

La inteligencia emocional en la educación superior. Una experiencia preliminar.

Emotional intelligence in higher education. A preliminary experience.

Zoe Bello Dávila <https://orcid.org/0000-0002-3207-5256>

Facultad de Psicología Universidad de la Habana. Cuba

zoe@psico.uh.cu

Resumen

En el contexto del perfeccionamiento de la educación superior que aspira a una formación de profesionales competentes, se impone una formación más integral, que contemple no sólo la formación técnica e incluso de valores, sino además, de recursos personales que permitan dar respuestas a las demandas de un entorno que exige no solo gestionar los conocimiento, si no, los recursos emocionales que propicien la respuesta que en los distintos escenarios impone la vida profesional. El presente trabajo tiene como objetivo exponer las experiencias de inclusión del tema relativo a la inteligencia emocional como contenido del currículo universitario. Los resultados mostraron el interés de los destinatarios por el tema, y pueden apoyar la implementación de estrategias dirigidas a la educación de competencias emocionales en estudiantes universitarios como parte de los perfiles de competencias a los que hoy se enfoca la formación universitaria.

Palabras claves

Inteligencia emocional, educación superior, competencias emocionales

Abstract

In the context of the improvement of higher education that aspires to the training of competent professionals, a more comprehensive training is required, which includes not only technical training and even values, but also personal resources that allow

responding to demands of an environment that requires not only managing knowledge, but also the emotional resources that propitiate the response that in different scenarios imposes professional life. The present work has as objective to expose the experiences of inclusion of the topic related to the emotional intelligence like content of the university curriculum. The results showed the interest of the recipients for the topic, and can support the implementation of strategies aimed at the education of emotional competencies in university students as part of the competency profiles that the training focuses on today.

Keywords

Emotional intelligence, higher education, emotional competencies

INTRODUCCIÓN

Entre los contenidos de nuestra vida psíquica, de forma preferencial se responsabiliza a la inteligencia con el buen desempeño, con garantizar la respuesta exitosa. Tradicionalmente la idea de más fuerza ha sido concebir la inteligencia en términos de un “intelecto de una sola pieza”, identificado con una racionalidad lógico formal, expresado en un cociente intelectual (C.I.), con cierto valor predictivo para el desempeño académico. Sin embargo, una concepción multidimensional de la inteligencia permite ver a ésta más allá de la razón y la academia, y sustenta la idea de que distintos problemas requieren de distintas inteligencias, lo que implica que hay muchas maneras de tener éxito y muchas vía para lograrlo (Gardner 2001, Bello 2017).

El concepto de inteligencia responde a un criterio de valor en tanto es una conducta intencionada dirigida a la satisfacción de demandas sociales impuestas por un contexto, en un momento determinado. En este sentido es un hecho que hoy no solo se nos evalúa por lo que sabemos acerca de un dominio específico, sino además por la manera en que lidiamos con la afectividad respecto a nosotros mismos y los demás. Este nuevo criterio centra su atención en cualidades personales como el autodominio, formar equipo y

adaptarnos a los cambios, que marca diferencias entre aquellos con igual preparación o con similares CI.

En respuesta a esta demanda aparece la teoría de la inteligencia emocional partiendo de la idea que el manejo adecuado de las propias emociones y la de los demás, constituye un recurso inteligente, el objetivo es reconocer la participación de las emociones en el logro de un desempeño exitoso. La salida práctica ha sido de gran impacto al plantear que las capacidades emocionales constituyentes de la Inteligencia Emocional (IE) se pueden educar por lo que hoy son numerosas las experiencias dedicadas a promover este tipo de educación basadas en las ventajas que la misma aporta al desenvolvimiento de la vida en general.

La aspiración de un profesional competente debe contemplar el fomento del componente emocional junto a otros objetivos como el desarrollo intelectual o técnico, moral y otros. En la actualidad, el ejercicio profesional está signado por el entrecruzamiento de las disciplinas, el trabajo en equipo, la utilización de diferentes fuentes de conocimiento, prontitud de las respuestas y la puesta en práctica de lo aprendido en un ambiente cambiante de fuertes relaciones interpersonales, que exigen o solo saber, sino saber ser y saber convivir. Se trata no solo de dominar un campo del conocimiento, sino de saber aplicarlo en ajuste a demandas del entorno, de manera que no es suficiente saber qué, sino cuando y como para lo cual, las competencias emocionales pueden ser una buena brújula.

El objetivo del presente trabajo es mostrar las experiencias de la inclusión del tema de la inteligencia emocional en dos asignaturas, con estudiantes de la Universidad de la Habana.

DESARROLLO

Cada vez se reconoce más que las capacidades técnicas y las intelectuales medidas en términos de Cociente Intelectual (CI) no son suficientes para hacer frente a la vida. Con frecuencia somos testigo de las reacciones emocionales negativas o inadecuadas que caracterizan la conducta de muchas personas que exhiben un alto CI, que comprometen la eficacia de su labor, mientras otras, con un desarrollo intelectual no tan alto, logran un desempeño exitoso, acompañado de la facilidad para mediar ante conflictos, lidiar con las diferencias y trabajar bajo presión, en los cuales las emociones modelan la conducta y son

ejemplos de la funcionalidad de las emociones en la regulación de la conducta humana (Lazarus 1991).

El término de inteligencia emocional pretende un acercamiento en la comprensión de la relación entre emoción y razón y resulta de un desarrollo o avance en las teorías de la inteligencia y como reconocimiento al hecho de que la regulación emocional aparece asociada a la satisfacción de exigencias que las nuevas condiciones sociales le imponen al desempeño exitoso en distintas áreas de actuación.

Los estudios aportan evidencias de la relación entre la inteligencia emocional y el ajuste psicológico en el enfrentamiento de tareas de la vida cotidiana incluyendo el rendimiento laboral y actitud hacia el trabajo (Lopes, Grewal, Kadis, Gall and Salovey, 2006).

Se defiende la idea de la incorporación de la inteligencia emocional en la educación (Fernández-Berrocal, Extremera y Ruiz, 2008) en tanto las dimensiones de la inteligencia emocional se vinculan al rendimiento académico en poblaciones de diversos niveles escolares incluyendo los universitarios (Pérez y Castejón 2002). Estas capacidades tienen un peso importante en el ajuste socio-escolar (Jiménez y López-Zafra, 2009) y la satisfacción con las relaciones interpersonales entre el grupo de coetáneos (Bello 2015) y hay quienes la relacionan con el logro de la felicidad y el bienestar en niños y adolescentes (Fernández-Berrocal y Extremera 2009). La ausencia de capacidades socio-emocionales aparece implicada en la aparición de patrones de conductas de agresión hacia los otros o autodestructivos, que comprometen tanto la estabilidad social como personal (Suarez-Colorado 2012, Meneses y Bello 2013).

Se podría decir entonces que el buen manejo emocional resulta una herramienta que funciona como mediador pertinente, para en cada edad o escenario, cumplir con importantes demandas sociales, que se asocia al bienestar, salud, calidad de vida y alto desempeño.

El estudio de la inteligencia emocional ha sido abordado desde distintos modelos que destacan diferentes aspectos. Pero más allá de las diferencias conceptuales, estos modelos, destacan elementos comunes como: la importancia del manejo del mundo intrapersonal e

interpersonal, la insuficiencia del intelecto para operar sin la IE, el balance entre la razón y emoción y hacen referencia a elementos componentes como el autoconocimiento, la regulación emocional y las habilidades sociales (Rajeli, G.2005).

En este trabajo se asume el modelo de Goleman que tiene sus raíces en diferentes fuentes como los recientes hallazgos de la neurociencias acerca de los circuitos neuronales del cerebro, que reivindican y prestigian nuestra realidad emocional como seres humanos. El autor incorpora además los aportes de investigadores como David Mc Clelland que sugiere comprobar qué “competencias” o características personales ponen en juego las personas con desempeño superior, la propuesta de Howard Gardner de la existencia de inteligencias múltiples donde incluye las inteligencias personales y asume la propuesta de Peter Salovey y John Mayer de entender la inteligencia emocional en función de cinco dimensiones: conocimiento de las propias emociones, autorregulación, motivación de uno mismo, comprensión de las emociones de los demás, y gestión de las relaciones. El autor completa su propuesta apoyándose además en las experiencias de otros investigadores como Richard Boyatzis en la aplicación práctica de modelos de desarrollo que mejoran las capacidades más intangibles y blandas del ser humano adulto (Goleman 1995, 1998).

En su propuesta la inteligencia emocional abarca cinco esferas o elementos constitutivos que son: la conciencia de uno mismo, la autorregulación, la automotivación, la empatía y el manejo de la relación y sobre la base de estas cinco dimensiones se desarrollan un conjunto de competencias que marcan el desempeño exitoso tanto en la esfera laboral, escolar, familiar o en la solución de tareas de la vida personal y social. Estas competencias son aprendidas y por lo tanto susceptibles de ser desarrolladas.

Goleman define la inteligencia emocional como: “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos” (Goleman, 1998, p.430).

Existen tres primeras dimensiones que actúan en el área intrapersonal que permiten un mayor conocimiento y mejor manejo de nuestras fortalezas y debilidades emocionales Autoconocimiento, Autocontrol y Automotivación; y otras dos que actúan en el área

interpersonal, que se refieren al manejo de las emociones ajenas en la relación interpersonal; Empatía y Manejo de relaciones.

Una breve mirada a estas dimensiones muestra un conjunto de capacidades emocionales que resultan pertinentes y necesarias para alcanzar la excelencia o el bienestar.

Autoconocimiento: Se refiere al reconocimiento de la vivencia emocional, sus causas y adecuada expresión. Es el logro de la autoconfianza, la capacidad de autorreflexión que permita una adecuada autovaloración de las fortalezas y debilidades como vía para el crecimiento personal.

Autocontrol: Es el logro del equilibrio emocional, la capacidad de reorientar los impulsos conflictivos, en aras afrontar cambios y situaciones de tensión, controlar el stress; poner límites o mantener la calma en situaciones críticas

Automotivación: Se refiere a ordenar las emocionales al servicio de un objetivo. Es el logro de la dirección, la capacidad de conducir los estados emocionales en función de una meta acompañado de optimismo, perseverancia y la flexibilidad. Es motivarse por el logro o satisfacción de un determinado criterio de excelencia.

Empatía: Hace alusión a la conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas. Es el logro de la sintonía emocional, la capacidad de ser sensible y legitimar el sentimiento ajeno, de aceptar y aprovechar el vínculo con la diversidad de personas que nos rodean.

Manejo de relación: Implica el manejo de las emociones de los demás. La capacidad para inducir respuestas deseables en los otros, persuadir, inspirar y dirigir a un grupo de personas; iniciar o dirigir los cambios; negociar y resolver conflictos; ser capaz de colaborar con los demás en la consecución de una meta común y formar equipo. Es el logro de la efectividad en el intercambio social.

Estas dimensiones guardan una relación de interdependencia entre sí que es importante tener en cuenta al momento de evaluarlas y entrenarlas, pues unas tributan al desarrollo de otras, y no todas tienen el mismo alcance, así el autoconocimiento resulta una dimensión base y el manejo de relación es la dimensión más inclusiva, en tanto las implica a todas.

El reconocimiento de los beneficios de las competencias emocionales ha promovido el desarrollo de programas de educación emocional cuyos objetivos generales van encaminados a lograr un mejor conocimiento de las propias emociones, desarrollar la capacidad para su regulación, automotivarse, minimizar o prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas; identificar y comprender las emociones de los demás y mantener relaciones afectivas provechosas, así como adoptar una actitud positiva ante la vida. Las competencias emocionales se desarrollan y expresan en la interrelación social, en un contexto cultural, ellas ponen de manifiesto el vínculo entre la persona y los que le rodean, por lo que la educación emocional tiene como objetivo desarrollar dichas competencias para contribuir al bienestar personal y social. En consecuencia, Bisquerra (2003) considera que el objetivo de la educación emocional es el desarrollo de competencias básicas para la vida.

Resulta interesante que si bien los términos de inteligencia emocional o competencias emocionales han sido abordados y discutidos desde distintas posiciones, existe un gran consenso acerca de la necesidad de su desarrollo (Bisquerra y Pérez 2012, Bello 2012,) que abarca la formación profesional (Fragoso-Luzuriaga, 2015), que ha resultado un escenario de gran interés para la puesta en práctica de novedosas estrategias dirigidas al desarrollo de competencias emocionales en la formación profesional del profesorado (Palomares 2014)

Calle y De Cleves (2011) señalan que la capacidad de desarrollar la inteligencia emocional incide de manera decisiva en la salud mental y en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, pues al disponer de recursos para manejar las dificultades emocionales, logran mejor ajuste a ambientes de trabajo de alta tensión. Estos estudiantes manifiestan menos síntomas de ansiedad social y depresión en situaciones de estrés, perciben los estresores como menos riesgosos y por tanto se recuperan de mejor manera de estas situaciones.

El desarrollo de la inteligencia emocional en la educación superior fertiliza la formación de profesionales plenos y efectivos y está en línea con los planteamientos de organismos internacionales como la UNESCO (1996) y OCDE (2011) cuando plantean que el enfrentamiento exitoso de las tareas de la vida social y en particular la profesional hace necesario, una formación integral que contemple además de los conocimientos académicos,

las habilidades socio- afectivas. Esto lleva a considerar junto a la razón, a la emoción, como un objetivo esencial de la educación.

La inclusión de la inteligencia emocional en la formación profesional compromete a todo el sistema educativo y la sociedad en general, implica un cambio de paradigma en los objetivos de la educación y es tarea de los especialistas comprometidos con el desarrollo humano contribuir a que nuestros profesionales encuentren vías de acceso a la excelencia y al bienestar.

Especial interés cobran estas ideas en el ejercicio profesional centrado en el intercambio personal, donde destaca la labor del psicólogo empeñado en el bienestar humano en el que el equilibrio emocional es piedra angular. Esto requiere de una formación previa, pues para ser capaz de manejar las emociones en el intercambio con los demás, es imprescindible alcanzar primero, parámetros de dominio en el plano personal.

METODOLOGÍA

Con el propósito de explorar en la práctica las ideas antes expuestas, se llevan a cabo dos experiencias en la Universidad de la Habana , que consisten en 1) la impartición de un curso de Inteligencia emocional para estudiantes de Psicología y 2) la inclusión del tema en una asignatura electiva a la que asisten estudiantes de diferentes carreras.

Experiencia 1: asignatura Inteligencia Emocional

Los participantes son 195 estudiantes de Psicología de 6 cursos lectivos, desde el 2013-14 hasta el 2018-19

El curso se ofrece a estudiantes de 4to año de la licenciatura en Psicología, es decir, en el penúltimo año de la carrera. Entre los objetivos generales de la asignatura se encuentran los referidos al conocimiento en general de los distintos referentes teórico-metodológicos en el estudio de la inteligencia emocional y algunas de las medidas de evaluación más utilizadas y las aplicaciones prácticas fundamentales que se derivan de cada una. Pero de manera especial el curso se enfoca a que los estudiantes sean capaces de:

- autoevaluarse según algunos contenidos y técnicas estudiados en el curso.
- dominar algunas vías y estrategias para el desarrollo de competencia emocionales.

- elaborar planes de mejora sobre la base de las evaluaciones realizadas.
- construir "saberes" en grupo, apoyados en la comunicación, intercambio, tolerancia y otras habilidades sociales.

Aunque el curso contempla diversas formas de docencia que incluye desde conferencias, hasta consultas y tutorías, en general las actividades tienen un carácter interactivo y se privilegian las Clases Prácticas y Talleres. Las Clases Prácticas pretenden el entrenamiento del alumno en el uso de los procedimientos propios en esta área de la Psicología y su aplicación a situaciones concretadas que se presenten. Las tareas realizadas en los Talleres tienen carácter vivencial y permiten aprender sobre los sentimientos humanos por lo que resultan un espacio para el autoconocimiento y crecimiento personal, se discute la aplicación de técnicas de evaluación donde los mismos estudiantes puedan ser los sujetos y la elaboración colectiva de diferentes vías para el desarrollo de capacidades emocionales en diferentes grupos. Las consultas y asesorías orientan el trabajo independiente.

En las actividades prácticas, los estudiantes descubren o se enfrentan a la diversidad emocional propia y de los demás, amplían la comprensión de los sentimientos propios y ajenos, el vínculo entre el sentir y actuar, la manera de resolver conflictos o manejar situaciones dilemáticas de ellos mismos o compañeros. El objetivo fundamental es la adquisición de recursos que puedan transferir a su vida cotidiana o profesional para una mejor respuesta de ajuste ante situaciones perturbadoras o de estrés a partir del mejor conocimiento de los sentimientos propios y la posibilidad de sintonizar con los ajenos, sobre la base de que ser competente no se refiere solo a disponer de los recursos, sino saber movilizarlos, ponerlos en práctica en situaciones concretas (Tejada y Ruiz 2016).

Para la autoevaluación, los estudiantes utilizan el Inventario de Competencias Emocionales (ICE) (Medina, J., Alonso, A., Bello, Z. 2017) y durante las actividades prácticas se realizan ejercicios de aplicación de las distintas competencias estudiadas que se discuten en grupo y son tomados en cuenta en la autoevaluación final que realiza cada estudiante.

En el informe de evaluación de la asignatura los estudiantes identifican las competencias emocionales como recursos cardinales para el buen desarrollo de la profesión y de manera más específica, reportan los siguientes aprendizajes:

- reconocimiento de fortalezas y debilidades
- la adquisición de recursos emocionales para el desempeño profesional
- habilidades para la necesaria autorregulación personal como paso previo al manejo de los demás
- identificar debilidades o déficits en el área emocional que pueden comprometer su adecuado comportamiento social
- descubrir áreas de desarrollo y vías para lograrlo
- ganancias en el conocimiento de la esfera afectiva
- nuevas opciones del trabajo del psicólogo
- estrategias para el mejor desenvolvimiento en el intercambio personal
- comprensión del comportamiento de los demás
- valoración de los sentimientos opiniones y puntos de vistas ajenos
- la importancia de la labor del profesional de la Psicología, exigencias, cuidado de la imagen social, demandas del contexto que exigen un comportamiento de gran ajuste emocional personal y social.

Pudiera resumirse que el conocimiento de los beneficios de las competencias emocionales y su educación, puede impactar la labor del psicólogo en tanto tributa al desarrollo de competencias que fertilizan su crecimiento personal y facilitan el logro de respuestas deseables en los demás, entre las que se pueden mencionarlas siguientes:

- autoconfianza
- equilibrio emocional
- autodomínio
- sensibilidad
- influencia

Las actividades realizadas se revelan como un camino que facilitan al estudiante acceder a la comprensión de su mundo espiritual, a comprenderse a sí mismo y a los demás, lo que

modifica su actitud hacia sí mismo y hacia los otros, y lo sitúa en una nueva posición que orientará el curso de su desarrollo profesional.

Experiencia 2: Asignatura electiva

Participaron 165 estudiantes de diferentes carreras en 8 cursos, desde el 2011-12 hasta el 2018-19

Entre los temas que se ofertan en esta signatura se encuentra el de inteligencia humana el, cual fue siempre de la preferencia de los estudiantes, en especial lo referido a la inteligencia emocional.

Los objetivos del tema en esta asignatura es brindar a los estudiantes una panorámica del estudio de la inteligencia humana y en particular las características distintivas de la inteligencia emocional sus potenciales beneficios y algunas estrategias para la regulación emocional en el plano personal y social. Esto se considera de interés no sólo por lo que pueda aportar en el ejercicio de las distintas profesiones como se explicó con antelación, sino además, porque la labor docente es una alternativa de salida de cualquier carrera donde los conocimientos acerca de las competencias emocionales resultan de utilidad.

Durante las clases se realizan ejercicios que ponen de manifiesto beneficios de las competencias estudiadas, o las desventajas de sus déficits, y se discuten en grupo las posibles implicaciones en el futuro ejercicio de las distintas profesiones de los participantes.

Cuando los estudiantes deben justificar su interés por el tema se recogen argumentos como:

- en el plano personal, ha podido comprender acciones y actitudes de personas cercanas que con anterioridad le confundían.
- ha sido capaz de trazar pautas para mejorar aún más las relaciones con amistades y familiares y lograr una mayor comunicación y entendimiento
- en la vida profesional la inteligencia interviene a la hora de tomar decisiones favorables, en la calidad de las relaciones interpersonales, así como saber controlar las emociones apropiadamente
- ganar en autoconfianza a la hora de desempeñar diferentes tareas

- enfrentar y manejar adecuadamente las situaciones de conflicto que se presentan en la vida cotidiana y en particular en el escenario laboral
- reconocer la importancia de saber estar bien con nosotros mismos, para después entendernos con los demás

Resulta interesante que los estudiantes de Ciencias Económicas y del Turismo señalan las ventajas de dominar estos contenidos en estrecha relación con su labor porque:

- comprenden la necesidad y posibles recursos para establecer un mayor acercamiento con los clientes, logrando la empatía necesaria
- las decisiones financieras no son siempre racionales, las preferencias sociales y la falta de autocontrol afectan las decisiones individuales y las orientaciones de los mercados, por lo que la comprensión del comportamiento afectivo es crucial para el manejo de estas situaciones
- es necesario ser capaz de lograr una presentación convincente, no solo basada en estadísticos, si no, manejar eficazmente a la audiencia negociadora para lograr aceptación de la propuesta deseada.

CONCLUSIONES

En el trabajo presentado se resalta la importancia y pertinencia de la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios, lo que permite concluir que se ha conseguido el objetivo general planteado en la experiencia.

En el caso de los estudiantes de Psicología, la experiencia actividades encaminadas al desarrollo de la inteligencia emocional parece una tarea necesaria para fomentar competencias que contribuirán de forma positiva al crecimiento personal y social que tributan a su formación como futuros profesionales de la Psicología.

Por su parte, las consideraciones de los estudiantes de distintas carreras acerca de las relaciones entre los contenidos de la inteligencia emocional y el contenido de sus disciplinas marcando la contribución a la mejor comprensión de las mismas, y su aplicación

en el ejercicio profesional resultan alentadoras. Esto estimula el fomento de una perspectiva más integradora en su formación, que tenga en cuenta aspectos personales y sociales que hasta ahora no han sido privilegiados en el contexto educativo, donde la inteligencia emocional puede ser un elemento a considerar.

Las apreciaciones positivas de los estudiantes destinatarios de las experiencias, estimulan a insistir en la formación de dichas competencias y muestra que el contexto académico es escenario propicio para ello.

Las experiencias presentadas tienen limitaciones y un carácter preliminar, requieren de perfeccionamiento, y el trabajo con poblaciones más heterogéneas, pero pueden ser un antecedente para la implementación de la educación emocional en el contexto universitario, si se quiere lograr un profesional pleno y capaz de satisfacer las demandas de la sociedad actual y contribuir a su mejoramiento.

BIBLIOGRAFÍA

- Bello, Zoe: «La inteligencia emocional y su educación» *Revista Varona*, No.51 La Habana, 2012, 36-43.
- Bello, Zoe: *Las inteligencias Humanas*. En Calviño, M (coordinador) *Descubriendo la Psicología*, Editorial Academia, La Habana 2017, 133-143.
- Bello, Zoe: *Niños emocionalmente inteligentes. Para saber ser y saber convivir*, Editorial José Martí, La Habana, 2015.
- Bisquerra, Rafael: «Educación emocional y competencias básicas para la vida», *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), 2003, 7-43.
- Bisquerra, Rafael; Pérez Núria: « Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica». *Avances en Supervisión Educativa, Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España*, No. 16, 2012.
- Calle, María Graciela; De Cleves Nahyr, Velásquez Bertha: « Incidencia de la inteligencia emocional en el proceso de aprendizaje», *NOVA – Publicación científica en Ciencias Biomédicas*, Vol.9 No. 15, 2011

- Delors, Jacques. (1996). "Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI". Madrid: Santillana, UNESCO.
- Fernández-Berrocal; Extremera Natalio, y Ruiz Desiree: «La inteligencia emocional en la educación», *Revista electrónica de investigación Sicoeducativa*, Vol. 6, No. 15 2008, 421-436.
- Fernández-Berrocal, Pablo; Extremera Natalio. «La Inteligencia Emocional y el estudio de la felicidad», *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23,3), 2009, 85-108.
- Fragoso-Luzuriaga, Rocío: «Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior., un mismo concepto? » *Revista Iberoamericana de Educación Superior* Vol. 6, No. 6, 2015, 110-125.
- Gardner, Howard: *La Inteligencia Reformulada*. Paidós. Barcelona. 2001.
- Goleman, Daniel: *La Inteligencia Emocional*. Javier Vergara Editor S.A.1995.
- Goleman, Daniel: *La Práctica de la Inteligencia Emocional*. Editorial Kairos. Barcelona, España. 1998.
- Jiménez, María Isabel; López-Zafrá Esther: «Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión», *Revista Latinoamericana de Psicología*, Vol. 41, No. 2009, 1 69-79.
- Lazarus, Richar: *Emotion and adaptation*. Oxford University Press. New York: 1991
- Lopes, Paulo N; et al: « Evidence that emotional intelligence is related to job performance and affect and attitudes at work » *Psicothema*, Vol. 18, 2006, 132-138.
- Meneses, Aleida; Bello Zoe: « Reacción de adaptación en adolescentes y su vínculo con las capacidades emocionales». *Revista de Educación y Desarrollo*, No. 26. Julio-septiembre de 2013, 29-36.
- Medina, JenifferJ; Alonso, Alina y Bello, Zoe: «Las competencias emocionales de los trabajadores cubanos ¿Cómo medirlas? » *Alternativas cubanas en Psicología*. Vol.5, No. 2017.

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) 2011)

Palomares, Ascensión: « Metodologías innovadoras para promover las competencias emocionales de los docentes», *Journal for Educators, Teachers and Trainers*, Vol. 5(2), 2014, 116 – 129.

Pérez, Nélica, Castejón, Juan Luis. Relaciones entre la inteligencia emocional y el cociente intelectual con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. “Revista electrónica de motivación y emoción”. IX (22). 2002.

Rajeli, Gabel: «Inteligencia emocional. Perspectivas y aplicaciones ocupacionales», Universidad ESAN. Lima.2005

Suárez-Colorado, Yuli. « La inteligencia emocional como factor protector ante el suicidio en adolescentes». *Revista de Psicología GEPU*, 3 (1), 2012, 182 – 200

Tejada, José; Ruiz, Carmen: «Evaluación de competencias profesionales en Educación Superior: Retos e implicaciones». *Educación XXI*, 19(1), 2016, 17-38,