

¿Está garantizado el éxito en aquellas personas que tienen un coeficiente intelectual CI alto, por encima del normal? Si esta pregunta nos la hubiésemos formulado hace 50 años seguramente nadie dudaría en la respuesta: un alto coeficiente intelectual y una buena preparación académica son la clave del éxito social e individual en un ser humano.

En la actualidad la respuesta no es tan tajante y desde luego la mayoría de los expertos asumen que existen una serie de factores personales y ambientales que condicionan el éxito de un individuo.

Cuando hablamos de inteligencia debemos tener en cuenta que entendemos por tal, y, de acuerdo a ello, y en virtud de los estudios más avanzados de la psicología y la psiquiatría, incluir las importantes novedades a la concepción de esta "facultad" de los seres humanos. De este modo ahora se habla de "inteligencia emocional", una nueva faceta de la inteligencia que se suma a la "inteligencia racional", que vendría a ser la que siempre hemos considerado.

Salovey y Mayer (1990) definieron inicialmente la Inteligencia Emocional como "la habilidad para manejar los sentimientos y emociones propios y de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar el pensamiento y la acción...". Una investigación realizada a nivel mundial por The Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations, arrojó un resultado sorprendente y vinculado a nuestro cociente de éxito: el mismo se debe en un 23% a nuestras capacidades intelectuales y en un 77% a nuestras aptitudes emocionales. Aun cuando sea discutible el tanto por ciento que este organismo asigna a cada uno de los tipos de inteligencia es bien seguro que "capacidades intelectuales" y "capacidades emocionales" se habrán de sumar para reconocer la verdadera magnitud de la inteligencia en el ser humano.

¿De qué manera afectan las capacidades emocionales en el éxito de las personas? Parece bastante claro que de manera definitiva. La consecución de objetivos en cualquier tarea

VENTANA DE LA CIENCIA

Éxito e inteligencia

José Manuel Ruiz Gutiérrez



que se fije una persona dependerá siempre de las fortalezas y debilidades de ese ámbito emocional de la inteligencia.

Veamos algunos de los rasgos propios de la inteligencia emocional, que contribuyen al éxito. En primer lugar pensemos en el grado de autoestima que posea el individuo. La seguridad en nosotros mismos es fundamental para alcanzar el éxito en las tareas que nos fijamos. La motivación, la ilusión y el interés son tres elementos fundamentales que sumamos, y de los cuales va a depender el éxito de nuestros anhelos. Reconocer los sentimientos propios y emociones siendo capaces de gestionarlos desde un punto de vista positivo nos ayudará siempre a alcanzar el equilibrio personal. Mantener empatía con los demás reconociendo sus emociones, sus sentimientos y deseos nos permitirá fortalecer la relación con ellos, cuestión vital en aquellos que desean mantener un cierto liderazgo en su grupo.

Ser capaz de dar y recibir es una cualidad muy importante para alcanzar el éxito y resolver conflictos ya que el egocentrismo es un freno en el éxito personal. Muy pocos egoístas son capaces de llegar alto en sus objetivos de éxito. Expresar y comuni-

car sentimientos positivos y negativos a los demás es fundamental así como saber controlarlos. La perseverancia y el afán de superación de las dificultades y de las frustraciones son cualidades de la inteligencia emocional muy útiles para alcanzar el éxito. Finalmente anotemos la capacidad de encontrar equilibrio entre exigencia y tolerancia.

Como ven he enumerado una serie de cualidades propias de la inteligencia emocional que son de incuestionable valor para el buen gobierno de nuestra vida y que cultivadas con tesón permiten conseguir el éxito. No basta con tener muchos conocimientos de medicina, ingeniería, o física para ser un buen médico, un buen ingeniero o un buen físico. Entendido que cuando hablo de "buen" le debemos añadir la palabra "feliz", es decir hablemos de un feliz y buen médico, ingeniero o físico. Del mismo modo no hablemos sólo de alcanzar una meta meramente profesional, hablemos también de un buen padre, un buen ciudadano, un buen amigo, un buen amante o cualquier otra meta u objetivo humano.

Resolver problemas y conflictos es quizá la principal actividad a la que nos enfrentamos cada día cuando nos levantamos. La vida viene a ser una

permanente adaptación a las circunstancias manteniendo una capacidad de adaptación y a la vez transformación de estas circunstancias. Aquí también debemos utilizar la inteligencia y de las soluciones que demos a los conflictos también dependerá nuestra felicidad y nuestro éxito.

Veamos algunos verbos que nos ayuden a entender lo que digo. Competir; muchas veces el éxito nos empujamos en aparejarlo a la idea de competir, de conseguir ser mejor que el otro. Esto puede ser un error sobre todo cuando la competencia no es leal y se utilizan armas inmorales o poco éticas. Cooperar; este verbo sin embargo nos permite emprender tareas o resolver conflictos teniendo en cuenta a quien está a nuestro lado tomando en consideración el punto de vista del otro y siendo generoso a la hora de permitir que "otros triunfen a nuestro lado" haciéndonos más felices y quizá más líderes. La cooperación, el trabajo en equipo resulta ser más creativo y gratificante, los problemas se resuelven mejor desde puntos de vista distintos y uniendo esfuerzos. Transigir es otro verbo importante en el tratamiento inteligente de los conflictos y en la fijación de objetivos. El individualismo del ser humano podría parecer que le permite salvaguardar su éxito, pero no es cierto, los éxitos dejan de serlo cuando no se pueden compartir y celebrar con los demás.

Para terminar quiero decirles que a pesar de lo muy controvertido que pueda resultar el término "inteligencia emocional" y la dificultad que entraña encajar la emoción en el puzzle de la personalidad humana, no es menos cierto que es poco verosímil la idea de que sólo las cualidades racionales de la inteligencia bastan para alcanzar la felicidad y el éxito de un individuo. Por más que nos empeñemos en modelos racionalistas no podemos prescindir de la interacción del individuo con el medio a través de las emociones y los sentimientos. La ciencia poco a poco pondrá al descubierto los mecanismos que expliquen el comportamiento emocional de nuestro cerebro.

BOLETÍN DE SUSCRIPCIÓN

Nombre y Apellidos _____

C/ _____ Nº _____ Piso _____ C.P. _____

Población _____ Edad _____

N.I.F. _____ Teléfono _____

desea recibir en su domicilio quincenalmente **El Periódico del Común de La Mancha**

Forma de pago: Semestral, 27,58 euros Anual, 55,16 euros

Giro Postal nº _____ Domiciliación bancaria _____

Nº Cuenta _____ Firma del interesado _____

Entidad Financiera _____

Domicilio _____

Población _____ Provincia _____

El Periódico
del Común de La Mancha

Reciba en su domicilio
la información de su
comarca cada quincena

Envíelo a:
Fax: 926 50 55 76
C/ Doña Crisanta, 47
13700 TOMELLOSO (C. Real)

EDICIONES SOUBRIET S.L., como responsable del Fichero, le informa que los datos facilitados por medio de cualquier tipo de formulario o en cualquier tipo de soporte, serán tratados con la debida confidencialidad y respeto a las normas derivadas de la Ley Orgánica 15/1999 del 13 de Diciembre sobre la Protección de Datos Personales. Estos datos serán cedidos única y exclusivamente a "El Periódico" para la contratación y/o modificación para la suscripción del mismo, para cuyo fin fueron recabados. Tiene pleno derecho al acceso, rectificación y cancelación de sus datos dirigiéndose al responsable del Fichero.