

# La Inteligencia Emocional como Habilidad para Enfrentar la Complejidad de la Práctica Docente

## Emotional Intelligence as a Coping Mechanism for the Complexity of Teaching Practice

Adriana Zúñiga-Jiménez<sup>a</sup>, Verónica García-Brena<sup>a</sup>

### Resumen

En la actualidad el interés por la calidad educativa ha tomado importancia, tal es el cumplimiento de estándares, certificaciones institucionales y programas que acrediten dicha calidad. Este suceso origina la aceleración de actividades educativas, además de desigualdades en los sistemas de contratación y categorías tales como: honorarios, medio tiempo y profesores de tiempo completo, colocando al profesor en diferentes escenarios y exigiéndoles el desarrollo de habilidades que le permitan enfrentar con éxito sus funciones. El presente ensayo tiene por objetivo describir la importancia del manejo de emociones, que conforma una de las diez habilidades para la vida según Organización Mundial de la Salud en el año 2001, enfocado hacia el contexto educativo. Trejo, (2018) identifica que la sociedad está en constante cambio y sugiere que la educación debe adecuarse para responder a las demandas que ésta le exige. Por tanto, enfoca a los docentes, como actores claves de la educación. Además, hace hincapié en que están llamados a formarse, actualizarse y perfeccionarse continuamente, con el fin de repercutir de manera positiva en el desarrollo de las potencialidades de los alumnos. Por ende, las actividades educativas no se deben mencionar como difíciles o extenuantes, si no como una diligencia compleja que requiere habilidades y competencias en donde el docente puede incidir directamente para mejorar su desempeño.

**Palabras clave:** educación, inteligencia emocional, habilidad, afrontamiento, docencia.

### Abstract

At present, interest in educational quality has become important, and with it, the compliance with standards, institutional certifications and programs that accredit such quality. This has caused the acceleration of educational activities in addition to inequalities in hiring systems and categories such as: fees, part-time and full-time teachers, placing the teacher in different scenarios and demanding the development of skills that allow them to successfully fulfill their functions. The purpose of this article is to describe the importance of emotion management, which one of the ten life skills according to the World Health Organization in 2001, as it pertains to the educational context. Trejo, (2018) identifies that society is constantly changing and suggests that education must be adapted to meet the demands. Therefore, it focuses on teachers as key actors in education. In addition, it emphasizes that they are called on to be continuously trained, updated and perfected, in order to have a positive impact on the development of student potential the continuous improvement of society. Therefore, educational activities should not be discussed as difficult or strenuous, but as a complex diligence that require skills and competencies and through which the teacher can directly influence the improvement their performance.

**Keywords:** education, emotional intelligence, ability, coping mechanism, docent.

<sup>a</sup> Universidad de la Sierra Sur, Instituto de Investigación Sobre la Salud Pública, Licenciatura en Enfermería, Guillermo Rojas Mijangos s/n, esq. Av. Universidad, C.P. 70800, Miahuatlán de Porfirio Díaz, Oaxaca, México.

Correspondencia: Adriana Zúñiga Jiménez  
Universidad de la Sierra Sur  
Correo electrónico: adriana.jimenez@unsis.edu.mx/adr-y02@hotmail.com

## Introducción

Con base en el marco de la legislación y las políticas educativas en México desde 1917, el Artículo 3° Constitucional en su segundo párrafo reformado en el 2011 pagina 5, establece que:

“La educación que imparta el Estado tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano y fomentará en él, a la vez, el amor a la patria y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia”.

Por lo tanto, el acto educativo exige a los profesores establecer técnicas y recursos que faciliten la enseñanza de contenidos factuales, procedimentales y actitudinales, siendo los últimos, retomados con mínima presencia en los contenidos curriculares. Delors (1996) denota que el “Aprender a ser” así como, “aprender a vivir juntos” consiste en los pilares fundamentales de la educación, además establece la educación emocional como un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo.

Así mismo, la Ley General de Educación del año de 1993, en su Artículo 7 de la fracción I reformada en el 2011, ubicada en la segunda página, concerniente a los fines de la educación, prescribe que esta deberá “Contribuir al desarrollo integral del individuo, para que ejerza plenamente sus capacidades humanas”. Por consiguiente, ésta contribución da lugar a enfocar las tareas docentes en desarrollar competencias estudiantiles para la vida, y que le permitan a los estudiantes, darle sentido a lo que aprenden cotidianamente en la escuela e identificar lo que les es útil en sus contextos sociales, el desarrollo de un proyecto ético de vida y descubrir nuevas habilidades de aprendizaje e inclusive de socialización para valorar las relaciones de convivencia con los otros, como la vía para establecer una propia identidad y reconocer las diferencias individuales.

Uno de los cuestionamientos que llevó al interés de investigar sobre el tema que se pre-

senta, parte de la siguiente pregunta ¿Cómo enseñar el manejo y control de emociones como habilidad social? es decir, si el docente omite la importancia de dichos contenidos por no conocer la información o porque no tiene un manejo de la inteligencia emocional personal en su práctica diaria. Sin embargo, al contextualizar la práctica y funciones del profesor universitario, estas se encuentran determinadas por la institución en donde labora, quien lo faculta para establecer actividades a fines de educar, investigar y difundir la cultura, además, de cumplir con programas institucionales para determinar la calidad educativa que conlleva al cumplimiento de criterios, estándares, lineamientos y compromisos dirigidos al perfil del egreso.

Esta visión institucional la ha llevado hacia una aceleración de actividades educativas, además de desigualdades en los sistemas de contratación y categorías tales como: honorarios, medio tiempo y profesores de tiempo completo, colocando al profesor en diferentes escenarios y exigiéndoles el desarrollo de habilidades que le permitan enfrentar con éxito sus funciones. A decir de lo anterior, se estima que en la Educación Superior (ES) en México existen 329 mil profesores en función de la enseñanza que poseen el dominio en un área disciplinar específica o líneas de estudio, de los cuales 68.1% estaban contratados por hora, mientras que 24.8% eran de tiempo completo, además algunos profesores de medio y tres cuartos de tiempo, se encontraban en condiciones salariales mínimas haciendo aún más complejo el desarrollo de sus funciones (Narro, Martuscelli y Barzana, 2012).

Es así, que las actividades de los profesores Universitarios que se encuentran contratados por horas, denominados también por honorarios, invierten tiempo para su ejercicio docente, esto implica tiempo de planeación y preparación de la clase, elección de las técnicas de enseñanza-aprendizaje más adecuadas, la didáctica y la evaluación de los contenidos. Por otro lado, los retos en la implementación de tecnologías de la infor-

mación en la educación y el estar frente a diferentes dinámicas grupales pueden crear emociones negativas, en la que es necesario, el desarrollo de habilidades para su manejo y con ello, enfrentar con éxito los retos educativos determinados por dichas actividades.

De acuerdo Arévalo, Rojas y Mendoza (2006) dan a conocer que la Organización Mundial de la Salud en el año de 1993, lanzó una propuesta inicial que consistía en crear grupos de habilidades psicosociales y que, a partir de entonces, se denominan como habilidades para la vida. Una de estas, consiste en el manejo de emociones y sentimientos. Sin embargo, dentro del contexto educativo es de suma importancia preguntarse lo siguiente: ¿El docente maneja un bienestar emocional para impactar en los procesos educativos y bienestar personal? Para responder a esta interrogante existen estudios de investigación que señalan el nivel de Inteligencia Emocional (IE) del profesor con gran auge en los años 80's, que han determinado el nivel de IE, la salud mental y el bienestar de los profesores.

Sin embargo, existe una complejidad inmersa en el cumplimiento de las actividades diarias de los coeficientes de IE, así como de los instrumentos de validación, en la que lamentablemente no señalan la carga del trabajo, número de alumnos, contextualización de los ambientes de trabajo, clima organizacional, demandas administrativas, remuneración, cantidad de programas, entre otros. La docencia es considerada por la Organización Internacional del Trabajo (OIT) desde 1993, como una profesión de alto riesgo de sufrir estrés laboral y desarrollar Burnout; esta última enfermedad profesional fue acuñada inicialmente por Freudenberger en 1974 para describir el fenómeno caracterizado por cansancio físico, pérdida de motivación, desgaste emocional, resistencia, bajos niveles de tolerancia y compromiso (Ilaja y Reyes, 2016).

Por ende, es prescindible indagar sobre el entorno o ambiente educativo y sus interacciones con el mismo; estos aspectos cualitativos

enfatan la importancia de determinar la enseñanza de habilidades emocionales para enfrentar la complejidad de la práctica docente, en la que el profesor se convierte en modelo a seguir para los alumnos desde la perspectiva de que se enseña también, con la comunicación no verbal. Resulta de interés describir cómo repercute la emoción del docente frente aula y si existe el autodomínio de sus emociones, frente a los retos diarios en los ámbitos y niveles educativos.

## Conceptos

A continuación, se describe de forma cronológica el surgimiento y desarrollo de los diferentes términos que se incluyen en este ensayo. En primer lugar, Mora y Martín (2007) refieren que el concepto de inteligencia fue creado por Binet y Simon en el año de 1905 al desarrollar un instrumento para determinar las habilidades de memoria, lógica y matemática entendida como el Coeficiente Intelectual (CI). Otra contribución es acuñada por el autor Howard Gardner en el año 1983, quien establece la teoría de inteligencias múltiples, en donde describe que el ser humano es integral y que no existe una sola inteligencia si no ocho tipos, en las cuales destacan: lingüística, lógico-matemática, espacial, musical, cenestésica, naturalista, interpersonal e intrapersonal. Estas dos últimas, generaron mayor interés de estudio, por lo que se creó por primera vez en término de inteligencia emocional.

Peter Salovey y John Mayer en 1990, citado por García (2012) plantearon que la IE consiste en determinar la capacidad que una persona posee, si desarrolla su capacidad para supervisar tanto sus emociones y las de los demás, lo que le permite discriminar y utilizar esta información para orientar su acción y pensamiento. Para Bisquerra (s/f), citado por Molina (2017) la IE es "la habilidad para tomar conciencia de las emociones propias y ajenas, y la capacidad para regularlas". Retomando la IE en los entornos educativos para mejorar las funciones de la actividad docente.

Goleman (1996) citado por Fragoso (2015) concibe la IE como un conjunto de características claves para resolver con éxito los problemas vitales entre los que destacan: la habilidad de auto-motivarse y persistir sobre las decepciones, controlar el humor, evitar trastornos que disminuyan las capacidades cognitivas, mostrar empatía y generar esperanza. Este autor establece gran apertura de la investigación de la IE para generar gran bienestar y manejo de las emociones las cuales, deben ser tomadas en cuenta en los procesos educativos a través de la investigación en los enfoques cuantitativos y cualitativos.

En las últimas décadas, surge la necesidad de considerar a la educación no solo como un instrumento para el aprendizaje de contenidos y desarrollo de competencias cognitivas, sino también, como un espacio que contribuye a la formación integral de los alumnos, de aquí la importancia de la educación emocional, por tanto, del desarrollo de las habilidades emocionales (Cejudo, J.et.al. 2015).

Existen diferentes modelos los cuales suelen ser indispensables para describir la IE, retomando el enfoque de Mayer y Salovey el cual, consta de cuatro dimensiones conformadas por las habilidades de conocimiento de uno mismo, autorregulación, conciencia social y la regulación de las relaciones interpersonales, para percibir con precisión, valorar y expresar emociones, así como el poder acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento y con ello, la regulación de lo emocional y lo intelectual. (García, 2012).

### **Inteligencia emocional en el docente, una habilidad necesaria**

La educación de la afectividad y las emociones deben ser consideradas como una condición primaria para el despliegue de la personalidad, por cuanto constituye parte de un proceso continuo y permanente para lograr competencias emocionales como elementos fundamentales, para lograr el

desarrollo integral de la persona, posibilitándole al individuo capacitarse para mejorar su calidad de vida, su capacidad de comunicación, el aprender a resolver conflictos, tomar decisiones, planificar su vida, elevar su autoestima, incrementar su capacidad de flujo, y sobre todo, desarrollar una actitud positiva ante la vida (Bisquerra, 2014, citado por Molina, 2017).

El docente es un modelo y promotor de las habilidades emocionales de forma directa o indirectamente desde un curriculum oculto, que trasciende el desarrollo integral del alumno. Las investigaciones de Muhammad, Sadia y Misbah (2017) determinaron que la IE tiene un impacto positivo en la actuación del trabajo del maestro. A su vez, Lee Bee & Siti Aisyh (2015) demostraron que los maestros más conscientes en como las emociones pueden influenciar en sus resultados, son más aptos en usar su emoción para facilitar la actuación del trabajo, es decir, con una mayor capacidad para percibir, comprender y regular las emociones propias y las de los demás, tendrán más recursos para afrontar mejor los eventos estresantes de tipo laboral y manejar adecuadamente las respuestas emocionales negativas que frecuentemente surgen en las interacciones con compañeros de trabajo, los padres y los alumnos.

Generar o buscar la IE de los docentes, debe convertirse en una habilidad primordial para estar frente a un grupo, los docentes deben plantearse continuamente un proceso de meta cognición donde se pregunten constantemente su actuar en su función y el cumplimiento de su labor en la formación integral, buscando que los alumnos y el docente sean capaces de afrontar los diversos contratiempos.

### **Importancia del docente**

Además de los beneficios que con lleva la IE docente, esta se refleja en los alumnos ya que disfrutan el asistir a la escuela, aprenden

sin pasar miedo alguno y van edificando una sana autoestima. Pero, sobre todo, la postura humana del profesor trasciende en ellos (Martin y Boeck citado por Jiménez, 2014). De esta manera, la importancia de utilizar la IE como una herramienta en el proceso enseñanza aprendizaje es indispensable para desarrollar en los alumnos el dominio de las habilidades socio-emocionales las cuales, sin embargo, se ha enfocado principalmente en la habilidad cognitiva dejando de lado la esfera emocional sin saber que esta, juega un papel indispensable en el alumnado ya que le permite desarrollar formas integrales de educación, es decir, de una manera holista.

El profesor desde diferentes corrientes pedagógicas es un facilitador, mediador, motivador, actor educativo, tutor, el cual trasciende en su forma de desarrollarse en el grupo de manera positiva y negativa, influenciado por la falta de contratiempos o reacción instintiva de sus emociones, lo que puede generar ambientes de estudios difíciles, hostiles y a su vez, conflictos. Por lo tanto, es importante conocer cuáles son los ámbitos de dominio de la IE, así como el modelo que pueda incidir en el ámbito educativo.

El Modelo de Habilidad de Salovey y Mayer (1990) citado por Fragoso (2015) establece que el enfoque cognitivo de la mente humana está dividido en tres esferas fundamentales: cognición, afecto y motivación. Uniendo a estas, la esfera cognitiva y afectiva, se puede definir a la IE como un conjunto de capacidades que explican las diferencias individuales en el modo de percibir y comprender las emociones. Dichas capacidades son las de supervisar los sentimientos y las emociones propias, así como las de los demás, de discriminar entre ellas, y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones. De la definición anterior se derivan cuatro habilidades básicas de la IE centradas en las emociones, estas son: la percepción, valoración, expresión y regulación reflexiva, de las cuales, existen tests que determinan la medición de la IE en la que se encuentra una

vinculación entre las emociones en el pensamiento y las acciones.

## Conclusiones

Es de suma importancia que los docentes adquieran habilidades para generar ambientes saludables de trabajo, impactar en beneficio de la práctica, facilitar los procesos de enseñanza y mejorar el desempeño docente. Las actividades y funciones diarias, se deben enfrentar empleando formas de autorregulación para impactar en los procesos de enseñanza aprendizaje. El profesor como modelo y promotor de la IE de su alumno debe convertirse en un referente por ser un agente de cambio, para contribuir en la formación integral de los alumnos. Por último, la IE debe fortalecerse comenzando por los docentes frente a grupo los cuales deben utilizar habilidades para un mayor bienestar en la salud laboral, personal y educativa. La IE es una habilidad que establece el autodomínio de las emociones del profesor frente al grupo.

## Referencias

- Arévalo, G.M., Rojas, T.A., y Mendoza, V.L. (2006). *Habilidades para la vida y su importancia en la salud*. Disponible en: [https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=9&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj1jdOWqO3IAhULK0KHeyXBOYQFjAlegQICBAC&url=ftp%3A%2F%2Fftp2.minsa.gob.pe%2Fdescargas%2Fdgps%2Fdocumentos%2Farticulo\\_habilidades\\_para\\_la\\_vida.pdf&usg=AOvVaw2a2khofz2JexOYhd097zWA](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=9&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj1jdOWqO3IAhULK0KHeyXBOYQFjAlegQICBAC&url=ftp%3A%2F%2Fftp2.minsa.gob.pe%2Fdescargas%2Fdgps%2Fdocumentos%2Farticulo_habilidades_para_la_vida.pdf&usg=AOvVaw2a2khofz2JexOYhd097zWA)
- Cejudo, J et al. (2015). La formación en educación emocional de los docentes: una visión de los futuros maestros. *REOP*, 26(3), 45-62. Disponible en: <https://www2.uned.es/reop/pdfs/2015/26-3%20-%20Cejudo.pdf>
- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. (1917). *Artículo 3º*, pp.5. Disponible en: <http://www.stps.gob.mx/bp/secciones/dgsst/normatividad/1.pdf>

- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. Madrid: Santillana. UNESCO. Disponible en: [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590_spa)
- Fragoso, L.R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista iberoamericana de educación superior*, 16(6), 110-125. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/25589043.pdf>
- García, R.J.A. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación UCR*, 36(1), 1-24. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44023984007>
- Ilaja, B., y Reyes, C. (2016). Burnout y estrategias de inteligencias de inteligencia emocional en profesores universitarios: implicaciones en la salud laboral educativa. *Revista de Psicología desde el caribe*, 33(1), 31-46. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v33n1/v33n1a04.pdf>
- Jiménez, R.C. (2014). *La inteligencia emocional y social en el aula. (Trabajo de grado de Licenciatura)*. Universidad Educación de Soria. Disponible en: [https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjA8rDY29HIAhUCGKwKHZ\\_IAl8QFjAAegQIAxAC&url=http%3A%2F%2Fwww.codajic.org%2Ffiles%2FEnfoque%2520de%2520Habilidades%2520para%2520la%2520vida%2520OPS\\_0.pdf&usg=AOvVaw3xrDPW2a38LuPnnAjkCe4w](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjA8rDY29HIAhUCGKwKHZ_IAl8QFjAAegQIAxAC&url=http%3A%2F%2Fwww.codajic.org%2Ffiles%2FEnfoque%2520de%2520Habilidades%2520para%2520la%2520vida%2520OPS_0.pdf&usg=AOvVaw3xrDPW2a38LuPnnAjkCe4w)
- Lee Bee, Y., & Siti, A.P. (2015). Emotional Intelligence and Job Performance among School teachers. *Revista Asian Social Science*, 11(13), 227-234. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/277888180\\_Emotional\\_Intelligence\\_and\\_Job\\_Performance\\_among\\_School\\_Teachers](https://www.researchgate.net/publication/277888180_Emotional_Intelligence_and_Job_Performance_among_School_Teachers)
- Ley General de Educación. (1993). Artículo 7 de la fracción I reformada en el 2011. Disponible en: <http://www.sipi.siteal.iipe.unesco.org/normativas/154/ley-general-de-educacion1993-ley-general-de-educacion>
- Molina, C.G.E. (2017). Origen y evolución del término inteligencia emocional. Publicaciones didácticas. *Revista de docencia*, 8 (2), 483-484.
- Mora, M.J.A., & Martín, J.M.L. (2007). La escala de inteligencia de Binet y Simon: su recepción por la Psicología posterior. *Historia de la psicología*, 28(2),

307. Disponible de: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&ved=2ahUKEwjW4pXXsO3IAhX-lzQIHZDcB3oQFjACegQIBBAC&url=https%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F2384629.pdf&usg=AOvVaw0MwlZGI5mfDA30XqXXyS7o>

Muhammand, A., Sadia, A., & Misbach, H. (2017). Impact of emotional intelligence on teacher's performance in higher education institutions of Pakistan. *Revista Future Business Journal*, 3(II), 87-97. Disponible en: <http://portalderevistasdelaup.mx/revistapedagogia/index.php/pedagogia/article/view/311/32>

Narro, R., Martuscelli, Q.J., & Barzana, G.J. (2012). *Plan de diez años para el desarrollar el Sistema Educativo Nacional*. México: Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial, UNAM. Disponible en: <http://www.palneducativonacional.unam.mx>

Organización Mundial de la Salud. (2001). Enfoque de habilidades para la vida. Disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjA8rDY29HIAhUCGKw>

KHZ\_IAI8QFjAAegQIAxAC&url=http%3A%2F%2Fwww.codajic.org%2Fsites%2Fwww.codajic.org%2Ffiles%2FEnfoque%2520de%2520Habilidades%2520para%2520la%2520vida%2520OPS\_0.pdf&usg=AOvVaw3xrDPW2a38LuPnnAjkCe4

Trejo, S.K. (2018). Formación docente en competencias con enfoque humanista para adaptarse al cambio. *Revista Panamericana de pedagogía*, 27(1), 125-147. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6827165>

**Recibido:** 26 de septiembre de 2019

**Corregido:** 5 de diciembre de 2019

**Aceptado:** 20 de enero de 2020

**Conflicto de interés:** No existe conflicto de interés