

## **Ser tolerante demanda inteligencia emocional**

Por Jorge A. Oriza Vargas © 268-2015

La tolerancia como valor, o ser tolerantes como actitud, se ha convertido actualmente en una necesidad imperiosa para la solución de los principales problemas y conflictos que nos afectan, ya sea en el ámbito político, en las relaciones laborales, o en general en cualquier ámbito de nuestras relaciones humanas<sup>1</sup>.

Es difícil revertir esta tendencia cultural, histórica, en mucho observada en las mismas organizaciones religiosas, y en los conflictos entre las naciones en toda la historia de la humanidad. Sin embargo, nunca es tarde para tratar de construir buenas relaciones con nuestros semejantes, o con las personas que están en nuestro círculo de amistades o familiares, a partir de compartir este valor, el valor de la tolerancia; entendida como la actitud que acepta a los demás y a sus ideas y creencias, y que no se desespera fácilmente por las conductas de otros o por su forma de pensar<sup>2</sup>.

Desde nuestro punto de vista, para ser tolerantes con otras personas, necesitamos ser emocionalmente inteligentes, para esforzarnos en ser coherentes con ese valor (el valor de la tolerancia). Por ello, podemos entender que por carencia del valor y por carencia de inteligencia emocional o por incoherencia con valores como el respeto, o la comprensión, la gente resulta ser intolerante. Es más fácil notar en nuestro medio, las actitudes de las personas intolerantes, que juzgan, descalifican, o critican a los demás, por sus diferencias en formas de pensar, de vestir, o por sus preferencias políticas, religiosas o de género, que a personas tolerantes.

La actitud intolerante se puede explicar si desglosamos cada una de las componentes de las actitudes, explicando en cada una de ellas, los elementos que generan el comportamiento tolerante, o su contraparte, la actitud intolerante. Para ello, transcribo los principales argumentos que establecí al respecto, en la cápsula ADEF No. 48, escrita hace cinco años:

*“ Recordemos que las actitudes son una muestra objetiva de nuestra conducta<sup>3</sup> y se integran por tres componentes: la componente cognitiva, relacionada con los valores y creencias que nos mueven a actuar; la componente emocional o motivacional, que genera la fuerza de nuestra actuación, y la componente conductual que es la muestra visible, objetiva, de la actitud, en nuestra comunicación verbal y no verbal.*

*Así, una actitud de tolerancia, tiene como sustento fundamental, un valor o una creencia relacionada con la convicción, conveniencia, interés o necesidad de ser tolerantes; podríamos decir que la persona tolerante hace de la tolerancia un valor*

<sup>1</sup> El tema lo trato en mi libro de Relaciones Humanas, Editorial Trillas, México, 2014, p.29.

<sup>2</sup> Ibid. P.29

<sup>3</sup> Ver nuestra cápsula No. 10.

*personal. Pero también la persona tolerante lo puede ser en razón a su convicción y valor personal sobre el respeto; es decir, siendo tolerante manifiesta su respeto a las demás personas, a su dignidad, a formas de pensar y de actuar diferentes a las de él. Por eso, valores como la tolerancia, el respeto, o la prudencia, nos pueden predisponer (las actitudes son predisposiciones<sup>4</sup>) a actuar con tolerancia.*

*La segunda componente de la actitud del tolerante, es decir la componente emocional o motivacional, tiene una estrecha relación con lo que se conoce como inteligencia emocional; y es que la actitud tolerante se produce como resultado también de un proceso de dominio personal o de auto-regulación de las emociones que podrían generarse por los desacuerdos o los conflictos de opinión o valorización de las cosas. Es decir, quién tiene inteligencia emocional se auto-regula, se domina, y suele ser tolerante y prudente, ante situaciones en las que sus emociones y sentimientos pudiesen rebasarlo y mostrarlo intolerante. Por eso puede verse también como una aptitud del inteligente emocional.*

*La tercera componente de la actitud tolerante, es la componente conductual, que muestra una persona serena, paciente, que no comunica enojo, que transmite mensajes no verbales y verbales abundantes en comprensión, y respeto.*

*Con base en las consideraciones anteriores, es nuestra opinión que la persona tolerante, es una persona que muestra ante todo dos cosas:*

- a) Profundo respeto a las ideas, creencias y comportamientos de otras personas, que pudiesen ser opuestas o diferentes a las suyas. La tolerancia y el respeto, son parte de su estructura de valores personales.*
- b) Un alto desarrollo de inteligencia emocional, para regular, controlar y dominar, cualquiera de las emociones que pudiesen surgir por las diferencias con otras personas. También, para ser empático y comprender a los demás, con un alto sentido de congruencia, a valores como el respeto, la prudencia y la comprensión.*

*Es conveniente aclarar que el sentido de la actitud tolerante, no se podría explicar de igual forma, si considerásemos la posible tolerancia hacia conductas claramente enmarcadas en lo que la sociedad y su estado de derecho, considerase como delitos o crímenes, en cuyo caso, las leyes y reglamentos de la sociedad son las que regulan estos casos y por supuesto, nadie está obligado –ni sería deseable- a ser tolerante en este sentido.*

*Nosotros nos referimos a la tolerancia sobre todo, orientada a la mejor convivencia social, a las mejores relaciones humanas, considerando que muchos de los conflictos sociales observables en este sentido, se derivan precisamente de la intolerancia, ya sea religiosa, política, de género, o económica. Pero también en los ámbitos*

<sup>4</sup> Coon Dennis, Fundamentos de Psicología, Thomson Editores, 8ª edición, 2001, p.376



*organizacionales y familiares, ser tolerantes es una necesidad para, como he sostenido, sostener las mejores relaciones humanas."*

O ¿no lo cree usted?

Jaov'

**Cualquier comentario u opinión, se agradece de antemano y se puede recibir en mi mail: [iem@iema-oriza.com](mailto:iem@iema-oriza.com)**

**NOTA: Este artículo puede ser compartido, con cualquier persona interesada en el tema, siempre y cuando se mencione la referencia de su autor, y no sea para fines de lucro. El autor se reserva todos los derechos sobre sus artículos, conforme a las leyes vigentes. Todas las Cápsulas de ADEF, tienen registro de derechos de autor vigente.**