencia emocional*, 407-413. <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Bisquerra.pdf>
- Bisquerra, R. (s/f). *La revolución emocional*. Rafael Bisquerra Educación Emocional. Recuperado el 22 agosto 2021 de <https://www.rafaelbisquerra.com/inteligencia-emocional/la-revolucion-emocional/>
- Bravo, I; Méndez, P. y Ramírez, T. (1987) *La investigación documental y Bibliográfica*. Panapo
- Ellis, A. y Grieger, R. (1990). *Manual de terapia racional-emotiva*. (Vol. 2). Desclée de Brouwer
- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, P. (2001). ¿Es la Inteligencia emocional un adecuado predictor del rendimiento académico en estudiantes? *Research Gate*, 1-14. https://www.academia.edu/30728469/_Es_la_Inteligencia_emocional_un_adeecuado_predictor_del_rendimiento_acad%C3%A9mico_en_estudiantes
- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, P. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey y. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3),63-93. https://www.academia.edu/30728469/_Es_la_Inteligencia_emocional_un_adeecuado_predictor_del_rendimiento_acad%C3%A9mico_en_estudiantes
- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, P. (2006). La investigación de la inteligencia emocional en España. *Ansiedad y Estrés*. 12(2-3), 139-153. https://www.academia.edu/30728469/_Es_la_Inteligencia_emocional_un_adeecuado_predictor_del_rendimiento_acad%C3%A9mico_en_estudiantes
- Gadamer, H. (1984). *Verdad y Método: fundamentos de una hermenéutica filosófica*. Sígueme
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Barcelona: Paidós
- Russell, J. A. (1991). In defense of a prototype approach to emotion concepts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(1), 37-47. <https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.1079.7893&rep=rep1&type=pdf>
- Salovey, P. y Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211. http://gruberpeplab.com/3131/SaloveyMayer_1989_EmotionalIntelligence.pdf
- Sánchez, K. Montero, B. Fuentes, I. (2019) La educación emocional en el proceso de enseñanza aprendizaje de la educación superior. *Revista cubana de medicina militar*, 48(2). <http://www.revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/398/335>