

Habilidades e inteligencia emocional

Por Jorge A. Oriza Vargas © (65- 2011)

Empezaremos por definir el concepto de habilidad (es), tan utilizado, y también debatido, pues diversos autores manejan enfoques diferentes; desde relacionarlas con procesos mentales (habilidades del pensamiento), hasta llevarlas a la equivalencia con las capacidades o las aptitudes, o de manera más reciente, con elementos que se acercan más al concepto de competencias; tal sería el caso de las llamadas habilidades de dirección o habilidades gerenciales.

Con la misma o mayor frecuencia, pero sobre todo, con mayor sustento, el concepto de las habilidades se ubica en el dominio psicomotriz o psicomotor del desarrollo humano¹, y comprende el desarrollo de diversas destrezas; para desarrollar este tipo de habilidades, se necesita de la experiencia, de la práctica. En esta interpretación del concepto, se habla de dos tipos de habilidades, las llamadas habilidades finas y las habilidades gruesas; las primeras relacionadas con el uso de las manos (la pintura, la escritura, el uso de herramientas con las manos), y las segundas, con las habilidades que se manifiestan con más partes del cuerpo (los deportes son un caso fácil de entender); este concepto es útil, sobre todo para comprender el desarrollo humano, desde sus primeras etapas².

Ahora bien, lo importante no es cual definición nos gusta, sino entender la esencia del enfoque que adoptemos y los procesos o variables psicológicas que comprende. Nosotros preferimos utilizar el término habilidad, como *al atributo del comportamiento o del desempeño, aprendido o desarrollado mediante la práctica, mediante la experiencia*. La habilidad se forma a base de practicarla, de repetirla una y otra vez; implica aprender *a hacer* las cosas. Por supuesto, las destrezas están comprendidas en esta interpretación, igual que las habilidades finas o las gruesas.

Es importante subrayar que a diferencia de las capacidades o de las inteligencias³, que representan el potencial interno del individuo en diferentes áreas o grupos (nuestra materia prima), sujeto de ser desarrollado, las habilidades se desarrollan a partir de ese potencial interno del individuo⁴ pero no se obtienen si no se da un proceso de aprendizaje previo.

¹ Ver los dominios y las etapas de desarrollo humano en : Diane E. Papalia y Sally Wenkos, *Desarrollo Humano*. McGraw Hill, 1997. p.p.7,8 y Grace J. Craig, *Desarrollo Psicológico*, Editorial Prentice Hall, 1997. P.6.

² Op. Cit, punto anterior.

³ En las inteligencia múltiples, está comprendida la inteligencia corporal cinestésica. Ver Gardner Howard, *La Inteligencia Reformulada*; Paidós, 2001.

⁴ Ver el desarrollo de capacidades para formar aptitudes (capacidades psicointelectuales), o para formar habilidades o pericias (las capacidades psicomotoras) v competencias. Oriza Vargas Jorge, *De Jefe a Líder*, Editorial Trillas, 2010, pgs.70-76

Así obtenemos la primera conclusión: cualquier habilidad se aprende o se desarrolla con la práctica.

Nos referiremos ahora a otras habilidades, diferentes de las destrezas, que también se desarrollan mediante un proceso de aprendizaje, con la práctica; estas habilidades se relacionan con nuestro comportamiento o con nuestro desempeño. Tal sería el caso de las habilidades de la comunicación, que se aprenden practicándolas, como sería el caso de quién aprende a hablar en público, o de aquellas técnicas contemporáneas de lectura y comprensión rápida; también podríamos citar el caso de aquel vendedor que aprende a escuchar con empatía a sus posibles clientes, a base de practicarlo una y otra vez. Con esta base, citaré dos atributos de inteligencia emocional, que por incluir acciones y comportamientos que se aprenden sólo si se practican, pueden verse también como habilidades.

El primero tiene que ver con el autodomínio; el autodomínio se desarrolla con nuestro proceso educativo, a base de acondicionarnos a controlar nuestras emociones, desde que somos pequeños, por ejemplo, a no hacer berrinches. Seguramente habrá quién se lleve mucho tiempo en aprender a controlarse (y hay quienes nunca lo logran), pero hacerlo es una verdadera habilidad. Por ejemplo, cuando estamos en un asalto emocional, de enojo, podremos aprender a separarnos y retirarnos, hasta que nuestra respiración y pulso, recobren su normalidad; la técnica de respiración profunda es otro recurso del dominio personal, y se aprende practicándola⁵.

El segundo atributo decíamos es la empatía; aprender a ser empático lleva tiempo, y el sentido de la empatía, es decir, ponerse en el lugar del otro, o ver las cosas desde la perspectiva del otro, se logra si por ejemplo se ponen en práctica los siguientes pasos, que hay que repetir una y otra vez. El primero, estar atentos para darse cuenta de las emociones del otro; segundo, acusar de recibido, es decir, respetuosamente decirle que lo percibimos con la emoción que supuestamente muestra; tercero, preguntarle si lo puede compartir, y en su caso escucharle, para entender. El paso final será, si entendimos, podremos esforzarnos en comprender, de otra forma, difícilmente nos pondremos en su lugar.

Como vimos, las habilidades se aprenden mediante la práctica; y habilidades de la comunicación o de la inteligencia emocional, también se aprenden practicándolas. Sin embargo, yo prefiero ubicar a la comunicación y a la propia inteligencia emocional, como competencias (cada una), porque además de las habilidades que involucran, implican verdaderas aptitudes y atributos del dominio cognitivo y del dominio psicoafectivo. No cree usted?

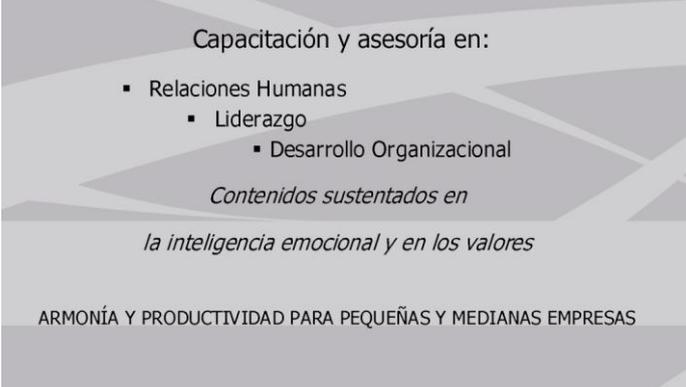
Jaov

⁵ Ver cápsula ADEF 44, La inteligencia emocional en la práctica.

Cualquier comentario u opinión, se agradece de antemano y se puede recibir en mi mail: foriza@prodigy.net.mx
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.

**Visita mi sitio: www.iema-oriza.com
Busca las secciones de *empresa* y del *matrimonio*; ahí encontrarás algunas ideas útiles para cada uno de estos temas**

Comunicación kinésica e inteligencia emocional, La bioquímica del comportamiento, Desarrollando competencias con inteligencia emocional.



Capacitación y asesoría en:

- Relaciones Humanas
 - Liderazgo
 - Desarrollo Organizacional

*Contenidos sustentados en
la inteligencia emocional y en los valores*

ARMONÍA Y PRODUCTIVIDAD PARA PEQUEÑAS Y MEDIANAS EMPRESAS