

Inteligencia Emocional y TDA-H: Evidencias y retos

Dr. José María Augusto Landa.
Dpto. Psicología. Universidad de Jaén



Universidad de Jaén

ORIGEN



John Mayer (Universidad de Hampshire)



Peter Salovey (Universidad de Yale)

INTELIGENCIA EMOCIONAL



Daniel Goleman

De las emociones a la IE: el concepto de IE está fundamentado en...	
Inteligencia social de Thorndike (1920)	Capacidad para relacionarnos de forma efectiva con los demás y comportarnos con sabiduría en las relaciones sociales (esta idea no logró apoyo empírico en aquella época).
Inteligencias múltiples de Gardner (1970)	¿Cuándo Mozart componía o Picasso pintaba, sus cerebros hacían las mismas operaciones que un físico o un matemático? La inteligencia es un potencial bio-psicológico para procesar de ciertas maneras unas formas concretas de información que nos permiten resolver problemas o crear productos. Existen 8 tipos de inteligencias: lingüística, lógico-matemática, cinético-corporal, musical, espacial, naturalista, intrapersonal, e interpersonal. Las dos últimas conectan directamente con la IE. I. Intrapersonal: se conoce bien a sí misma, pueden identificar sus sentimientos, objetivos... I. interpersonal: entender las motivaciones de otras personas, colaborar con ellas...
Investigación sobre emoción y cognición: Neurociencia	¿Las emociones influyen en mis decisiones? ¿Qué estado emocional me puede hacer más creativo?

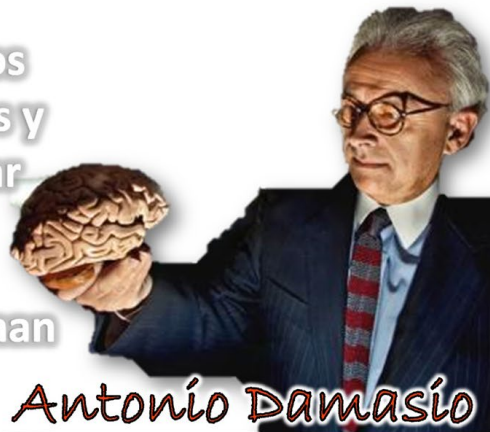


Me interesé por las emociones después de estudiar los pacientes que habían perdido la capacidad de emocionar y sentir en determinadas circunstancias. Muchos de estos pacientes también tenían importantes deficiencias en su capacidad para tomar decisiones.

—Antonio Damasio

“Mediante las emociones comunicamos nuestros estados mentales a las demás personas y son una guía para poder tomar decisiones”.

“Los sentimientos nos encaminan en la dirección adecuada”.

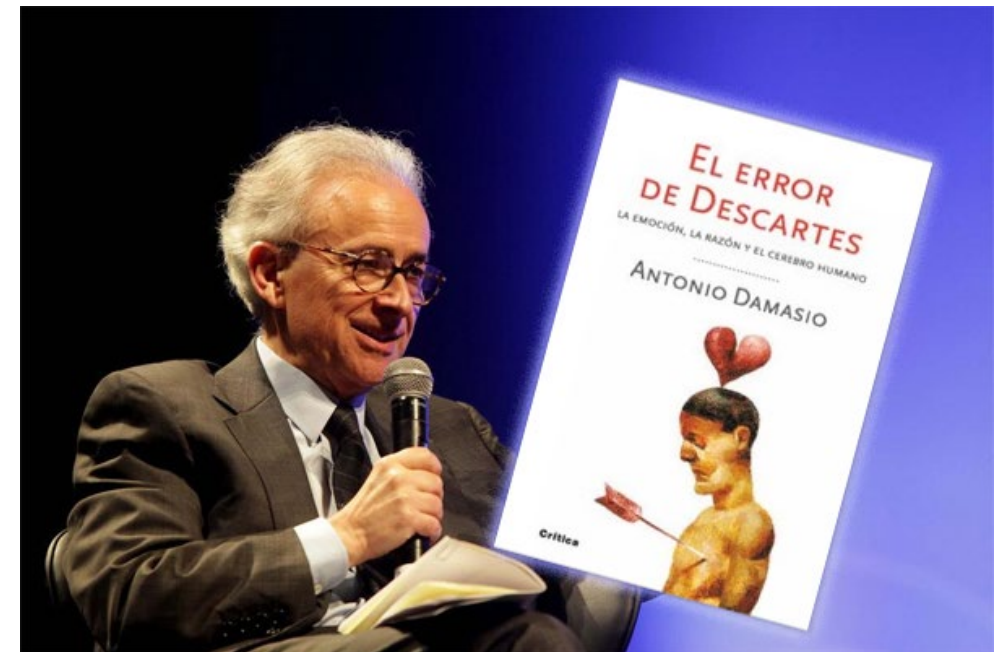


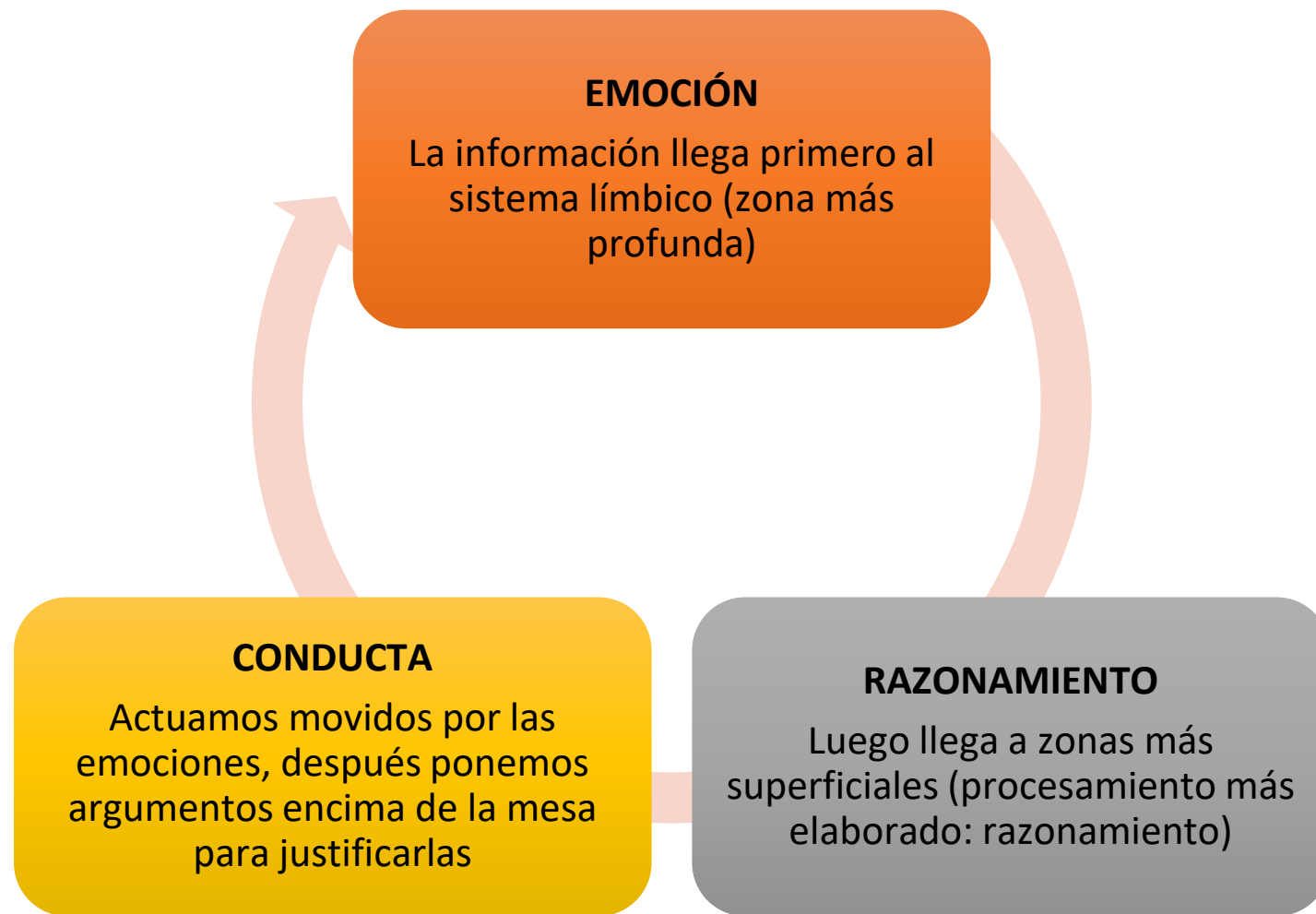
Antonio Damasio

Neurólogo, profesor e investigador.

Premio Príncipe de Asturias de Investigación Científica y Técnica 2005

 **Corazón animado.** wordpress.com





El razonamiento lleva una carga emocional. ESTO NO NOS PERMITE SER TOTALMENTE OBJETIVOS.
Primero sentimos y después pensamos.

Las emociones influyen en el razonamiento y del revés



Emociones



Razonamiento

Modelos teóricos de IE



Modelo de habilidad (Mayer y Salovey, 1997)

Modelo de competencias socio-emocionales (Goleman, 1998)

Modelo mixto (Bar-On, 2000)

Modelo de IE rasgo (Petrides y Furnham, 2001, 2003)

Aplicación de la IE en la empresa

Incremento de
programas de
intervención

Conocimiento
social de la
importancia de
las emociones

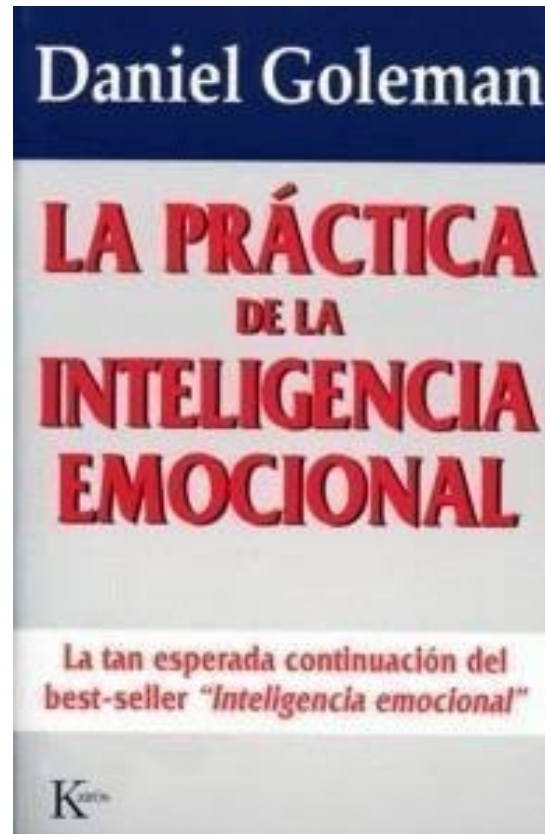
Aplicación del
concepto al
ámbito
organizacional

Aumento del
interés e
investigación

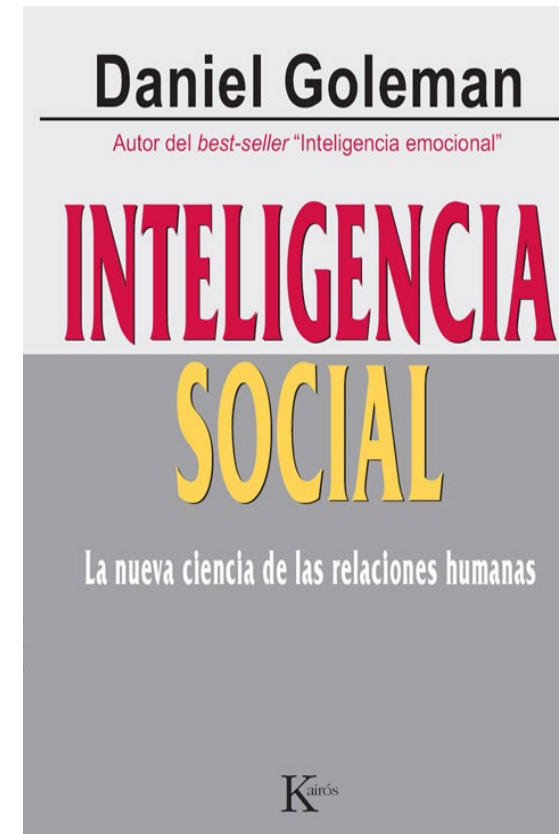
ESADE



1995



1998

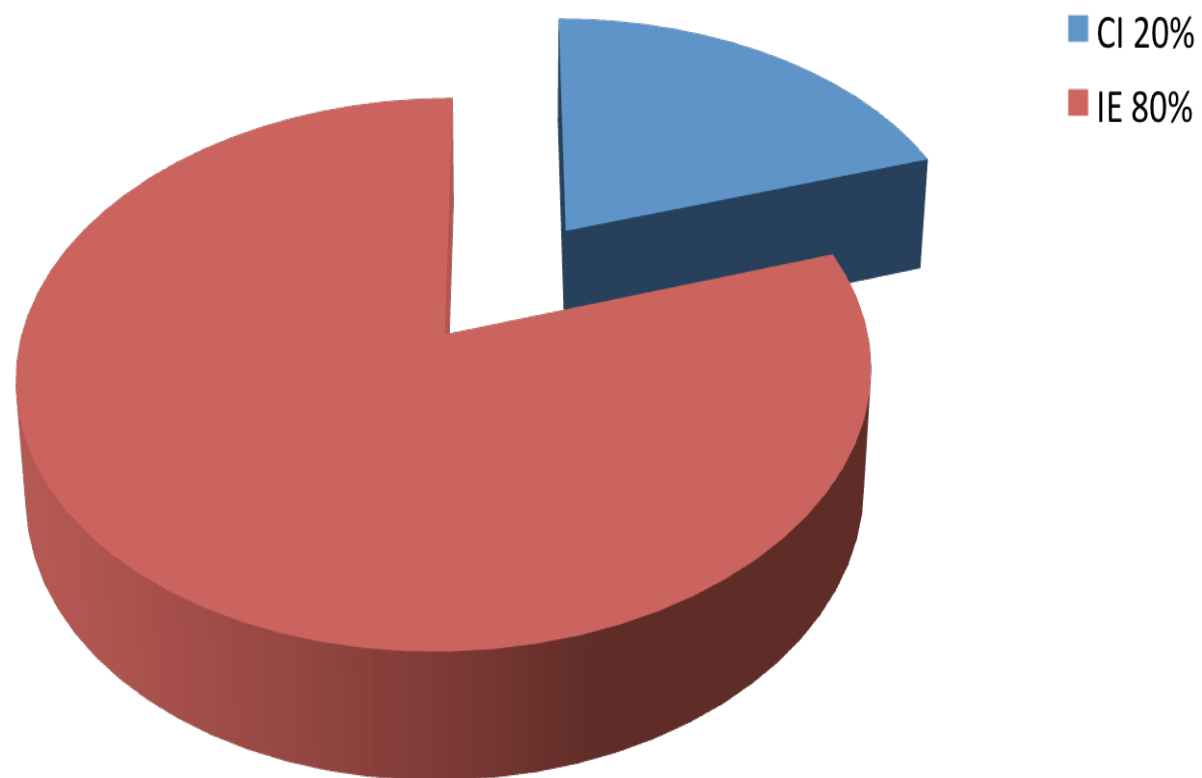


2007



¿Por qué el libro de Goleman tuvo tanto éxito? La revolución de las emociones

El éxito profesional (Goleman, 1995)



Conce
(May

Peter, cuál
es la esencia
de la IE?

Emocional (IE):

John, la clave está
en que la razón y
la emoción
trabajen en
equipo



Capacidad para razonar sobre las emociones y usar ese conocimiento emocional para mejorar y guiar el pensamiento y el comportamiento (Mayer, Roberts y Barsade, 2008).

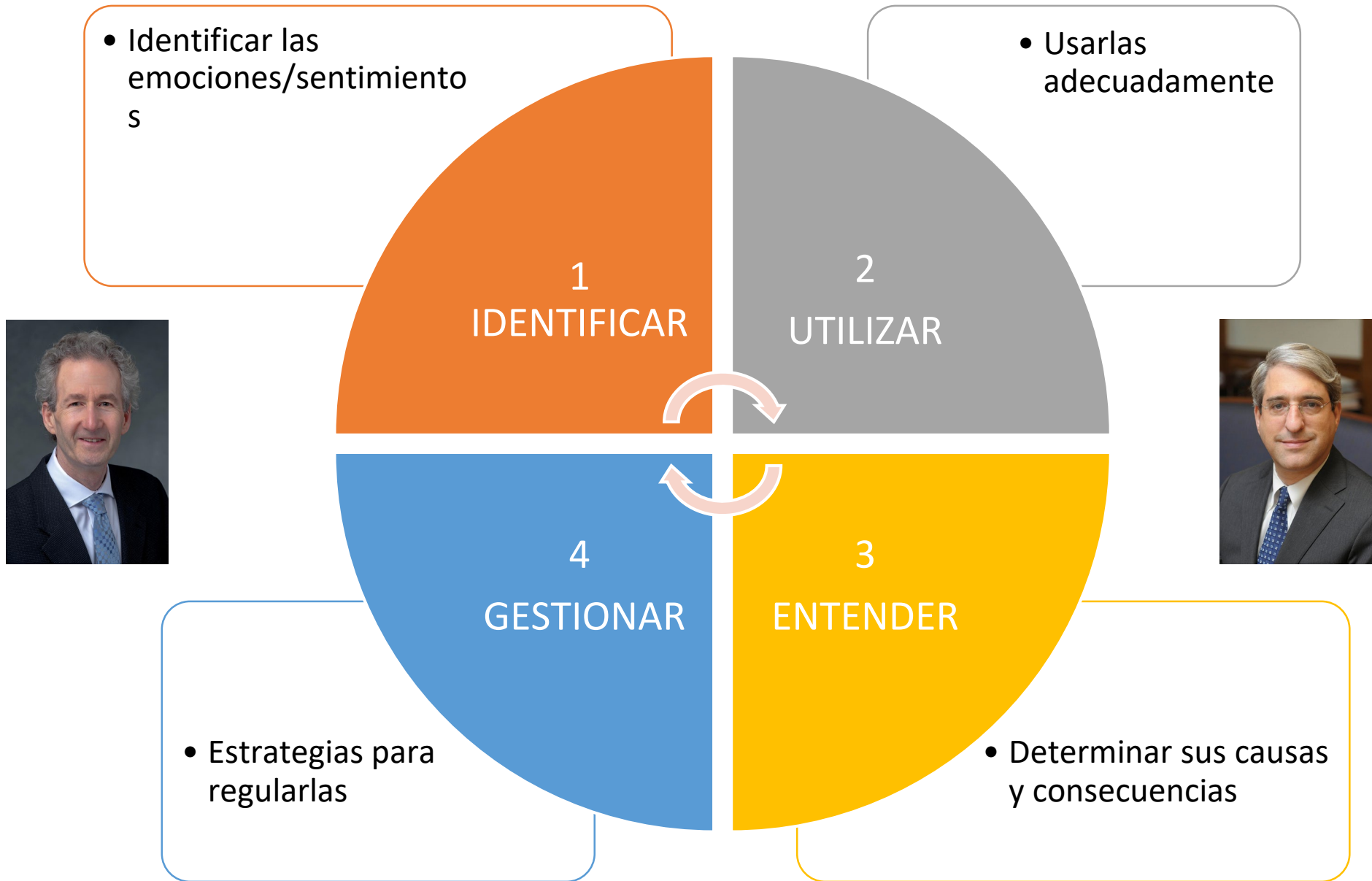
1- Habilidad para identificar y expresar emociones

2- Habilidad para usar las emociones en la toma de decisiones

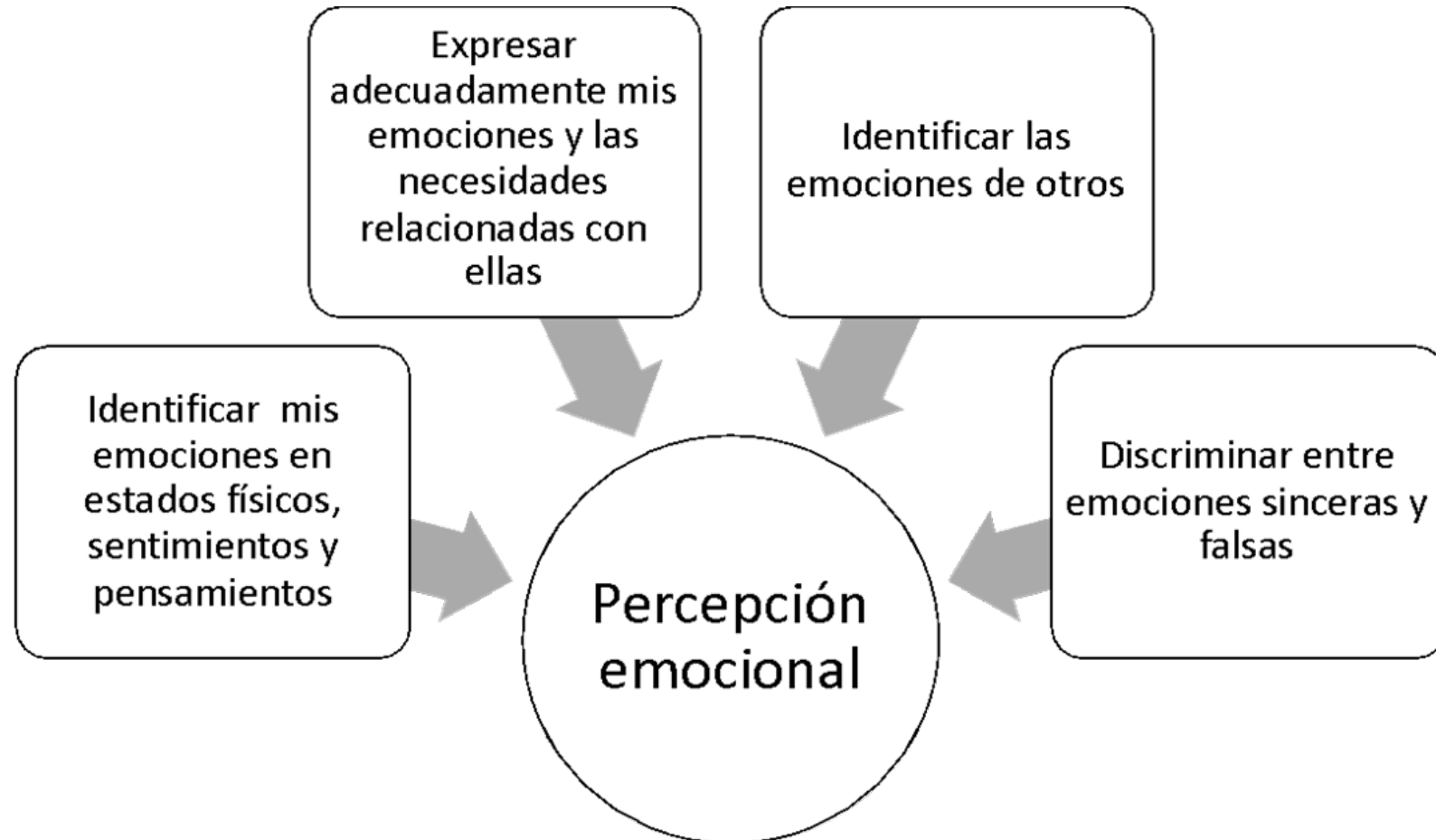
3- Habilidad para comprender las emociones

4- Habilidad para regular las emociones

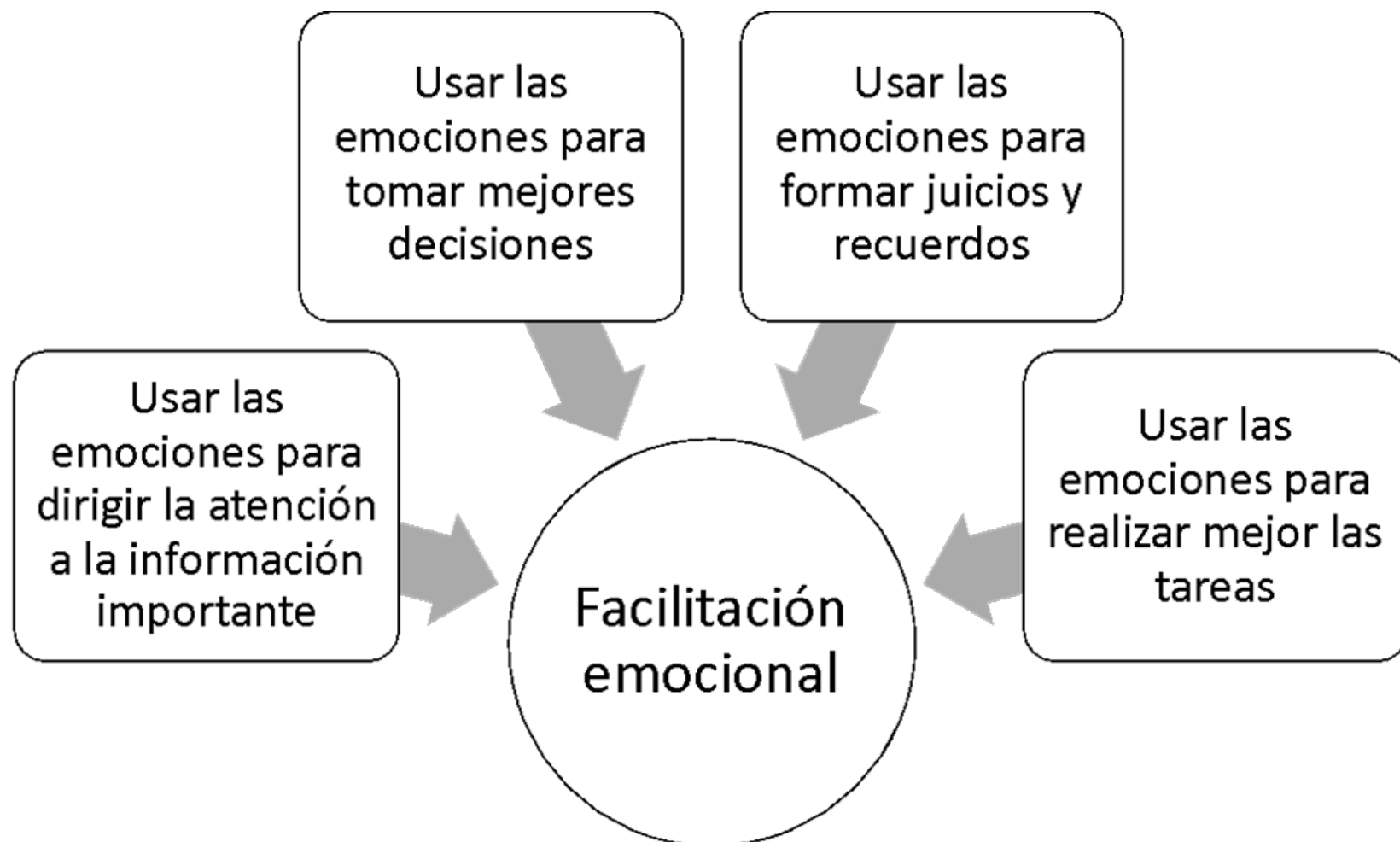
Modelo de IE para trabajar con las emociones (Mayer y Salovey, 1997)



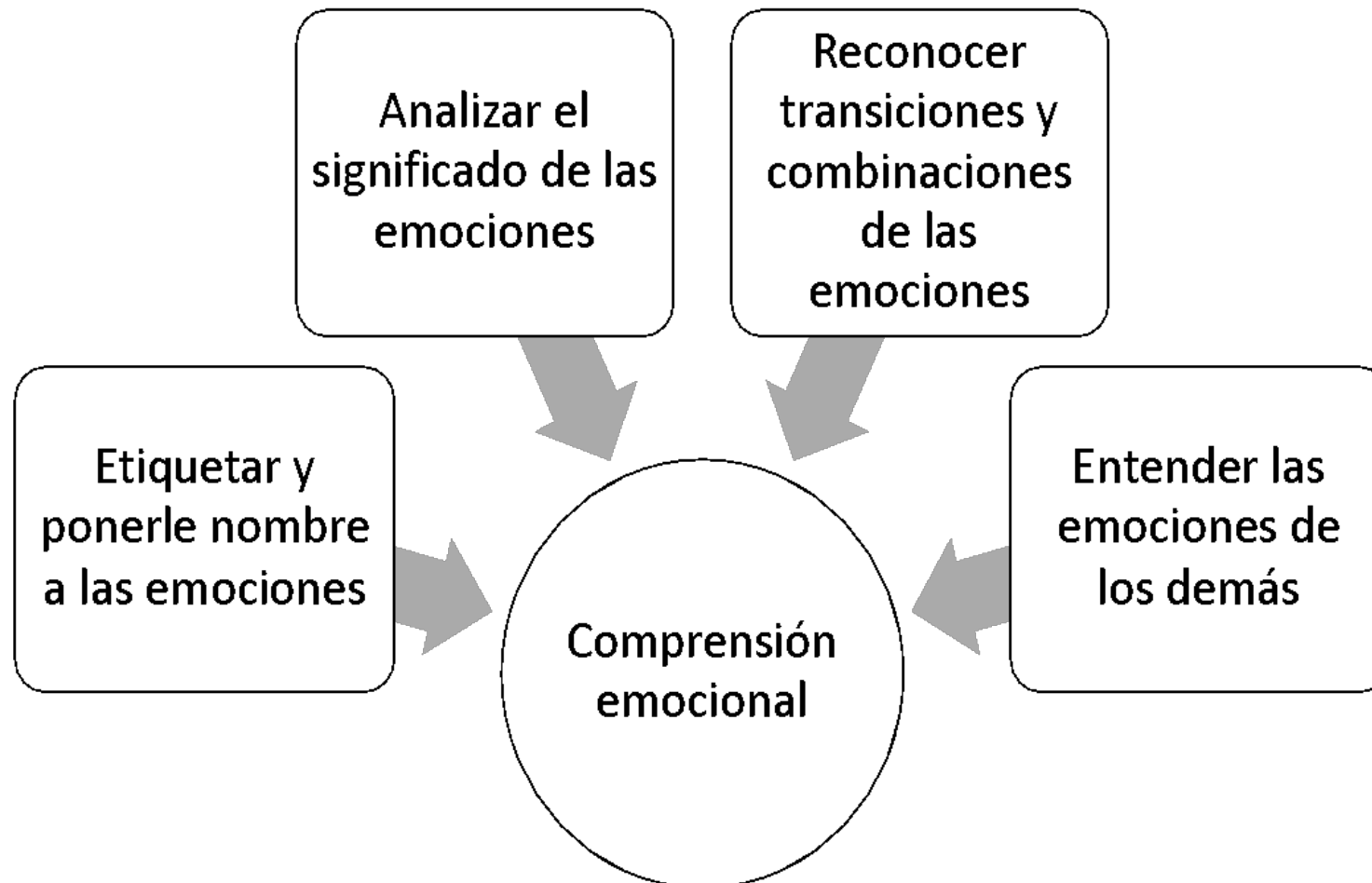
Percibir, evaluar y Expresar emociones



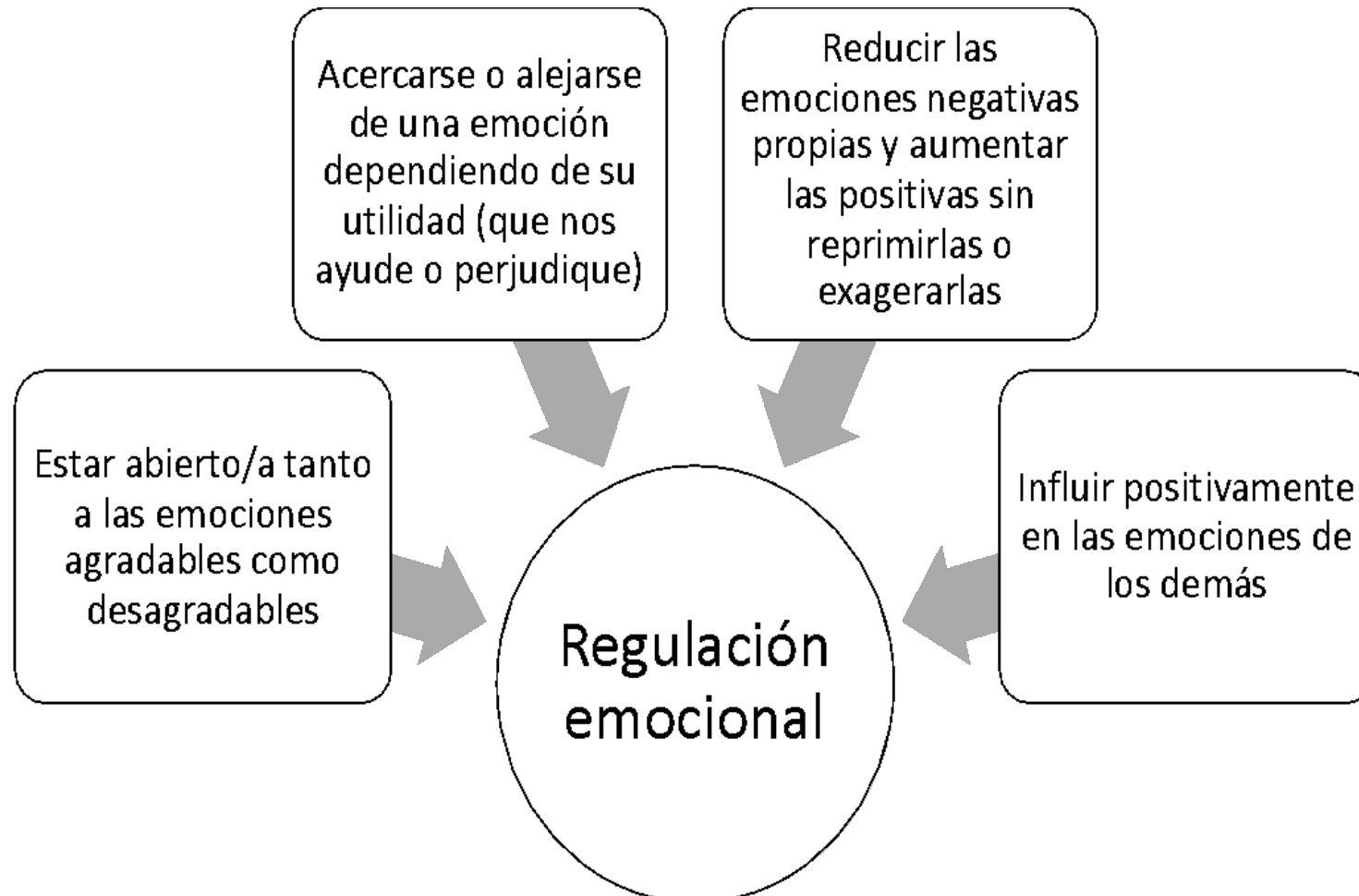
Facilitación emocional: Usar emociones para tomar decisiones y realizar tareas



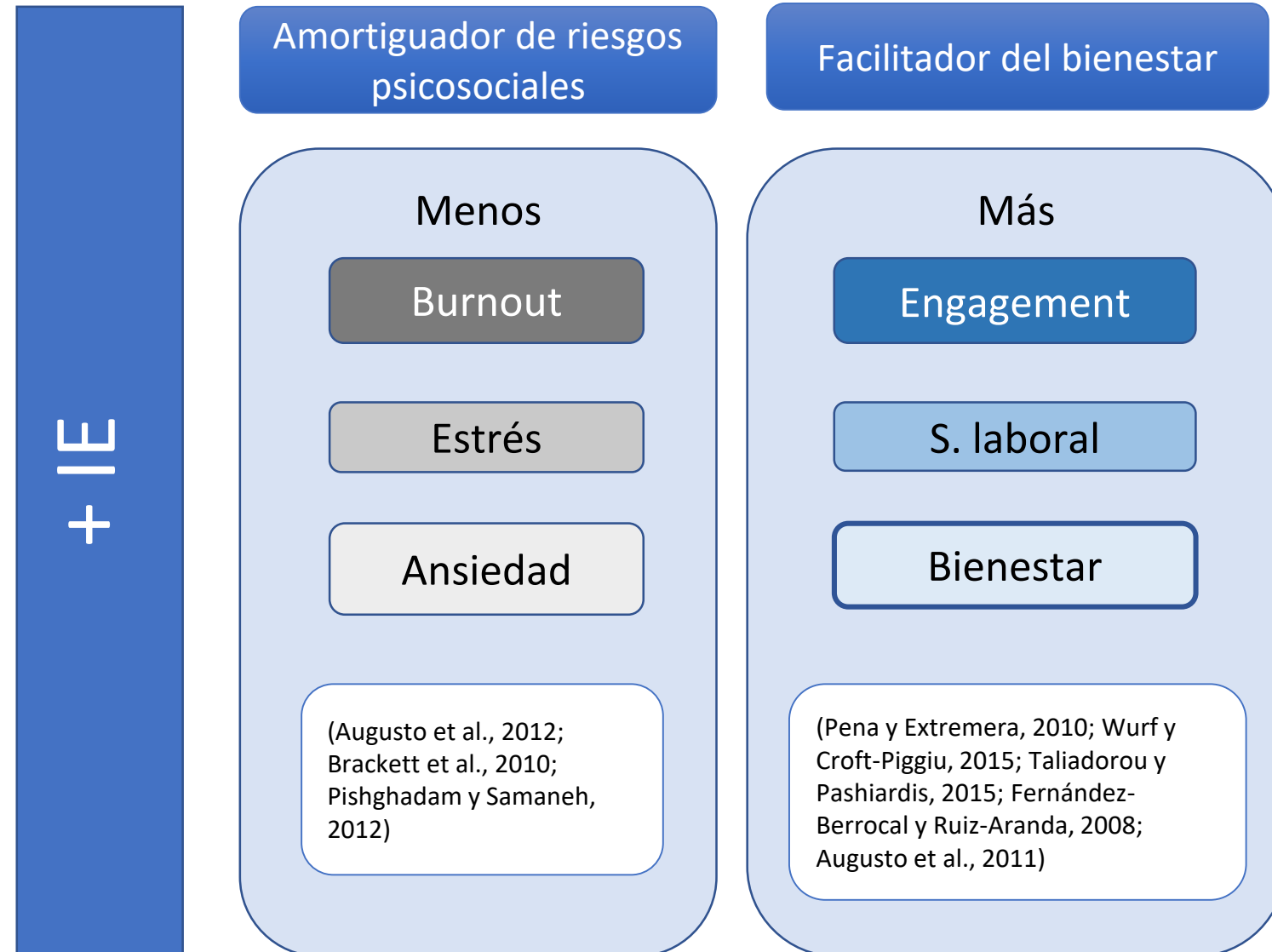
Comprensión de emociones propias y de los demás



Regular emociones propias y de los demás



Aportaciones desde el modelo de la habilidad



Modelo de Bienestar

- Bar-On (1997), IE, conjunto de conocimientos y habilidades en lo emocional y social que influyen en nuestra capacidad general para afrontar efectivamente las demandas de nuestro medio.



- El modelo de Bar-On (1997) está compuesto por cinco elementos:
 - 1) *el componente intrapersonal,*
 - 2) *el componente interpersonal,*
 - 3) *el componente de manejo de estrés,*
 - 4) *el componente de estado de ánimo,*
 - 5) *el componente de adaptabilidad o ajuste.*



MODELO DE IE DE PETRIDES Y FURNHAM



Se denomina: **Modelo de rasgo de autoeficacia emocional**

Raíces son: Rasgos de personalidad, elementos de Inteligencia Social de Thorndike, y elementos de inteligencia intrapersonal e interpersonal de Gardner.

- **Consta de 15 dimensiones:**
- Es un modelo multifactorial que considera la IE como un rasgo de personalidad y que se basa más en la percepción que un sujeto tiene de sí mismo, que de las habilidades emocionales para trabajar con la información emocional.
- el Trait Emotional Intelligence Questionnaire ([TEIQue; Petrides, 2009; Petrides y Furnham, 2003](#)),
- TEIQue-Adolescent Full Form (TEIQue-AFF)
- versión abreviada de 30 ítems TEIQue-Adolescent Short Form (TEIQue-ASF).
- TEIQue-Child Form (TEIQue-CF), una medida de la IE rasgo específicamente creada para ser empleada en niños y niñas.

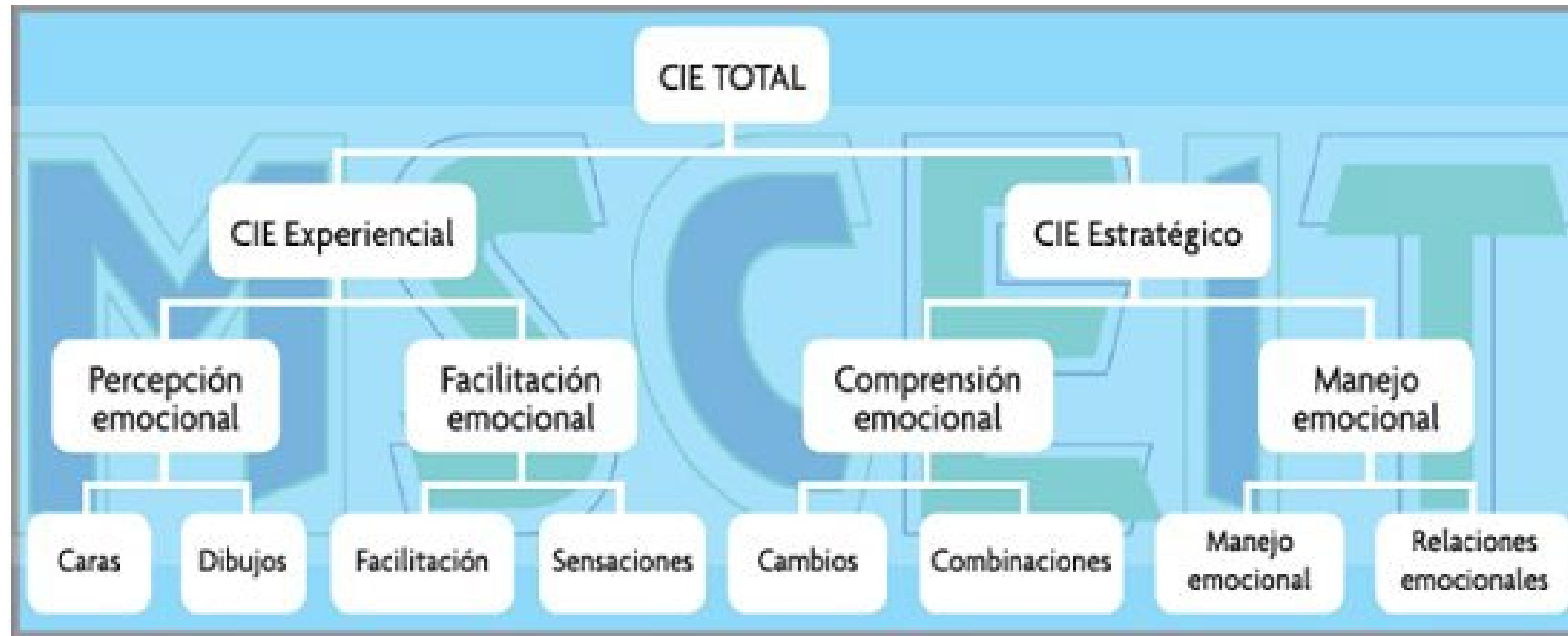
¿Soy una persona con IE? Evaluación de la IE

- **Pruebas de auto-informe:** cómo percibo mis competencias emocionales (son las más utilizadas).
 - describes cómo comprendes y gestionas tus propias emociones y cómo te relacionas con los demás (EQ-i, TMMS)
- **Evaluación 360º:** cómo me perciben otras personas. Se comparan con la auto-evaluación en las mismas dimensiones (ESCI).
- **Pruebas de rendimiento:** lo que realmente soy.
 - miden IE como una capacidad (MSCEIT, TIEFBA)

Pruebas para medir Inteligencia Emocional

- *Trait Meta-Mood Scale TMMS*(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995).
- Este instrumento evalúa el meta-conocimiento que las personas tienen de sus habilidades emocionales.
- Es una escala formada por 24 ítems tipo Likert con un rango de puntuación que oscila entre 1 y 5.
- La escala está compuesta por 3 dimensiones de tipo intra-personal formadas por 8 ítems cada una: **Atención** a los sentimientos (por ejemplo, “pienso en mi estado de ánimo constantemente”), **Claridad emocional** (por ejemplo, “frecuentemente me equivoco con mis sentimientos”) y **Reparación emocional** (por ejemplo, “aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista”). (Fernández-Berrocal, Extremera & Ramos, 2004).

- **MSCEIT (Mayer, Salovey y Caruso, 2002; Mayer, et al., 1999).** Estas medidas abarcan cuatros áreas de la inteligencia emocional propuesta en la definición de Mayer y Salovey. (Mayer y Salovey, 1997): 1) percepción emocional; 2) asimilación emocional, 3) comprensión emocional y 4) regulación afectiva.



TDA-H: Deficit de atención y/o hiperactividad

- NIÑAS/OS ADOLESCENTES PROBLEMAS
- Dificultades atención y concentración tareas
- Dificultades en relaciones sociales
- Baja autoestima
- Falta de motivación
- Bajo rendimiento escolar

Padres y madres: Problemas

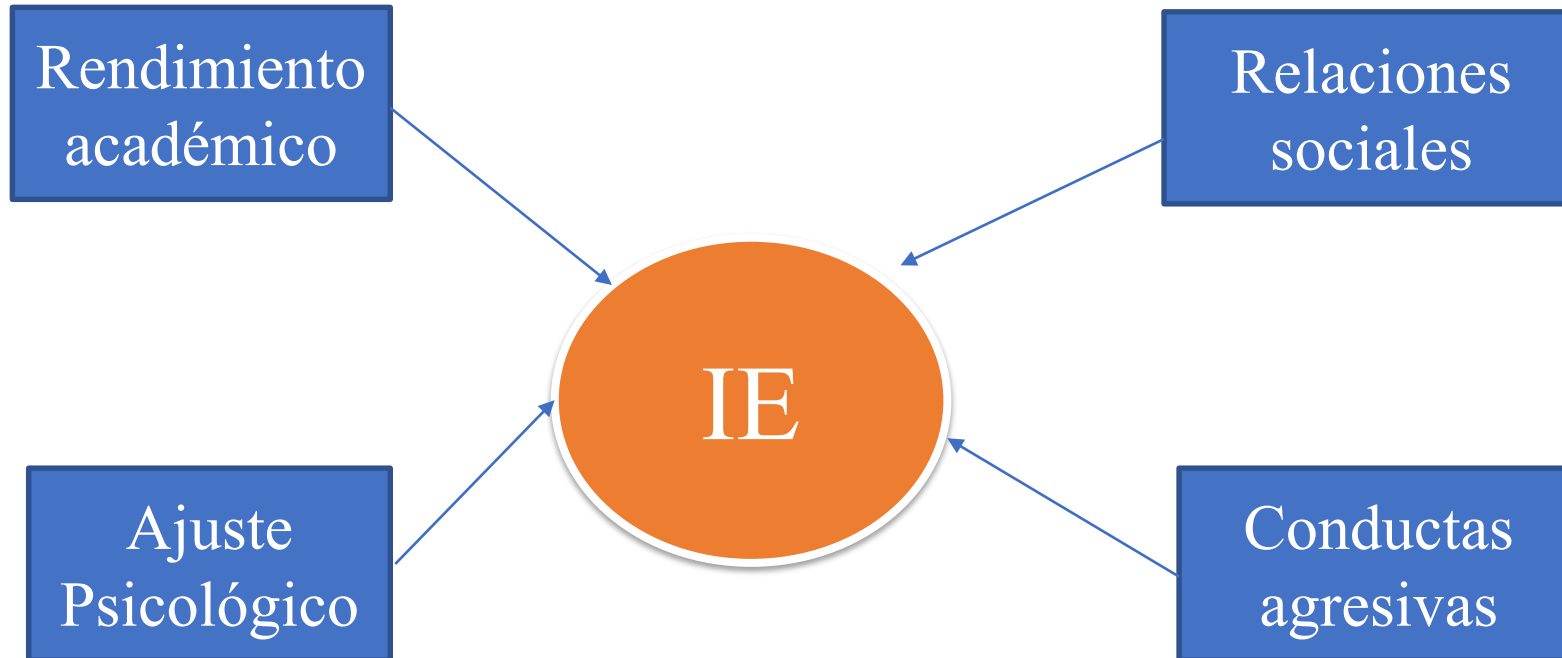
Ansiedad, Estrés, Depresión y Bienestar psicológico

Qué han mostrado los estudios realizados sobre el constructo IE y sujetos con TDA-H

- Existen déficits en la regulación, el reconocimiento y la expresión de las emociones en las personas con TDAH, pueden, en algunos casos, ser responsables de una parte importante del impacto negativo en el funcionamiento y los resultados
- Teniendo en cuenta que las habilidades asociadas con la inteligencia emocional pueden aprenderse y mejorarse, se puede pensar en la inteligencia emocional como un objetivo de la terapia mediante la educación para pacientes con TDAH que tienen habilidades inadecuadas en comparación con la población sana (Climie y Mastoras, 2015).
- Estas habilidades también son valiosas por sus efectos a lo largo de la vida en el pronóstico de los pacientes con TDAH y familiares de éstos.

Efectos comprobados de la IE en adolescentes

- Alta vs. baja



Retos: programa de entrenamiento enfocado a TDA-H

- Entrenar en habilidades emocionales par disminuir conductas desadaptativas y favorecer el bienestar general en este tipo de población en una doble vía:
 - A) A nivel intrapersonal, dotándolo de estrategias para la percepción, uso, comprensión y regulación de emociones internas.
 - B) A nivel interpersonal: incrementando estrategias para la percepción, uso, comprensión y manejar las emociones de los demás.

Contenido de las sesiones

- Constaría de 12 sesiones (minimo)
- 1 sesión introductoria y se explicaría a modo teórico-prácticos en que consiste la IE y sus beneficios que conllevaría para su vida diaria.
- Formarían grupos de trabajo
- Las siguientes sesiones comenzaría con una puesta en común de la tarea para casa en la sesión anterior
- Se presenta la habilidad a trabajar y se realiza. Se presenta la tarea para casa

Percepción Emocional: Objetivos

- Aprender a desarrollar emociones de forma adecuada
- Desarrollar la capacidad de reconocer expresiones emocionales a través e expresión facial y corporal (interacciones sociales)
- Aprender a discriminar diferentes expresiones fáciles que empleamos para expresar emociones
- Aprender a identificar que emociones nos provocan determinados objetos o sonidos
- Comunicar emociones a través de la expresión artística

Facilitación o Uso. Objetivos

- Comprender asociaciones entre nuestras experiencias y emociones sentidas
- Conocer la influencia de la emociones en nuestros recuerdos
- Interpretar las emociones como facilitadores del pensamiento y la acción
- Conocer como las emociones positivas influyen en la creatividad, amplían el pensamiento y dan lugar a más alternativas de respuesta
- Entender que las emociones negativas limitan nuestra posibilidades de encontrar soluciones creativas en la vida cotidiana
- Identificar sensaciones que nos provocan emociones

Comprensión Emocional: Objetivos

- Aprender asociar estados emocionales con diferentes etiquetas
- Ampliar y enriquecer el lenguaje emocional
- Desarrollar la empatía
- Conocer la relación entre pensamiento y emociones
- Reflexionar porqué diferentes emociones pueden aparecer juntas aunque tenga valencia afectiva diferentes
- Descubrir cual es la función de la emociones y comprender porqué todas las emociones son importantes y necesarias

Regulación emocional: Objetivos

- Manejar emociones propias y de los demás
- Provocar autorreflexión sobre su comportamiento y pensamiento en diferentes situaciones
- Identificar estrategias de regulación de emociones y conductas en diferentes situaciones
- Hacer conscientes a los sujetos de la capacidad que todos tenemos para influir emocionalmente sobre la conducta de los demás con nuestra conducta verbal y no verbal
- Aprender a regular emociones concretas a través de situaciones cotidianas propuestas
- Hacer conscientes a los sujetos de la importancia del manejo emocional y sus consecuencias para ellos y su entorno

Percepción Emocional



Protocolo de registro de emociones: ¿Qué están sintiendo?

Emociones	Fotografía 1	Fotografía 2	Fotografía 3	Fotografía 4	Fotografía 5	Fotografía 6
Emoción/es						

Otra forma de trabajar la Comprensión Emocional



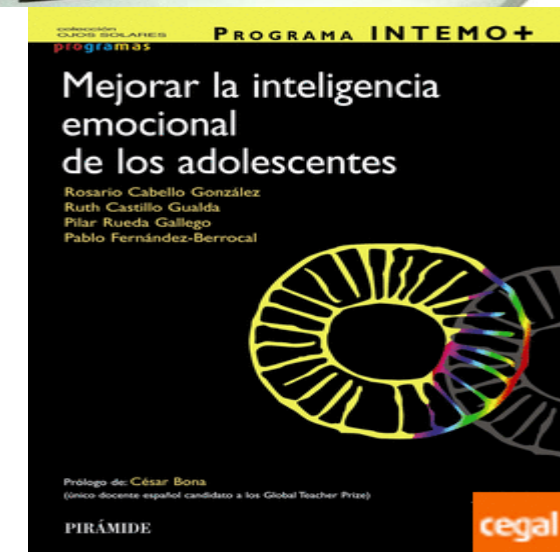
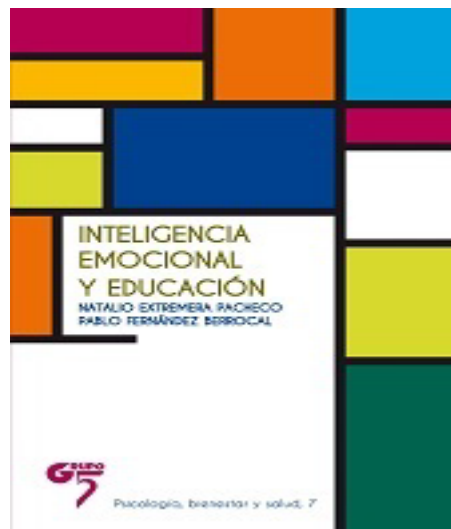
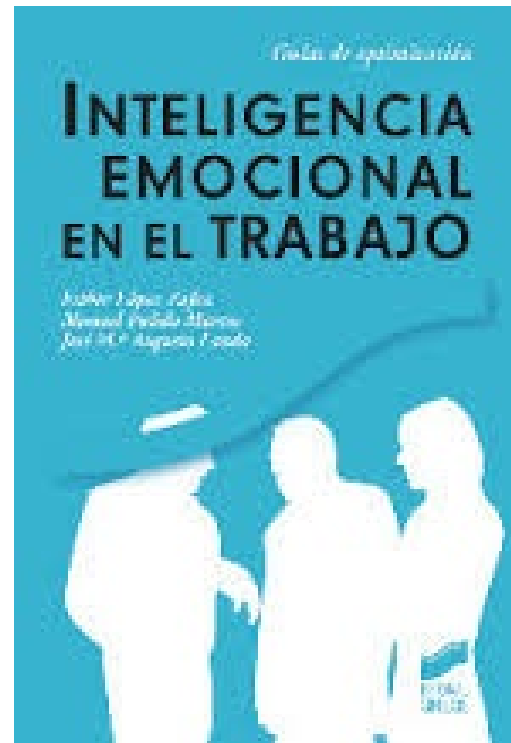
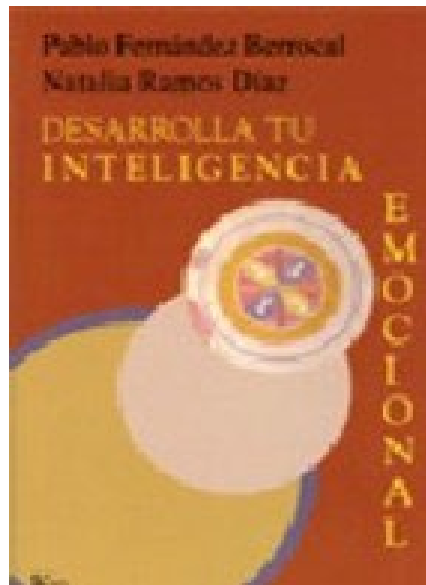
Regular las emociones en los demás: Escucha activa

- **Objetivo:** Ayudarte a escuchar de forma precisa el mensaje de tu interlocutor.
- **Realización** en grupo
- **Duración:** unos 25 minutos
- **Realización:** El grupo decide un tema sobre el que establecer un debate. No comenzar con temas se susciten polémica.

Cada participante pedirá su turno al moderador. La única instrucción que no puede ser vulnerada es que antes de expresar su opinión cada participante deberá recordar lo dicho por el compañero anterior. Es importante que tanto el moderador del grupo como la última persona es expresar la opinión expresen si el mensaje fue comprendido y escuchado.

Recomendaciones: Prestar gran atención a lo que comenta el resto de tus compañeros y no distraerse con tu “diálogo interno”.

Entrenamiento en Inteligencia Emocional



Muchas gracias por su atención



Universidad de Jaén