



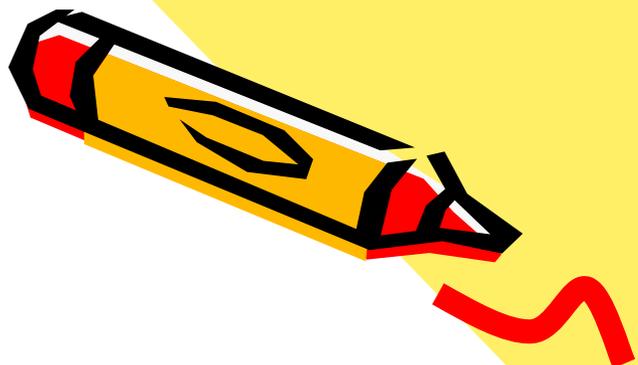
CÁTEDRA ANDRÉS BELLO. FACULTAD DE EDUCACIÓN

# ORIENTACIÓN EN COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES

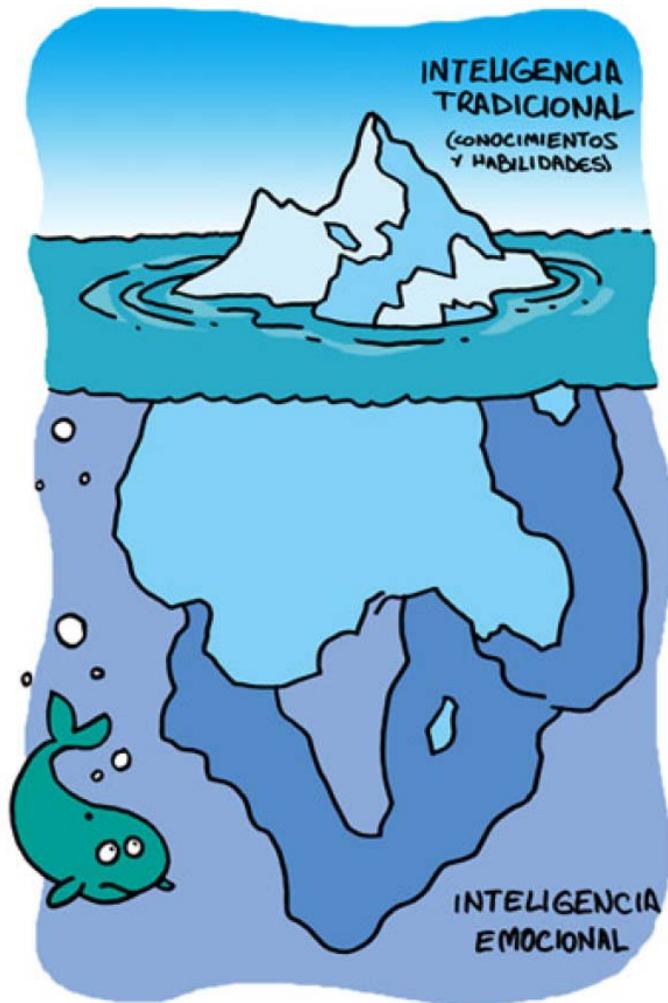
Mario Pena Garrido



Facultad de Educación  
UNED

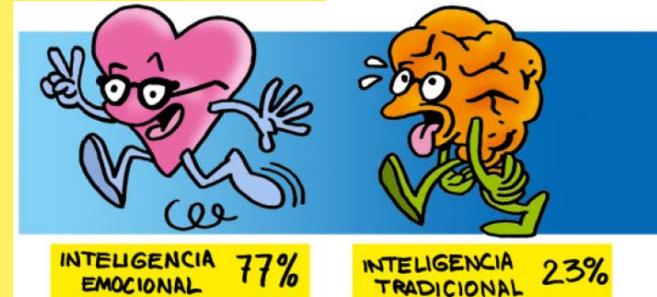


# INTELIGENCIA EMOCIONAL



Capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones  
*(Daniel Goleman)*

ÉXITO



# COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES

Las investigaciones muestran las implicaciones de las competencias socio-emocionales en el desarrollo humano:

## Estudiantes:

aprendizaje (Barchard, 2003; Fernández-Berrocal, 2004), disminución agresividad en entornos educativos (Moriarty, 2001) y desarrollo de la carrera (Repetto, 2003)

## Trabajadores:

liderazgo efectivo (Segal, 2002), afrontamiento estrés laboral (Bar-On, 2000), incremento desempeño laboral (Wong y Law, 2002)

## Personas a lo largo de la vida:

salud mental (Taylor, 2002), satisfacción en la vida (Palmer, 2001) y calidad de vida (Chernis, 2000)

¿Son **negativas** las  
**emociones?**



# EL ESTRÉS es NEGATIVO



# ¿Es **NEGATIVO** el **ESTRÉS**?



# ¿Es **NEGATIVO** el **ESTRÉS**



[www.tonterias.com](http://www.tonterias.com)

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

## Visión tradicional

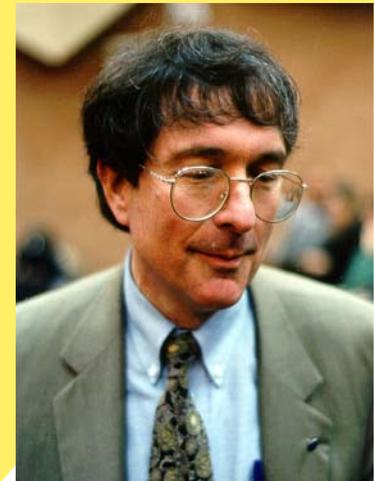
- La inteligencia como una capacidad general o factor "g" (inteligencia monolítica) (Spearman, Burt, Vernon, Cattell, Carroll, Jensen, Hebb, Gustafsson, Ackerman, Eysenck)
- La inteligencia como un conjunto de aptitudes mentales o capacidades cognitivas (Thurstone, Guilford, Gardner, Sternberg, Epstein)

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

La teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner (1983)

- LÓGICO-MATEMÁTICA
- VERBAL
- ESPACIAL
- MUSICAL
- CORPORAL-CINESTÉSICA
- INTERPERSONAL
- INTRAPERSONAL
- + ...
- NATURALISTA ?
- ESPIRITUAL ?

→ Inteligencia Emocional



# IV. LAS COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES



# CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

## Conceptos clave:

Inteligencia Cognitiva vs. Inteligencia Emocional  
(potencial)

Rendimiento Académico vs. Rendimiento Emocional  
(demostración de la capacidad puesta en práctica)

Competencia Académica vs. Competencia Emocional  
(standard de rendimiento óptimo; nivel ideal de rendimiento)



## CONCEPTO DE COMPETENCIA

Competencias  
GENÉRICAS



Competencias  
ESPECÍFICAS

**Genéricas:** sirven para cualquier actividad profesional, dada su posible transferibilidad a diferentes contextos y situaciones.

Ej: competencias sociales y/o emocionales

**Específicas:** son aquellas cuyo contenido está ligado a un área específica de trabajo y a una actividad concreta; son poco transferibles y se adquieren en la especialización profesional.

Ej. Cortador de telas, operador de máquinas de café.

# INTELIGENCIA EMOCIONAL



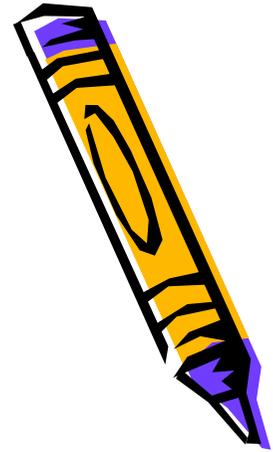
- Definición inicial del constructo (Salovey y Mayer, 1990):  
*"una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos"*.
- Cuatro etapas en la breve historia de la IE:
  - 1) **Bases y fundamentación teórica**, aparición de modelos y descripción de componentes fundamentales. (i.e. Mayer y Salovey, Goleman, Bar-On...)
  - 2) **Creación de medidas** e instrumentos de evaluación para evaluar el nivel de IE de forma fiable. Proliferación inicial y progresivo consenso
  - 3) **Estudios empíricos** sobre validez predictiva, incremental y de constructo y sus relaciones con otras variables criterios relevantes
  - 4) **Programas de formación en competencias**



# CLASIFICACIÓN DE LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES

MAYER Y SALOVEY (1997)

- ✚ **PERCEPCIÓN, VALORACIÓN Y EXPRESIÓN DE LA EMOCIÓN**  
(identificación de nuestras emociones y las de otros; capacidad de expresar correctamente nuestros sentimientos)
- ✚ **EMOCIÓN COMO FACILITADORA DEL PENSAMIENTO**  
(las emociones nos permiten atender a la información relevante, facilitan la toma de decisiones, así como el cambio de perspectiva)
- ✚ **COMPRENSIÓN Y ANÁLISIS DE LAS EMOCIONES**  
(capacidad para etiquetar las emociones, entender las relaciones existentes entre ellas y las situaciones en que aparecen; comprensión de emociones complejas)
- ✚ **REGULACIÓN DE LAS EMOCIONES**  
(habilidad para estar abierto a los estados emocionales positivos y negativos; destreza para conducirlos adecuadamente)

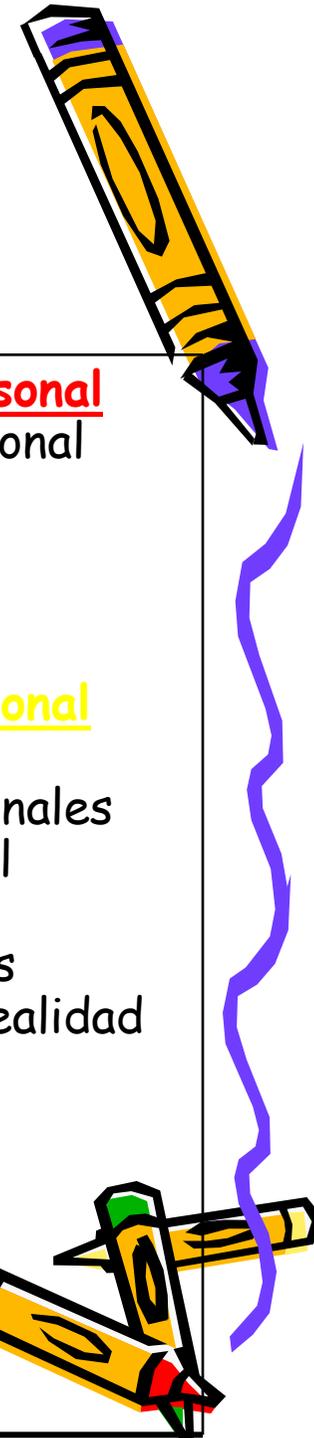


# Medidas de IE

## Boyatzis y Bar-On

Emotional Competence Inventory  
(Boyatzis, Goleman y Rhee)

EQ-I de Bar-On



<p><b><u>Auto-conciencia</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Conciencia emocional</li> <li>-Evaluación uno mismo</li> <li>-Auto-confianza</li> </ul>	<p><b><u>Auto-manejo</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Empatía</li> <li>- Orientación al servicio</li> <li>-Comprensión organizat.</li> </ul>
<p><b><u>Conciencia Social</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Autocontrol</li> <li>-Fidelidad</li> <li>-Coherencia</li> <li>-Adaptabilidad</li> <li>-Orientación al logro</li> <li>-Iniciativa</li> </ul>	<p><b><u>Manejo Relaciones</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Orientación al logro</li> <li>-Liderazgo</li> <li>-Influencia</li> <li>-Comunicación</li> <li>-Manejo de Conflictos</li> <li>-Impulso al cambio</li> <li>-Des. de relaciones</li> <li>Trabajo en equipo</li> </ul>

### **Inteligencia Intrapersonal**

- Autoconciencia emocional
- Autoestima
- Asertividad
- Auto-actualización
- Independencia

### **Inteligencia interpersonal**

- Empatía
- Relaciones interpersonales
- Responsabilidad social

### **Adaptación**

- Solución de problemas
- Comprobación de la realidad
- Flexibilidad

### **Gestión del estrés**

- Tolerancia al estrés
- Control de impulsos

### **Humor General**

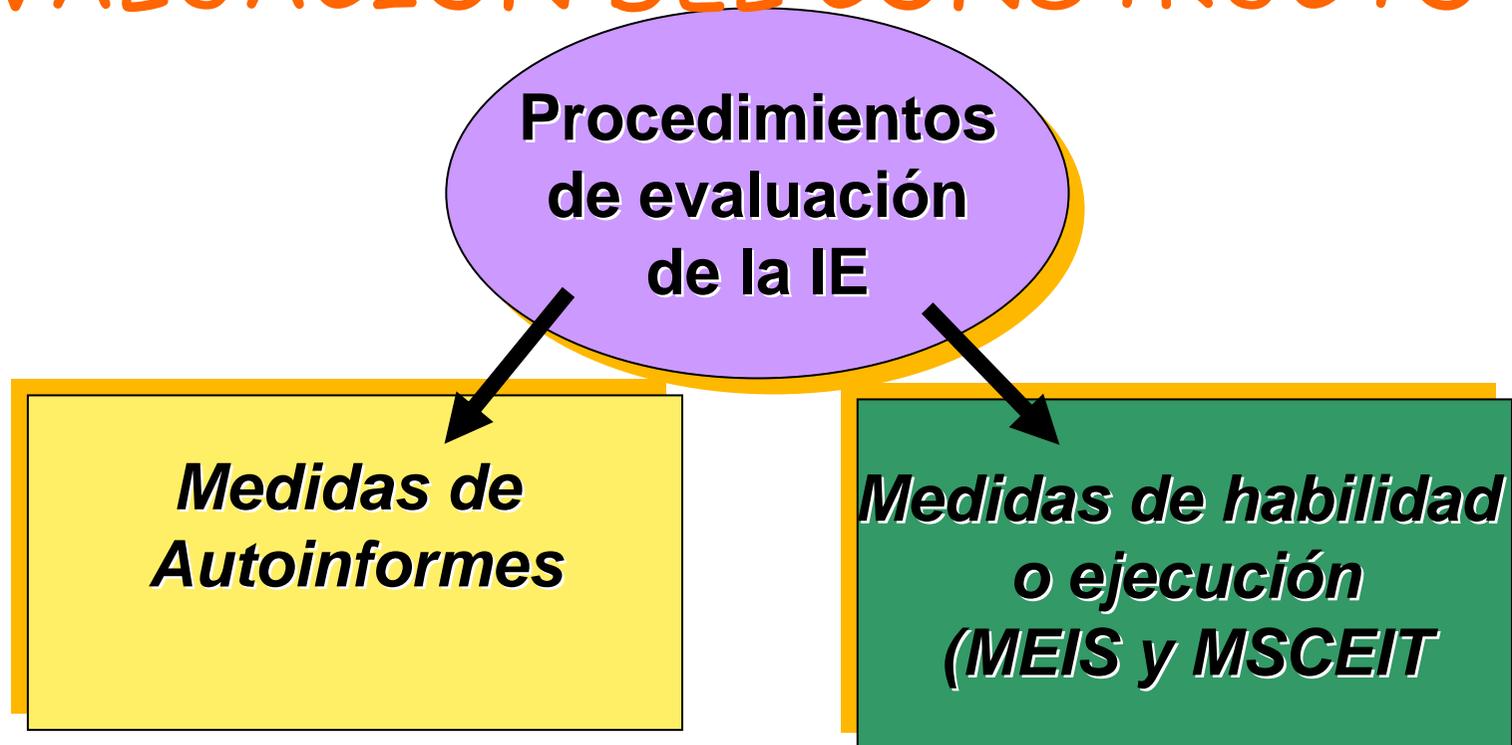
- Felicidad
- Optimismo

# INTELIGENCIA EMOCIONAL EVALUACION DEL CONSTRUCTO

- La consolidación de este campo y el desarrollo teórico recae en la creación y calidad de medidas fiables y rigurosas
- La forma de medición condiciona el modelo teórico de partida para los investigadores
- Progresivo consenso de los autores entre los diferentes acercamientos de medición
  - Medidas de auto-informe vs. Medidas de habilidad
  - Medidas rasgo vs. Medidas de procesamiento emocional

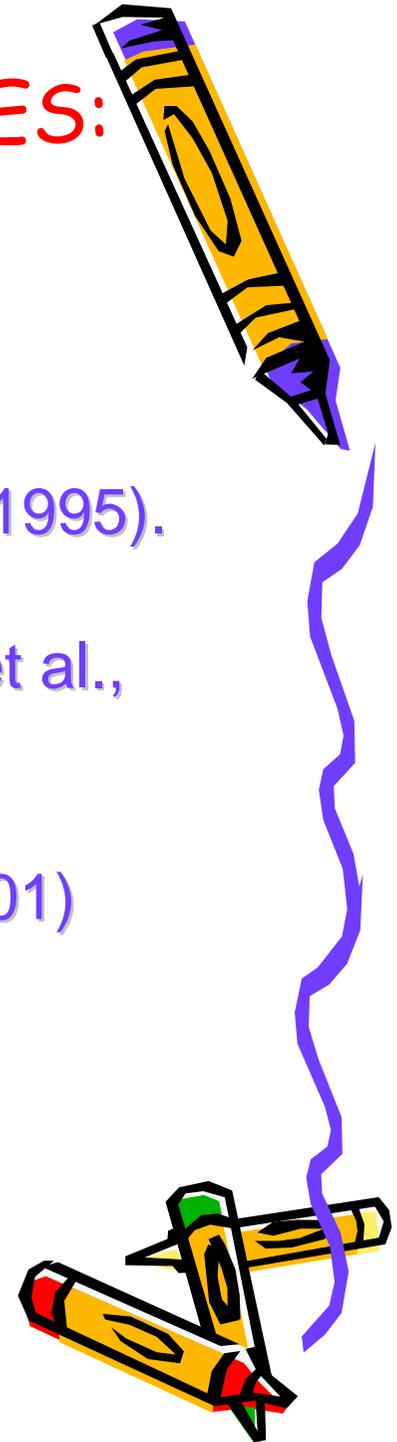


# INTELIGENCIA EMOCIONAL EVALUACION DEL CONSTRUCTO



# MEDIDAS DE AUTO-INFORMES: EVALUACION DE HABILIDADES EMOCIONALES BÁSICAS

- ✓ Trait Meta-Mood Scale (TMMS; Salovey et al., 1995).
- ✓ Schutte Emotional Intelligence Scale (Schutte et al., 1998).
- ✓ Emotional Intelligence Inventory (EII; Tapia, 2001)



# MEDIDAS DE AUTO-INFORMES: EVALUACION DE HABILIDADES EMOCIONALES BÁSICAS

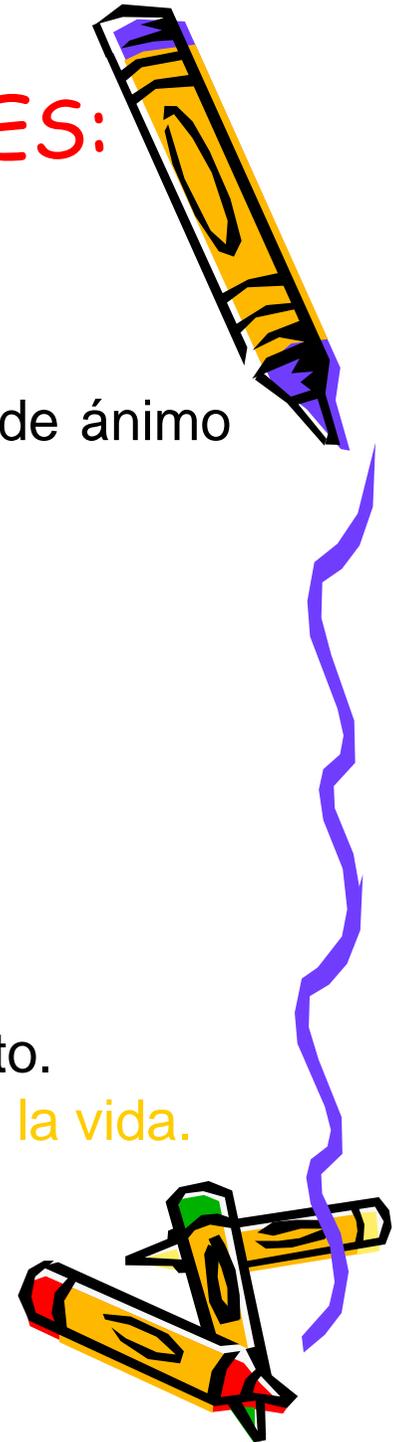
- ✓ Enunciados verbales cortos sobre los propios estados de ánimo que el sujeto debe valorar en escalas tipo Lickert
- ✓ 30 a 40 items
- ✓ 10 minutos en responder

Ejemplos:

Presto mucha atención a los sentimientos.

Tengo bastante claro mis sentimientos o lo que siento.

Cuando estoy triste pienso en todos los placeres de la vida.



# MEDIDAS DE HABILIDAD

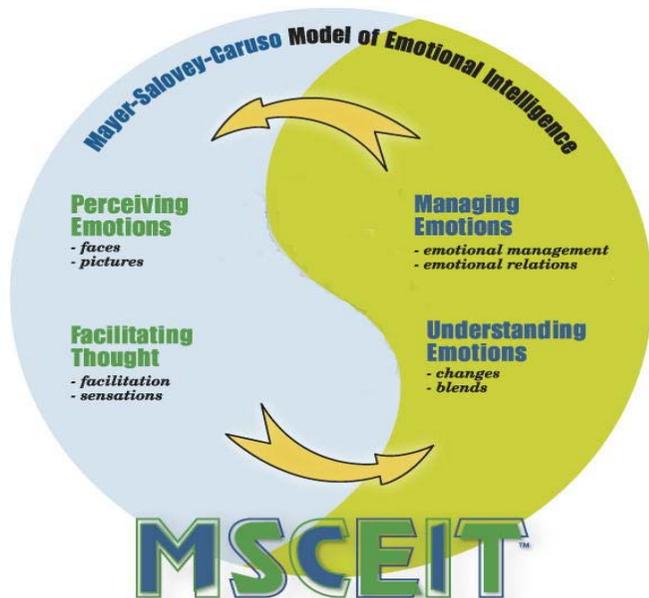
MULTIFACTOR EMOTIONAL INTELLIGENCE SCALE  
(MEIS; Mayer et al., 1999)

MAYER SALOVEY CARUSO EMOTIONAL INTELLIGENCE  
TEST (MSCEIT; Mayer et al., 2002)

- Tareas emocionales de ejecución que el sujeto debe realizar

Cuatro factores:

- Percepción emocional
- Asimilación emocional
- Comprensión de las emociones
- Regulación emocional



# VENTAJAS Y DESVENTAJAS

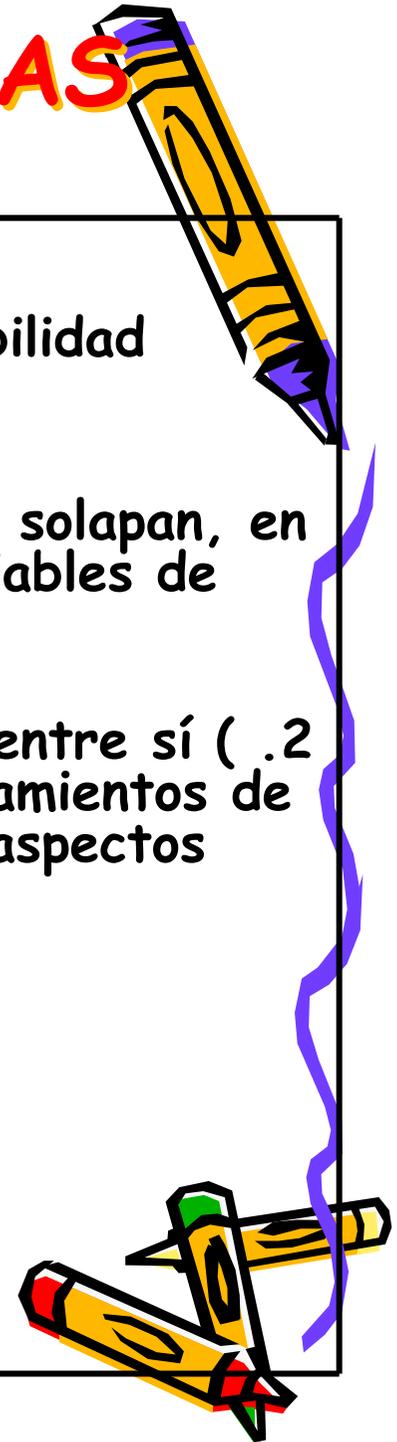
## Medidas de auto-informe

### Ventajas

- Proporciona una rápida estimación de los niveles percibidos en determinadas habilidades emocionales
- Más cortos y menos tiempo
- Instrucciones sencillas
- Coste mínimo (papel y lápiz)

### Inconvenientes

- Problemas de deseabilidad social.
- Los índices de IE se solapan, en cierto grado, con variables de personalidad.
- Bajas correlaciones entre sí (.2 y .3) debido a planteamientos de partida diferentes o aspectos emocionales distintos.



# VENTAJAS Y DESVENTAJAS

## Medidas de habilidad

### Ventajas

- Proporciona una medida de la IE actual o de los niveles de conocimiento para utilizar estrategias emocionales
- Acercamiento similar al utilizado con inteligencia clásica
- Dificultad para sesgar las respuestas

### Inconvenientes

- Son más extensos e implican mayor número tareas
- Problemas de Cansancio
- No requiere un nivel de insight pero difícilmente evalúa vivencias internas y procesos de conciencia emocional
- Mayor gasto en recursos tanto para la versión de papel como la informatizada



# PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN SOCIO-EMOCIONALES EN ESPAÑA



**Programa para la formación de competencias socio-emocionales  
a través de las prácticas en empresa**

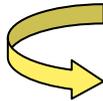
**Repetto (2004-2007): Proyecto I+D, financiado por el MEC**



**Programa educación emocional: propuestas para tutoría E.S.O.**  
**Blasco, Bueno, Navarro y Torregrosa (2003)**



**Educación emocional. Programa de actividades para ESO:**  
**Vicent Pascual Ferris y Monserrat Cuadrado Bonilla (2001)**



**Desconóctete a ti mismo. Programa de alfabetización emocional.**  
**Manuel Güell Barceló y Joseph Muñoz Redon (2000)**



**Desarrollando la inteligencia emocional. Programa para el  
desarrollo de la Inteligencia emocional (D.I.E.)**  
**Antonio Vallés Arándiga y Consol Vallés Tortosa (1998)**



**Programa S.I.C.L.E (Siendo Inteligentes Con Las Emociones)**  
**Vallés Arándiga (1999)**



# INTERVENCIÓN POR PROGRAMAS

## Concepto de programa:

Toda actividad preventiva, evolutiva, educativa o remedial que, teóricamente fundamentada, planificada de modo sistemático y aplicada por un conjunto de profesionales de modo colaborativo, pretende lograr determinados objetivos en respuesta a las necesidades detectadas en un grupo (Repetto, 2002)

## Ventajas de la intervención por programas:

1. Énfasis en el principio de prevención
2. Se estructura por objetivos y permite un seguimiento y evaluación
3. Promueve la participación activa de los sujetos
4. Optimiza los recursos
5. Requiere una implicación de todos los agentes educativos
6. Se aproxima a la realidad a través de experiencias y simulaciones



- Intervenciones psicopedagógicas en EE.UU. -

## - CASEL -

(The Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning)



Fundada en 1994



**Misión:** Establecer el aprendizaje social y emocional como parte esencial de la educación desde preescolar hasta Bachillerato



Sede central: **University of Illinois al Chicago (UIC)**

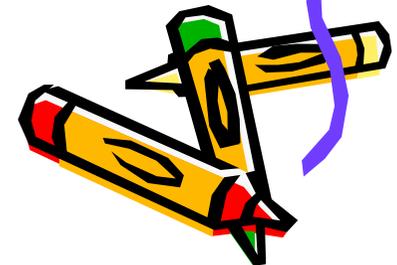
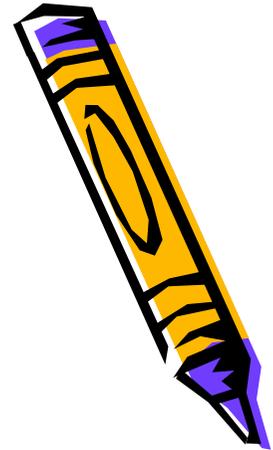


Agrupación en torno a sí más de 250 programas, ofreciendo una guía de 80 de ellos.



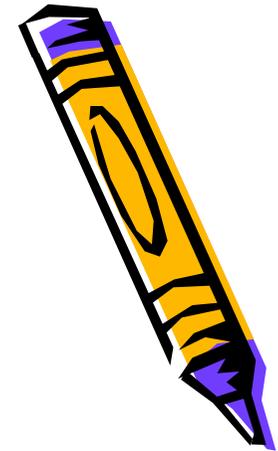
**Competencias** que pretenden desarrollar con estos programas:

- Conocimiento de sí mismo
- Conocimiento de los demás
- Autocontrol
- Habilidades sociales
- Entrenamiento en toma de decisiones



# PROMOTING ALTERNATIVE THINKING STRATEGIES (PATHS)

(Greenberg, Kusche, Cook & Quamma, 1995)



OBJETIVOS	RESULTADOS
<ul style="list-style-type: none"><li>• Desarrollar la capacidad de comprender, expresar y regular las emociones</li><li>• Ponerse en el lugar del otro</li><li>• Resolución de conflictos</li></ul>	<p>Eficacia en los estudiantes:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aumento de vocabulario referido a experiencias emocionales (68 %)</li><li>• Aumento de la comprensión de las emociones, propias y ajenas (empatía)</li><li>• Buen manejo de las emociones</li><li>• Los profesores comentan el descenso de conductas agresivas (32 %)</li></ul>

