

INTELIGENCIA EMOCIONAL: ESENCIA DE LA PRÁCTICA DOCENTE

EMOTIONAL INTELLIGENCE: THE ESSENCE OF TEACHING PRACTICE

María Antonia Aponte Acosta

Magíster Scientiarum en Educación Especial Integral (ULAC 2019). Docente Aula V con 18 años de servicio, Escuela Primaria Bolivariana EPB Tinaco, Cojedes. Apontemaria04@gmail.com

Yilvia Noheliz Sánchez Machado

Magister Scientiarum en Educación Especial (ULAC-2016). nohelizs3@gmail.com. Docente V EIE “Yraida Calvo.

Autor de correspondencia: Apontemaria04@gmail.com

Recibido: 20/10/2025 **Admitido:** 11/11/2025

RESUMEN

El presente artículo científico tiene como propósito argumentar la importancia de la inteligencia emocional como esencia de la práctica docente, apoyando en la metodología de una investigación bibliográfica o documental. Cabe destacar que la idea del presente artículo científico surge de las vivencias y experiencias de los docentes en la EPB Tinaco. En este sentido, la revisión documental ha permitido la comprensión de la inteligencia emocional como una teoría necesaria para llevar a cabo de manera armónica las actividades diarias en una comunidad educativa.

Palabras clave: inteligencia emocional, práctica docente, educación.

ABSTRACT

The purpose of this scientific article is to argue the importance of emotional intelligence as an essential element of teaching practice, based on the methodology of bibliographic and documentary research. It should be noted that the idea for this scientific article stems from the experiences of teachers at EPB Tinaco, where I serve as an integrated classroom teacher. In this sense, the documentary review has allowed us to understand emotional intelligence as a necessary theory for harmoniously carrying out daily activities in an educational community.

Keywords: emotional intelligence, teaching practice, education.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad se ha visto un sinnúmero de cambios en las diversas áreas del ser humano como en la tecnología, la medicina, en la genética, en los sistemas de comunicación y sin contar todos los descubrimientos científicos que se han llevado a cabo a lo largo de la historia; todas estas

modificaciones que se han efectuado en el entorno de las personas, en cierta medida influyen en el desarrollo del ser humano en todos sus ámbitos, destacando el área familiar, social e institucional los cuales determinan el desenvolvimiento de su vida. Desde la experiencia

educativa es considerable destacar la importancia que adquiere el rol docente en su práctica pedagógica, ya que su desempeño exige un alto nivel de sensibilidad a las emociones propias y de sus estudiantes, facilitando así una óptima calidad de las relaciones interpersonales que se dan en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Según Daniel Goleman (1996), se refiere a la capacidad de reconocer y manejar las emociones propias y ajenas, y de utilizar esta información para guiar el pensamiento y las acciones. En el contexto de la práctica docente, la inteligencia emocional se considera crucial para el éxito en el aula, tanto en la gestión del grupo como en la interacción con los estudiantes; es entonces donde se visualiza la necesidad de que las y los docentes desarrollen necesariamente su Inteligencia Emocional para mejorar los procesos de enseñanza-aprendizaje en sus espacios. Este artículo científico se apoya en una investigación bibliográfica que según Méndez (2008), es un proceso mediante el cual recopilamos conceptos con el propósito de obtener un conocimiento sistematizado, se dice que la información es el alimento del conocimiento, ya que necesitamos información y comunicación para nutrirlo y sostenerlo.

Debido a lo anteriormente planteado, en el curso del presente artículo se expondrán los resultados más importantes obtenidos de esta investigación con el fin de entregar evidencia contundente que dé sustento a la importancia del

desarrollo de la Inteligencia Emocional en los docentes, para que luego, estos puedan educar emocionalmente a sus estudiantes y mejorar así los procesos de aprendizaje en el aula y en la vida en general.

METODOLOGÍA

El presente artículo se realizó con una revisión de diversas bibliografías, según (Andreina Matos Avala. 2012), La investigación bibliográfica o documental consiste en la revisión de material bibliográfico existente con respecto al tema a estudiar. Se trata de uno de los principales pasos para cualquier investigación e incluye la selección de fuentes de información. También ayuda a comprender el estado actual de los conocimientos sobre un tema de investigación y orienta al investigador hacia terrenos inexplorados. Una buena revisión bibliográfica orienta a responder preguntas como qué aportación hará esta investigación a la comunidad científica y por qué es algo nuevo e interesante que merece la pena seguir investigando.

REVISIÓN ARGUMENTAL

La inteligencia emocional se define como la capacidad el individuo de gestionar inteligentemente sus emociones. Esta se puede considerar una de las habilidades psicológicas a consolidar desde el ámbito educativo. Que el individuo pueda comprender y manejar adecuadamente sus emociones debe ser una de las competencias a desarrollar entendiendo que no se trata de

reprimirse, sino, por el contrario, que pueda expresarlas de forma coherente y consiente.

(Goleman.1995:59) sostiene que las competencias emocionales se dividen en dos categorías: intrapersonales e interpersonales. Las primeras se refieren a la relación que establecemos con nosotros mismos y la segunda a las relaciones que tenemos con los demás. Todo empieza por uno mismo. Es difícil de creer que alguien que se lleva mal consigo mismo pueda tener buenas relaciones con los demás.

Igualmente (Delors. 1997:91) afirma que los centros educativos tienen como objetivo fundamental, no que sus alumnos sepan muchos contenidos, sino, sobre todo, que aprendan a ser personas, que aprendan a convivir con los otros y a actuar de forma productiva. Por tal motivo, el sistema de enseñanza busca ofrecer una educación de calidad en donde se asegure un óptimo proceso de aprendizaje y desarrollo de habilidades, así como de actitudes que permitan el desarrollo de una persona capaz de participar en la vida social, tomar decisiones asertivas que aportan bienestar a su vida y a la de los demás. Para garantizar lo anterior, el profesional de la educación debe asumir el compromiso de enfrentar los retos que surgen.

En esta investigación que contiene términos y conceptos sobre la inteligencia emocional como desde la antigüedad se tenía presente este tema esta inteligencia ayuda al ser humano a poder controlar sus emociones agradables y desagradables para

poderlas convertir en positivas y saberlas sentir, expresar y manejar para poder lograr aumentar su capacidad de amar y entender al prójimo ya que gran parte del éxito de una persona debe ser su inteligencia emocional a la hora de realizar y ejecutar sus emociones y actividades.

Al respecto, (Mayer, Salovey y Caruso. 2000), referenciados por (Bisquerra. 2023), conciben la inteligencia emocional como un entramado de cuatro elementos interconectados: La percepción emocional, pues estas se captan y se expresan; la integración emocional: ya que interactúan con el sistema cognitivo influenciándolo, se da la integración emoción-cognición; la comprensión emocional, involucra el entendimiento y razonamiento de las señales emocionales en el proceso de interrelación, y sus implicaciones para la misma relación; la regulación emocional, donde los pensamientos coadyuvan al crecimiento emocional, intelectual y personal

En el mismo orden de ideas (Goleman.1998:103), siendo el autor más representativo, expresa que existen cinco componentes en la inteligencia emocional las cuales se constituyen en competencias que determinan el modo en que el ser humano se relaciona consigo mismo y con los demás: auto-conciencia, autorregulación, automotivación, empatía y habilidad social. Por lo que, en ese orden, si el individuo se conoce mejor entendiendo sus debilidades y fortalezas, regula sus reacciones a los estímulos y mantiene la calma, se motiva

poniendo en práctica la resiliencia para lograr sus metas, expresa asertividad por el otro entendiendo sus sentimientos y potencia sus habilidades personales a socializar siendo empático en sus opiniones, entonces tiene la posibilidad de destacarse en su inteligencia emocional. Lo planteado, conlleva a pensar que, en el contexto educativo, tanto para el educando como para el docente, expresar con libertad las emociones implica ser empático y saber escuchar dando la atención necesaria a cada caso.

Entender que muchas veces las cosas no saldrán como se quiere, sin embargo, es menester vivir la emoción y entenderla, practicar el autocontrol y la regulación de estas. Con respecto a las emociones, se tiene que la Universidad de Alicante, en su instructivo de la Cátedra de Introducción a la Psicología, expone que la emoción:

- Se considera respuesta de todo el organismo que implique: una excitación fisiológica; conductas expresivas y una experiencia consciente.
- Es la reacción subjetiva al ambiente acompañada de respuesta neuronal y hormonal; se consideran reacciones de tipo adaptativo que afectan a nuestra manera de ser. Implica además de cambios orgánicos, de origen innato influidos por la experiencia.
- En el ser humano, la experiencia de una emoción involucra un conjunto de cogniciones, actitudes y creencias sobre el

mundo, que utiliza para valorar una situación concreta e influyen en el modo en el que se percibe dicha situación (Universidad de Alicante 2009)

Para (Alonzo.2012:34), la emoción es un constructo psicológico, que se utiliza para describir cuatro ámbitos de la experiencia. En tal sentido: la experiencia fisiológica, son respuestas que se ponen en marcha ante determinados estímulos externos, adaptando el organismo al ambiente; la experiencia afectiva-subjetiva, pues, posibilita el sentir de un modo determinado; la experiencia expresiva, permite la comunicación de sentimientos a través de gestos y posturas (faciales y corporales); y la experiencia funcional, puesto que responden a los motivos o intereses del individuo. Considerando lo planteado, es necesario indicar que, según Goleman, citado por (Bello 2021: 105), la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer las emociones, tanto propias como ajenas, y de gestionar la respuesta ante ellas.

Cabe destacar que, la inteligencia emocional es conocida también como el conjunto de destrezas que posibilitan la adaptación de la persona ante las situaciones imprevistas. Los autores afirman que tiene que ver con la confianza y seguridad en sí mismo, el manejo emocional y la automotivación para lograr objetivos. Entender los sentimientos de los otros, tratar las relaciones y tener el poder de influir en ello es sin duda tarea primordial para conseguir cambios positivos en el entorno en que

se vive. Los niños son más flexibles, experimentan las emociones negativas, pero son capaces de reaccionar ante ellas.

Estos datos evidencian la necesidad de abordar la educación emocional como una forma de prevención inespecífica de una variedad de situaciones que implican conductas de riesgo, y estados de negativo impacto en la salud, como el estrés, la depresión y otros. Al mismo tiempo, apuntan hacia la necesidad no solo de prevenir, sino de fomentar los recursos necesarios para el logro de un comportamiento ajustado a las demandas sociales, si bien se han obtenido resultados muy alentadores. Los programas dirigidos a la educación de la inteligencia emocional no siempre se apoyan en una visión más general del desarrollo, y que en opinión de la autora ofrece la concepción histórico-cultural. De aquí que la educación de la inteligencia emocional la concebimos como un proceso educativo dirigido al desarrollo de capacidades emocionales. Este proceso es vivencial, interactivo y culturalmente organizado, por lo que tiene lugar bajo la dirección del adulto en el marco de la zona de desarrollo potencial del educando con la finalidad de contribuir a su desarrollo personal.

REFLEXIONES DE CIERRE

Es importante señalar que el educador es un recurso importante en el contexto educativo ya que se considera un modelo a seguir en el control de las emociones sin embargo para ello es necesario su formación profesional en beneficio del

desarrollo de sus estudiantes como protagonista de la comunidad educativa. El presente estudio se planteó en virtud de argumentar las implicaciones básicas de la inteligencia emocional, la motivación y el desarrollo cognitivo en el proceso educativo. Siendo consultado para ello, diversos documentos los cuales han contribuido a entender y consolidar el fenómeno de la inteligencia emocional.

Cabe destacar que algunas de las revisiones documentales han permitido entender la importancia de controlar las emociones debido que el conocimiento emocional del docente es un aspecto fundamental para el aprendizaje y el desarrollo de las competencias en los alumnos porque el profesor se convierte en un modelo de aprendizaje a través del cual el estudiante aprende a razonar, expresar, y regular todas esas pequeñas incidencias y frustraciones que transcurren durante el largo proceso de aprendizaje en el aula. El desarrollo de las habilidades de inteligencia emocional en el profesorado no sólo servirá para conseguir alumnos emocionalmente más preparados, sino que además ayudará al propio profesor a adquirir habilidades de afrontamiento.

De este modo, los docentes emocionalmente más inteligentes, es decir, aquellos con una mayor capacidad para percibir, comprender y regular las emociones propias y la de los demás, tendrán los recursos necesarios para afrontar mejor los eventos estresantes de tipo laboral y manejar más adecuadamente las respuestas emocionales negativas que frecuentemente surgen en las

interacciones que mantienen con los compañeros de trabajo, los padres y los propios alumnos. De esta manera, la inteligencia emocional, la motivación y el desarrollo cognitivo se constituyen en los aspectos fundamentales a fomentar en el aula a fin de garantizar la integralidad del momento educativo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barrantes, R. (2013). Métodos de estudio a distancia e investigación: módulo de investigación: a la búsqueda del conocimiento científico. San José, EUNED.
- Bisquerra, R. (2001). Educación emocional y bienestar. (6ª Ed.). Barcelona: Wolters Kluwer
- Bisquerra, R. (2008). Educación para la ciudadanía. El enfoque de la educación emocional. Madrid: Wolters Kluwer
- Bisquerra, R. (s/f). <http://www.rafaelbisquerra.com/es/>.
- Gardner H. (Apud. Goleman D.). La inteligencia emocional. Javier Vergara Editor S.A.; 1996. p. 59.
- Shapiro L E. La inteligencia emocional de los niños.
- Delors, Jacques (1994). "Los cuatro pilares de la educación", en La Educación encierra un tesoro. México: El Correo de la UNESCO, pp. 91-103.
- Salovey, P, Mayer, J y Caruso, D. (2000). Model of Emotional Intelligence. Artículo en Handbook of Intelligence. Cambrigde, UK: Cambrigde University Press
- Universidad de Alicante (2009). Introducción a la Psicología: La motivación y emoción. [Introduction to Psychology: Motivation and emotion].
- Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Vicerrectorado de Investigación y Postgrado. (2006). Manual de trabajos de grado de especialización y maestría y tesis doctorales. Caracas.