

# Inteligencia Emocional: Recopilación de Antecedentes y Transición Hacia un Concepto de Destrezas Emocionales

Gallego-Tavera, Sindy Yuliana<sup>1(\*)</sup>; Polo-Salcedo, Ana Lucila<sup>1</sup>; Londoño Hernández, Cristian Daniel<sup>1</sup> & Osorno-Montoya, Johan Sebastián<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Vicerrectoría de Investigaciones, Grupo GORAS, Universidad Católica Luis Amigó, Facultad de psicología, Medellín, Colombia.  
<sup>2</sup>Mendez y Newton S.A.S

## RESUMEN

Para entender el concepto general, es de vital importancia la división de cada una de sus partes, y definir a través de la historia su incidencia en la sociedad actual. Thurstone y Thorndike crearon un concepto de "inteligencia multifactorial", la cual conecta un sin número de capacidades, pero cada una de ellas con tareas independientes; en cambio, Guilford desarrollo un modelo tridimensional, en la cual la inteligencia debe ser tomada en consideración por sus operaciones, contenidos y productos, esto en cualquier actividad en la cual se requiera de la misma. En el camino a una definición concreta, Horn y Cattell integran las concepciones de todos los estudios pasados y crean dos tipos de inteligencia, una inteligencia fluida responsable del aprendizaje de nuevos conceptos; y una inteligencia cristalizada responsable de la utilización de los aprendizajes previamente adquiridos, esto posicionando a la inteligencia como una serie de procesos psicológicos. Actualmente el concepto de inteligencia emocional ha sido reevaluado para dar lugar a un concepto en el cual confluyan, tanto psicólogos experimentales, como neurocientíficos y neuropsicólogos, dando lugar a una transición epistemológica y científica mucho más objetiva: las destrezas emocionales.

**Palabras clave:** Inteligencia emocional; Destrezas emocionales; Transición; Concepto. Revisión

## Emotional Intelligence: Background Collection and Transition to a Concept of Emotional Skills

### ABSTRACT

To understand the general concept, it is vitally important to divide each of its parts, and to define its incidence in today's society through history. Thurstone and Thorndike created a concept of "multifactorial intelligence", which connects a myriad of capabilities, but each of them with independent tasks; Instead, Guilford developed a three-dimensional model, in which intelligence must be taken into consideration for its operations, contents and products, this in any activity in which it is required. On the way to a concrete definition, Horn and Cattell integrate the conceptions of all past studies and create two types of intelligence, a fluid intelligence responsible for learning new concepts; and a crystallized intelligence responsible for the use of previously acquired learning, this positioning intelligence as a series of psychological processes. Currently, the concept of emotional intelligence has been reevaluated to give rise to a concept in which both experimental psychologists, neuroscientists and neuropsychologists converge, giving rise to a much more objective epistemological and scientific transition: emotional skills.

**Keywords:** Emotional intelligence Emotional skills; Transition; Concept; Revision

Recibido: 19/10/2020 Aceptado: 11/12/2020  
Correspondencia: (\*) [sindy.gallegota@amigo.edu.co](mailto:sindy.gallegota@amigo.edu.co)

## 1. INTRODUCCIÓN

**P**ara entender el concepto general de inteligencia emocional, es importante indagar en la división de cada uno de los conceptos de inteligencia, y definir a través de la historia su incidencia en la sociedad actual. (Kent, 2017). Este concepto, desde su mismo origen, ha sido ampliamente discutido y debatido, pues, tradicionalmente, desde las neurociencias clásicas, la definición de inteligencia ha venido guardando coherencia a lo largo de décadas y décadas, solamente, presentando graves alteraciones, cuando Howard Gardner propone el concepto de inteligencia emocional como un tipo de inteligencia, dividiendo o fragmentando el concepto clásico de inteligencia, lo que resultó en una retahíla de conflictos académicos que perduran hasta la fecha.

Thurstone y Thorndike crearon un concepto de “inteligencia multifactorial”, la cual conecta un sin número de capacidades, pero cada una de ellas con tareas independientes; en cambio, Guilford desarrollo un modelo tridimensional, en el cual la inteligencia debe ser tomada en consideración por sus operaciones, contenidos y productos, esto en cualquier actividad en la cual se requiera de la misma. (Deary, 2012).

En el camino a una definición concreta, Horn y Cattell integran las concepciones de todos los estudios pasados y crean dos tipos de inteligencia, una inteligencia fluida responsable del aprendizaje de nuevos conceptos; y una inteligencia cristalizada responsable de la utilización de los aprendizajes previamente adquiridos, esto posicionando a la inteligencia como una serie de procesos psicológicos. (Góngora, 2020).

Con la integración de la inteligencia como una serie de procesos psicológicos, encontramos la concepción teórica de inteligencia emocional, gracias a la fragmentación hipotética de su conceptualización. Hoy día tenemos como base una concepción de inteligencia multidimensional, la cual está representada por una capacidad general. (Sternberg, 2012).

## 2. MARCO TEÓRICO

Los estudios más recientes en el tema de inteligencia tienen como punto de partida el concepto de “mente modulada”, concepto que expone una mente dividida, que se interconecta, pero que de manera independiente realiza su labor. Este concepto viene a sustituir la “mente inmodular”. De la mano con este concepto, Howard Gardner en 1983 formula la teoría de las “inteligencias múltiples” (Lógico-matemática, Musical, Corporal Cinética, Lingüística, Espacial, Naturalista, Intrapersonal e Interpersonal), altamente conocidas al día de hoy y punto de referencia en muchos estudios. Gardner pone como factor de incidencia lo biológico, lo personal y lo cultural – histórico. (Gardner, 2017).

En 1990, y gracias al desarrollo hecho por Howard Gardner con su teoría de las inteligencias múltiples, John Mayer y Peter Salovey adjuntaron al concepto de inteligencia personal la denominada inteligencia emocional. la cual definieron como La habilidad para percibir, valorar y expresa emociones, relaciona también la habilidad para acceder o generar sentimiento cuando facilitan el pensamiento, también la habilidad para entender emoción y conocimiento emocional y la habilidad para regular emociones que promuevan el crecimiento emocional e intelectual. (Branton, 2017).

Estos autores a su vez desarrollaron cinco capacidades integradoras de la competencia emocional; entre ellas encontramos la capacidad para reconocer las propias emociones, saber manejar las propias emociones, utilizar el potencial existente, saber ponerse en el lugar de los demás, y crear relaciones sociales. Estas cualidades emocionales se desarrollan mediante la consciencia de las propias emociones y la de los demás. (Lane, 2019).

Daniel Goleman, quien aparece como el mayor investigador de la inteligencia emocional considera esta misma como el factor más importante en el ajuste personal, las relaciones personales y el rendimiento en el trabajo. Para Daniel Goleman la inteligencia emocional es capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, para motivarse y gestionar la emocionalidad en nosotros mismos y en las relaciones inter-

personales. Esta definición ha sido aceptada por toda la comunidad científica como la más aterrizada y completa. (Boyatzis, 2003).

Las emociones para Daniel Goleman son alteraciones rápidas, que son estimuladas por ideas creadas por la persona, por experiencias pasadas, o por recuerdos guardados en nuestro cerebro. Estas alteraciones son evidenciadas por nuestro estado de ánimo, y son reflejadas por medio de nuestros sentimientos, los cuales tienen una sensación más duradera y pueden atraer problemas tanto psicológicos como físicos (Hogeveen, 2016).

Goleman destaca cinco elementos vitales para el desarrollo de la inteligencia emocional, estos son: la consciencia emocional, el autocontrol, la motivación (estos tres son dependientes de la propia persona), la empatía y la habilidad social (estos dos son dependientes de la relación con los demás). Para Shapiro, este término se relaciona con las cualidades emocionales que desarrollo el niño y las cuales le ayuda a lograr el éxito. (Johnson, 2015).

Podemos entender la inteligencia emocional desde dos puntos de vista, ya desarrollados a lo largo de este documento, como una capacidad psicológica vinculada a la inteligencia y como una tendencia comportamental abalada por la personalidad. Además de Goleman otros autores e investigadores buscaron fundamentar la inteligencia emocional a partir de elementos básicos para su estudio. Cooper y Sawaf formularon unos elementos básicos integradores de la inteligencia emocional, entre ellos están: la alfabetización emocional, la agilidad emocional, la profundidad emocional y la alquimia emocional; para gallego la inteligencia emocional se desarrolla por medio de una serie de habilidades directas, las cuales se dividen en tres: habilidades emocionales, habilidades cognitivas y habilidades conductuales. Tanto Cooper y Sawaf como gallego llegan a la conclusión de que el correcto desarrollo de estas habilidades permite el éxito social y el control pleno de las emociones, pero, ¿es importante una educación emocional? (Spunt, 2019).

Richard Davidson a partir de esta premisa concibió la inteligencia emocional como primordial en el desarrollo escolar de los niños menores de 7 años, ya que la plasticidad cerebral se encuentra en su

máxima capacidad en los primeros años del neurodesarrollo. Un incorrecto manejo de emociones en niños de estas edades supone problemas futuros de drogadicción, depresión, ansiedad y violencia. Al mismo tiempo Goleman en su libro "inteligencia emocional" demuestra que el "alfabetismo emocional" tiene efectos negativos en las personas y por ende en la sociedad, según la American Psychiatric Association emociones como la ira, el asco, la tristeza y el miedo tienen influencia en enfermedades psicológicas como la ansiedad y la depresión, y en enfermedades físicas como el cáncer, Infección por el virus de inmunodeficiencia humana, trastornos cardiovasculares, trastornos dermatológicos, trastornos endocrinos y trastornos gastrointestinales. (Kral, 2017).

El desarrollo de las emociones y su comprensión en niños son las bases de un proceso de aprendizajes continuo que van desde emociones básicas como son la sorpresa, el asco, el miedo, la alegría, la tristeza y la ira; hasta las emociones superiores que son la culpabilidad, la vergüenza, el desconcierto, el orgullo, la envidia y los celos, y este proceso se da gracias a la imaginación, la cual permite experimentar emociones y generar un sentimiento por medio de personajes ficticios. (es importante dividir los conceptos de emoción y sentimiento, para Antonio Damasio las emociones y los sentimientos son completa diferentes, pero cada uno de ellos de importancia para la cognición). (Damasio, 2013).

Las emociones juegan un papel de vital importancia en el desarrollo saludable del diario vivir, ya que la manifestación de emociones por los estímulos recibidos, sean positivos o negativos hacen parte de nuestra genética humana; sin embargo, cuando las emociones negativas comienzan a generar malestar en ámbitos sociales o incluso cuando conllevan a la violencia es necesario una intervención para descartar patologías, ya que no es normal que el individuo reaccione a estas emociones de manera agresiva, generando daños físicos o psicológico a los demás. (Cejudo, 2018).

Para desarrollar la inteligencia emocional se deben estudiar las habilidades que la conforman, estas competencias deben ser primeramente estimuladas desde la escuela y con la mayor intensidad posible. Un referente de inteligencia debe tener:

**1. Consciencia emocional:** capacidad de consciencia de la propia existencia y los sentimientos propios.

**2. Autocontrol:** capacidad para regular los sentimientos propios y los estados de ánimo.

**3. Motivación:** ser constante, aplicado y perseverante ante los fracasos del diario vivir.

**4. Empatía:** capacidad de encarnar las vivencias de las demás personas, dando significado a sus emociones y despertando en los demás el llamado altruismo.

**5. Habilidad social:** es la capacidad de adaptación a la sociedad, entendimiento con el otro y pertenencia a un grupo específico.

Goleman al desarrollar estas competencias dio gran importancia a la consciencia emocional, ya que al igual que el autocontrol y la motivación son habilidades personales, que se relacionan con la manera en la cual el sujeto se relaciona consigo mismo. Por medio de la autoconsciencia emocional todas las experiencias vividas o imaginadas por el sujeto, son guardadas en la memoria, y estas mismas desarrollaran sus emociones futuras. En las competencias personales (Consciencia emocional, autocontrol y motivación) se evidencian 2 procesos indispensables en su ejecución: uno, el reconocimiento de estímulos externos y la introspección de los mismo, y otro dándole sentido a esas emociones, comprendiéndolas y diferenciándolas de pensamientos, acciones o emociones. (Chambers, 2007).

Para poder definir la consciencia emocional en su totalidad es indispensable definir la autoestima, la cual hace referencia a la manera en la que una persona se valora a sí misma. El auto concepto se interrelaciona con la habilidad de socializar desde edades tempranas, se encuentra que los niños con un nivel prudente de autoestima, generan un gran sentimiento de confianza y seguridad, y esto mismo se irradia a los demás niños. Las personas con mayor autoestima actúan de mejor forma ante momentos de independencia. (Doré, 2017).

El autocontrol para Goleman es la capacidad básica para desarrollarnos en nuestras vidas, y en las relaciones con los demás, y requiere la formación

del sentido de lo que se hace, donde la persona, de acuerdo con su racionalidad y sensibilidad, planifica su comportamiento y persiste en él. Las emociones y experiencias negativas de la vida diaria son necesarias para reconocer la naturaleza del ser humano y con ello poder desarrollar un control de los impulsos animales de supervivencia que genéticamente vienen con cada ser, el autocontrol en estos mecanismos humanos estimula los sentimientos de auto respeto y autoconfianza. (Duckworth, 2017).

La motivación actúa como direccionador y activador psicológico, en procesos emocionales, se divide en dos motivaciones. La motivación intrínseca es la tendencia natural de procurar los intereses personales y ejercer las capacidades, y de esa forma lograr metas propuestas por sí mismos, y la motivación extrínseca es aquella que necesita recompensas para realizar una actividad determinada, además es una actividad que se lleva a cabo por obtener un beneficio. (Wulf, 2016).

Las competencias de empatía y habilidad social son de carácter socio-emocional, y son necesarias para el correcto desarrollo de un individuo en todas las esferas de la vida (familiar, laboral, amistades, parejas).

Todas las habilidades mencionadas por Goleman se desarrollan principalmente por medio de la educación; es más, la misma educación de la inteligencia emocional puede ser considerada un continuo aprendizaje, con objetivos de un desarrollo personal balanceado y próspero, en el cual se produce una interacción interna (consigo mismo) y con el otro (entorno). Una correcta ejecución de esta educación nos dará como resultados; una vida emocionalmente sana y positiva que se desenvolverá hasta la edad adulta, un autocontrol de impulsos y emociones en experiencias negativas, una sana gestión de emociones en el día a día, relaciones sociales con bases de respeto y confianza, auto eficiencia, autoeficacia e inteligencia en la resolución de problemas. (Cherry, 2014).

Las habilidades antes mencionadas, se desarrollan desde la niñez y las mismas dan como resultado unas estrategias de aprendizaje autónomo, que serán permanentes y prepararán al sujeto para una estabilidad emocional, autoestima segura de sus

capacidades, buena toma de decisiones y habilidades para relacionarse con los demás; en resumen, estrategias para ser un sujeto feliz en sociedad.

La escuela se posiciona como el centro de mayor desarrollo de habilidades de índole emocional, y en donde más se deberían aplicar los factores y elementos constituyentes de la inteligencia emocional, ya que como se estipula en la Ley Orgánica General del Sistema Educativo los objetivos de las instituciones educativas deben trascender el desarrollo cognitivo del estudiante, ya que un desarrollo emocional saludable es la base de una persona íntegra. La escuela, al ser un sitio en el cual el niño permanece tanto tiempo, los estudiantes configuran su personalidad de acuerdo a los comportamientos y actitudes que visualizan en agentes de autoridad (Profesores); y al mismo tiempo, modifican su concepto acerca de este agente y como su relación se desarrolle dependerá de este intercambio. (Cohen, 2013).

La escuela actúa como intermediario en la formación de vínculos y relaciones entre alumnos, además de promover la comunicación no verbal, la muestra de emociones y la empatía. Para la psicóloga Belén García Torres las formas en las cuales la escuela y sus agentes de autoridad pueden construir una inteligencia emocional más favorable en los niños es: primero, con una educación ejemplificada y encarnada en los profesores, siendo ellos los modelos de cada una de sus clases; segundo, ayudando a los niños a adquirir objetivos realistas con una evaluación compasiva de los mismo; tercero, ayudando al niño a tener una regulación conductual independiente, sin la constante necesidad de los factores externos para determinar las emociones que se manifiestan en el día a día; por último, enseñar a los niños a ver lo bueno en los demás y en ellos mismos, y además de esto, a elogiar estas cualidades. (Kippe, 2018).

Los docentes, como imagen de autoridad deben asumir un rol más allá de lo educativo, siendo consciente de su papel en el desarrollo futuro de la personalidad y orientación educativa del niño, cuando un docente tiene el conocimiento y educa desde un saber emocional, los niños construyen una autoestima más sana, y esto a su vez intensifica el gusto por la clase, se disminuyen las problemáticas disciplinarias y se tiene un ambiente escolar

más pacífico. Las cualidades emocionales de un docente son: un constante respeto por el estudiante, un auto concepto equilibrado, empatía con el alumno, autocontrol en momentos de estrés y movilidad y tono adecuado para el alumno. (Keiler, 2018).

Podemos concluir en este aspecto, que las instituciones educativas en su plan académico no deberían asumir la inteligencia como un término netamente de desarrollo cognitivo, en cambio, se debería percibir una inteligencia multidimensional, en la cual lo cognitivo, es tan importante como lo afectivo-emocional, y lo moral. Educar emocionalmente es enseñar al niño como generar y evidenciar emociones positivas en su vida, controlar las emociones negativas, y reconocer las emociones de los demás.

La familia, constituye la columna de apoyo de la escuela, ya que la familia colabora con la comunicación y desarrollo de actividades escolares. La intervención de la familia crea un vínculo que fundamenta una personalidad sana. Los padres, son los encargados de crear la base de seguridad desde los ámbitos físico-sociales, y con esto, son los encargados de brindar ayuda, apoyo, seguridad y consuelo al niño. Para poder desarrollar unas emociones positivas, el niño debe sentirse seguro, y este sentimiento es creado en familia, donde el niño comienza a sentirse protegido por sus padres, esto es de vital importancia durante el desarrollo del niño (edad temprana). (Pérez-Fuentes, 2019).

A modo de conclusión general, la inteligencia debe ser vista más allá de los ámbitos lógicos matemáticos, la comprensión de asignaturas escolares como física o química y conocimientos de todas las capitales del mundo, sino también añadiendo a esta lista las habilidades emocionales, personales y sociales como lo son la motivación, las buenas actitudes humanas y la creatividad. (Salavera, 2017).

Una buena inteligencia emocional es considerada como la más importante de las habilidades para un buen ajuste personal, la capacidad de relacionamiento con la sociedad y rendimiento laboral, una excelente inteligencia emocional ayuda a obtener mejores empleos y con ellos generar vínculos más afines con los demás en todas las esferas de la vida. (Jones-Schenk, 2019).

### 3. METODOLOGÍA

En el presente estudio de reflexión se usaron los softwares The Critical Appraisals Skills Programme y el STROBE, dado que la conjunción de ambos softwares, nos permite recopilar mediante bibliometría, los datos que requerimos para conocer lo que las principales publicaciones de Scopus, Web of Science, GEO DataSets y Pubmed arrojen respecto de investigaciones de punta en materia de Inteligencia emocional.

### DISCUSIÓN

A partir de los estudios de inteligencias múltiples conducidos Howard Gardner, hasta las explicaciones psicológicas formuladas por Daniel Goleman, se ha encontrado la necesidad de un balance en cuanto a la inteligencia emocional para un eficiente desarrollo humano a nivel social, siendo este un pilar fundamental en edades tempranas para la adquisición futura de facultades cognitivas básica. (Linney, 1998).

Debido a esto, nace la posibilidad del abordaje obligatorio de estas metodologías sociales en las aulas de clase, desde edades tempranas para adquirir mecanismos de control emocional con cuestiones educativas relacionadas al campo de estudio, tomando gran relevancia en grados mayores la manera en la cual el individuo interactúa y soluciona sus dificultades grupales desde un punto de vista empático.

En vista de esto, es necesario, desde los entes académicos invertir tanto recursos como tiempo en la educación de temáticas relacionadas con la inteligencia emocional, dando a estos temas una prioridad similar a la dada a estudios académicos de ciencias duras como las matemáticas y las ciencias naturales. (Zurita-Ortega, 2019). Además, es necesario llevar una excelente relación entre la lógica y lo emocional para poder alcanzar el éxito en todos los ámbitos de la vida del ser humano.

El concepto de inteligencia emocional entonces, debe reconsiderarse como un tipo de destreza derivada de la inteligencia en sí misma, pero, epistemológicamente no resulta adecuado seguir usando la expresión: inteligencia emocional, pues dicho concepto no arroja evidencias ni clínicas ni experi-

mentales de su existencia, por lo que es un concepto más de carácter especulativo que de otra cosa.

### 5. CONCLUSIONES

En resumen, la necesidad científica por dar una definición a la palabra inteligencia, y su estructuración a través de diversos autores a lo largo de la historia; nos permite decir que, la inteligencia emocional nace del requerimiento de dar una definición a la auto-eficiencia y auto-eficacia de un individuo con la sociedad y consigo mismo.

En las últimas década, el estudio de la inteligencia emocional ha aumentado considerablemente gracias al crecimiento social y las relaciones que se sostienen entre unos y otros, lo que ha ido configurando cada vez con mayor fuerza, el concepto de destrezas emocionales, pues así logra delimitar mejor este aspecto y se respeta el canon existente en materia de inteligencia que se concibe desde las disciplinas científicas clásicas como la psicología experimental, la psicología comparada, la neuropsicología y las neurociencias.

Finalmente, el concepto de inteligencia emocional, pese a contar con abundante bibliografía que la respalda en las dos últimas décadas, dicho respaldo no es un respaldo a nivel clínico ni mucho menos experimental, lo que hace que, la inteligencia emocional como tal, aunque sea abordada en diferentes centros de estudio, multitud de libros e incluso, en diferentes universidades sumamente reconocidas alrededor de todo el mundo.

## REFERENCIAS

- Boyatzis R., McKee A., & Goleman D. (2003). Reawakening your passion for work. *Clinical leadership & management review: the journal of CLMA*, 17(2), 75–81.
- Branton S., Jessica M. (2017). The neuroscience of intelligence: Empirical support for the theory of multiple intelligences. Department of Psychology, Boston College, United States.
- Cejudo, J., Rodrigo-Ruiz, D., López-Delgado L., & Losada, L. (2018). Emotional Intelligence and Its Relationship with Levels of Social Anxiety and Stress in Adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 15(6), 1073. <https://doi.org/10.3390/ijerph15061073>
- Cherry, M., Fletcher I., O'Sullivan, H., & Dornan, T. (2014). Emotional intelligence in medical education: a critical review. *Medical education*, 48(5), 468–478. <https://doi.org/10.1111/medu.12406> <https://doi.org/10.3390/ijerph15061073>
- Chambers, D. (2007). Motivation. *The Journal of the American College of Dentists*, 74(2), 34–41.
- Cohen, A., & Syme, S. (2013). Education: a missed opportunity for public health intervention. *American journal of public health*, 103(6), 997–1001. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2012.300993>
- Damasio, A., & Carvalho, B. (2013). The nature of feelings: evolutionary and neurobiological origins. *Nature reviews. Neuroscience*, 14(2), 143–152. <https://doi.org/10.1038/nrn3403>
- Deary, I. (2012). 125 years of intelligence in the American Journal of Psychology. *The American journal of psychology*, 125(2), 145–154. <https://doi.org/10.5406/amerjpsyc.125.2.0145>
- Doré, C. (2017). L'estime de soi : analyse de concept [Self esteem: concept analysis.]. *Recherche en soins infirmiers*, (129), 18–26. <https://doi.org/10.3917/rsi.129.0018>
- Duckworth, A., & Seligman, M. (2017). The Science and Practice of Self-Control. *Perspectives on psychological science: a journal of the Association for Psychological Science*, 12(5), 715–718. <https://doi.org/10.1177/1745691617690880>
- Gardner, H. (2017). Taking a multiple intelligences (MI) perspective. *The Behavioral and brain sciences*, 40, e203. <https://doi.org/10.1017/S0140525X16001631>
- Góngora, Vega-Hernández, Jahanshahi, Valdés-Sosa, Bringas-Vega, & CHBMP. (2020). Crystallized and fluid intelligence are predicted by microstructure of specific white-matter tracts. *Human brain mapping*, 41(4), 906–916. <https://doi.org/10.1002/hbm.24848>
- Hogeveen, J., Salvi, C., & Grafman, J. (2016). 'Emotional Intelligence': Lessons from Lesions. *Trends in neurosciences*, 39(10), 694–705. <https://doi.org/10.1016/j.tins.2016.08.007>
- Johnson, D. (2015). Emotional intelligence as a crucial component to medical education. *International journal of medical education*, 6, 179–183. <https://doi.org/10.5116/ijme.5654.3044>
- Jones-Schenk, J. (2019). Social and Emotional Learning: Why Does It Matter? *Journal of continuing education in nursing*, 50(2), 57–58. <https://doi.org/10.3928/00220124-20190115-03>
- Keiler, L. (2018). Teachers' roles and identities in student-centered classrooms. *International journal of STEM education*, 5(1), 34. <https://doi.org/10.1186/s40594-018-0131-6>
- Kent, P. (2017). Fluid intelligence: A brief history. *Applied neuropsychology. Child*, 6(3), 193–203. <https://doi.org/10.1080/21622965.2017.1317480>
- Cohen, A., & Syme, S. (2013). Education: a missed opportunity for public health intervention. *American journal of public health*, 103(6), 997–1001. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2012.300993>
- Kippe, O., & Lagestad P. (2018). Kindergarten: Producer or Reducer of Inequality Regarding Physical Activity Levels of Preschool Children. *Frontiers in public health*, 6, 361. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00361>
- Lane, T. (2019). Emotional Intelligence. *Annals of the Royal College of Surgeons of England*, 101(1), 1. <https://doi.org/10.1308/rcsann.2018.0209>
- Linney, B. J., & Linney, G. E., Jr (1998). What turns you on and off? *Physician executive*, 24(5), 62–65.
- Sternberg R. (2012). Intelligence. *Dialogues in clinical neuroscience*, 14(1), 19–27. ▲

▼  
▼  
▼  
▼  
Pérez-Fuentes, Molero Jurado, Barragán Martín A., & Gázquez Linares J. (2019). Family Functioning, Emotional Intelligence, and Values: Analysis of the Relationship with Aggressive Behavior in Adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 16(3), 478. <https://doi.org/10.3390/ijerph16030478>

Salavera, C., Usán, P., & Jarie, L. (2017). Emotional intelligence and social skills on self-efficacy in Secondary Education students. Are there gender differences? *Journal of adolescence*, 60, 39–46. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.07.009>

Spunt R., & Adolphs R. (2019). The neuroscience of understanding the emotions of others. *Neuroscience letters*, 693, 44–48. <https://doi.org/10.1016/j.neulet.2017.06.018>

Wulf G, Lewthwaite R. (2016). Optimizing performance through intrinsic motivation and attention for learning: The OPTIMAL theory of motor learning. *Psychon Bull Rev.* 2016 Oct;23(5):1382-1414.

Zurita-Ortega, F., Olmedo-Moreno, E. M., Chacón-Cuberos, R., Expósito López, J., & Martínez-Martínez, A. (2019). Relationship between Leadership and Emotional Intelligence in Teachers in Universities and Other Educational Centres: A Structural Equation Model. *International journal of environment* <https://doi.org/10.3390/ijerph17010293>