

## De la inteligencia emocional a la social

Jorge A. Oriza Vargas © 298-2016

Ser emocionalmente inteligente, no implica necesariamente ser socialmente inteligente; sin embargo, si usted crece en inteligencia emocional, es probable que pueda desarrollar también inteligencia social, y sobre los atributos y los recursos, necesarios para ello, trataremos de compartirle algunas ideas en este artículo.

Ambos conceptos, han sido difundidos mundialmente por Daniel Goleman<sup>1</sup>, sin embargo, el más trascendente desde mi punto de vista, es el primero (la Inteligencia Emocional), por ser una aportación importante al conocimiento actualizado del papel que juegan nuestras emociones, en nuestro comportamiento, y en nuestras relaciones con los demás.

Diversos artículos hemos escrito para compartirle las bases de lo que implica ser emocionalmente inteligente<sup>2</sup>, tanto en el ámbito personal, en el matrimonio, o en la dirección de grupos en el ámbito organizacional; destaco las siguientes precisiones que he aportado sobre la inteligencia emocional. La primera, comprender la diferencia entre las respuestas emocionales básicas, y la formación de nuestros sentimientos, buenos o malos, porque –y esta es la segunda precisión- en la formación de los sentimientos, interviene precisamente nuestra inteligencia, y con ella, nuestros valores personales; por eso podemos tener buenos sentimientos (el amor o la comprensión, por ejemplo) o malos sentimientos (el odio, el rencor, etc.).

La base del emocionalmente inteligente, para desarrollar su inteligencia social, es la empatía, porque de ella se derivan las mejores relaciones con nuestros semejantes. Goleman nos dice que ambos dominios –el de la inteligencia emocional y la social- se entremezclan, porque parten precisamente del desarrollo de la empatía a un nivel más cercano a la comprensión de nuestros semejantes; por eso, los dos “ingredientes” fundamentales de la inteligencia social<sup>3</sup>, son *la conciencia social*, que nos permite percibir con amplitud a nuestros semejantes, y *la facilidad social*, que es la consecuencia de primero desarrollar esa conciencia, para entonces asumir conductas de interacción social adecuadas.

Entre la conciencia social y la facilidad social, está precisamente el desarrollo de la empatía en varios niveles, desde la empatía primaria, que tiene que ver con la percepción de las emociones de los demás, o concretamente –en una relación

---

<sup>1</sup> Goleman Daniel, *La Inteligencia Emocional*, Vergara Editor, México, 1995, reimpresión de 1997; *Inteligencia Social*, Editorial Planeta, Primera Edición, 2006, México.

<sup>2</sup> Sugiero leer las bases en mis cápsulas ADEF, números: 2, 9, 39 y 44, entre otras.

<sup>3</sup> Goleman, op.cit. *Inteligencia social*, p.127; en mi libro de *Relaciones Humanas* (Trillas, México, 2014) analizo ambos conceptos y su importancia precisamente en las relaciones humanas. Capítulos 5 y 6.

interpersonal específica- de la otra persona, y esto, si le ponemos atención, puede pasar a un interés en escucharlo, para entender sus razones -las que generan su respuesta emocional- paso que Goleman define como armonización, hasta la precisión empática, así llamado al esfuerzo consciente por comprender los pensamientos, sentimientos e intenciones del otro. Pasos de interacción que nos permiten un mejor conocimiento social, y así generar sincronía con los demás, concepto que Goleman incluye en la llamada facilidad social. Por supuesto, comprender estos conceptos con amplitud demanda leer la obra de Goleman.

Nosotros aportamos un punto de vista complementario, para ser socialmente inteligentes. Efectivamente, crecer en empatía, pero a partir de hacer suyo el valor de *la comprensión*; valorar lo importante que ello es en nuestras relaciones con los demás es importante, porque la habilidad empática demanda primero la convicción y la actitud comprensiva. Si no tenemos esto, es difícil ser empáticos mecánicamente, como si fuese una simple habilidad.

De hecho, para nosotros ser emocionalmente inteligentes, al igual que socialmente inteligentes, implican ese interés, esas convicciones personales que caen en el concepto de valores. Los valores personales<sup>4</sup>, son factores determinantes de nuestra conducta. Para sostener relaciones humanas adecuadas, que muestren precisamente nuestra inteligencia social, es conveniente, desde mi punto de vista, compartir valores como el respeto, la tolerancia, la comprensión, la comunicación y la solidaridad. Respetar a los demás, ser tolerantes con ellos, demanda de autodominio, de regular nuestras emociones, aptitud del emocionalmente inteligente; comprensión, buena comunicación por supuesto nos ayudan a la mejor interacción humana, y son soporte de la inteligencia social. Ser solidarios, ayudar, colaborar, todas estas actitudes, sustentadas en valores personales equivalentes, con seguridad nos ayudarán a tener las mejores relaciones con nuestros semejantes.

Pero esta es mi opinión, la de usted es la mejor conclusión a este tema.

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.

---

<sup>4</sup> Oriza Vargas, Op. cit. P.18