



## Curso de Inteligencia Emocional y Manejo del Estrés

### UNIDAD 1.7 LAS INTELIGENCIAS ALTERNATIVAS

- Una vez dentro de la unidad, te encontrarás con una serie de actividades encaminadas a reforzar el aprendizaje (consisten en preguntas de reflexión, en análisis de casos, en cuestionarios de autoconocimiento, etc). Estas actividades serán revisadas por tu tutor, sirviendo de evaluación práctica del curso. Las reconocerás fácilmente porque se encuentran en un formato diferente al resto del contenido, en un recuadro coloreado, teniendo como peculiaridad el que deben ser respondidas en el propio sistema. Para poder pasar a la unidad siguiente, deberás terminar las actividades de la unidad anterior. Formará parte de la calificación final; en concreto, supone el 30% de la calificación final.
- Al final de cada una de las unidades, te encontrarás con un enlace que te llevará a un cuestionario de evaluación, que servirá de **evaluación teórica** del curso. La nota final del curso se hallará con la media de todos estos cuestionarios de evaluación, siendo la máxima nota un 5. De los 5 puntos restantes, 3 corresponden a las actividades prácticas y los otros 2, a la asistencia y participación activa en el curso (*medidas, automáticamente, a través del software "Psicoaula", recogiendo la participación en foros, chat, uso del correo, número de horas empleadas en las unidades, etc.*).
- En el enlace "**Espacio Tutorial**" del menú de la parte izquierda, encontrarás mayor información acerca del curso y de la unidad correspondiente, además de indicaciones de cómo funciona Psicoaula y algunas preguntas frecuentes acerca del software.
- Para cualquier duda, aclaración o ayuda, no dudes en contactar con los tutores utilizando las herramientas de comunicación que te ofrece el software "Psicoaula".
- También puedes plantear tus dudas, para una respuesta más rápida, a través del correo electrónico [info@tafor.net](mailto:info@tafor.net) y/o a través de los teléfonos **922 255 149** y **902 106 758**.

### REMARQUES

■ **BIENVENID@** al curso de **Inteligencia Emocional y Manejo del Estrés**. Ésta es la Unidad 1.7: **Las Inteligencias Alternativas**. Para navegar por la unidad, utiliza los botones de la parte superior o inferior.

■ El botón **ÍNDICE** te llevará al temario de la unidad, pudiendo desplazarte rápidamente por la misma.

■ El botón **MAPA CONCEPTUAL** te llevará a un esquema gráfico de la unidad.

■ El botón **ESPACIO TUTORIAL** te posibilitará descargarte artículos relacionados, consultar la bibliografía, etc.

■ Pulsando el botón **METADATA** accederás a información sobre la unidad.



índice

mapa  
conceptual

espacio  
tutorial

metadata

## UNIDADES DEL CURSO "Inteligencia Emocional y Manejo del Estrés"

- 1.1 La naturaleza de las emociones
- 1.2 La naturaleza de las emociones II: emociones básicas
- 1.3 ¿Para qué sirven las emociones?
- 1.4 ¿Soy inteligente emocionalmente?
- 1.5 Mejorando mi inteligencia emocional I: La expresión y comprensión de las emociones
- 1.6 Mejorando mi inteligencia emocional II: Técnicas de encauce y regulación emocional
- ➡ **1.7 Las inteligencias alternativas**
- 1.8 La Autoconfianza I: definiciones
- 1.9 La Autoconfianza II: aplicaciones
- 2.1 ¿Qué es el estrés?
- 2.2 El estrés en el trabajo
- 2.3 Evitar el tedio y defenderse del estrés
- 2.4 Frustración y estrés
- 2.5 Los estilos de afrontamiento ante los problemas
- 2.6 La superación y realización en el trabajo

### ÍNDICE DE LA UNIDAD 1.7

- 1. Prólogo: "El fantasma en la máquina" ➡
- 2. LOS ENFOQUES SOBRE LA INTELIGENCIA ➡
- 3. Inteligencias alternativas ➡
- 3.1 Inteligencia vs inteligencias ➡

### REMARQUES

➡ Pulsando sobre este icono ➡, podrás acceder directamente al punto al que hace referencia, lo que te permite moverte por los contenidos de una manera libre y rápida.

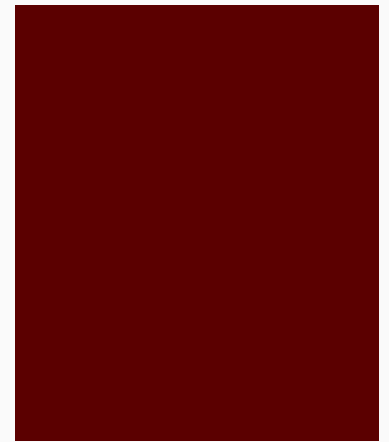
#### 4. INTELIGENCIAS MÚLTIPLES ➡

#### 5. La teoría de los Moldes Mentales ➡

##### 5.1 ¿Qué son los Moldes Mentales? ➡

#### 6. CONCLUSIÓN Y BALANCE FINAL ➡

##### 6.1 Evaluación final de la unidad ➡



Índice

índice

mapa  
conceptual

espacio  
tutorial

metadata



Mapa  
Conceptual

## MAPA CONCEPTUAL

### REMARQUES

■ Acude al **mapa conceptual** siempre que desees y cada vez que te encuentres perdido en la unidad. Te dará una visión nítida y esquematizada de todos los contenidos tratados en la unidad.



**Mapa  
Conceptual**



## METADATA

### Universidad de Salamanca:

---

#### Directora Académica

- Silvia Fernández Rivas  
Profesora Asociada de La Universidad de Salamanca

### Coordinador de los cursos de formación:

---

- Sergio Blanc Chueca

### Responsable de los cursos del País Vasco:

---

- Iñaki Etxeberria Garmendia

### Equipo Técnico del Instituto Tafor Psicotecnia:

---

#### Equipo Técnico

- Sergio Blanc Chueca
- Juan Francisco García González
- Juan Miguel Martín Peña
- Walter Martín Waló
- M<sup>a</sup> del Mar Vera Ramos

#### Equipo de Actualización

- Efraín González Linares
- Noelia Morín Pérez

#### Tutores

- Sergio Blanc Chueca

## REMARQUES

■ En los metadata se presentan las referencias de **autoría y otros datos de interés** respecto de la unidad.

👤 María Goretti Fernández Santos

**Título de la Unidad Didáctica:**

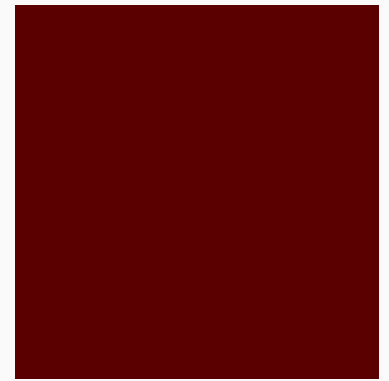
---

👤 Las Inteligencias Alternativas

**Título del Curso:**

---

👤 Inteligencia Emocional y Manejo del Estrés



**Metadata**

## REMARKUES

☛ Hasta ahora hemos visto la importancia de las emociones en nuestra vida y el papel que juega la inteligencia emocional, pero, como verás a lo largo de la unidad, existen otros tipos de inteligencias.

☛ Continúa para conocer como puede ser explicada la inteligencia desde diferentes enfoques.

## 1. Prólogo: “El fantasma en la máquina”

Hasta ahora, hemos conocido la naturaleza de las emociones, para qué sirven, y por último, hemos profundizado sobre la inteligencia emocional, pero, ¿es la única inteligencia que existe?. Evidentemente, la respuesta es no.

En esta unidad vamos a conocer qué se entiende por **inteligencias alternativas**.

Descartes había definido dos mundos: uno **material** que incluía el cuerpo, y otro **mental**, un escenario interior fantasmagórico donde tenían lugar los eventos mentales privados. Consideraba a la **mente** como si se tratase de algo distinto y contrapuesto al cuerpo, y de algún modo subyacente a la **conducta**. En consecuencia, los cartesianos describen las conductas como **predicados “mentales”** tales como “inteligente”, “optimista”, “sincero”, y luego suponen que debe haber algo mental tras las conductas que las hace inteligentes, optimistas o sinceras.



### ¿No estará Descartes equivocado? ¿No puede ser un error categorial?

Supongamos que damos una vuelta por un campus universitario, y se enseña a un nuevo estudiante los edificios de las distintas facultades, la biblioteca, etc. Al final del día, este nuevo estudiante nos pregunta “Me has enseñando muchas cosas, pero...¿dónde está la Universidad?”. Para algunos, la universidad quedaría reducida a sus edificios, para otros, a sus clases, para otros, a sus investigaciones, proyectos, publicaciones... Es más, la universidad es una comunidad de personas que intentan investigar, desarrollar, enseñar, divulgar y aprender ciencia o conocimientos, para lo cual requiere de instalaciones, organizaciones y servicios. En este

caso, como en el de Descartes, la duda está en identificar a la universidad por sus instalaciones o considerarla al margen de ella.

Según el filósofo inglés Gilbert Ryle (1900-1976), las conductas son de suyo inteligentes, optimistas, sinceras. No es necesario crear el “fantasma de la inteligencia” para explicar la conducta inteligente.

¿Es este planteamiento adecuado? Está claro que se trata de una de las maneras de concebir la inteligencia. Se trata del enfoque conductista. ¿Qué plantea el conductismo y que plantean las otras corrientes?

índice

mapa conceptual

espacio tutorial

metadata

## 2. LOS ENFOQUES SOBRE LA INTELIGENCIA

La persona, además de lo corporal o **somático**, tiene una dimensión **cognitiva** (pensar) una dimensión **afectiva** (sentir) y una dimensión **conativa** (hacer); todo ello dentro de un contexto social. Han existido corrientes que han acentuado lo cognitivo –lo que ocurre en el pensamiento- como es el *Cognitivismo*; otras han acentuado la conducta manifiesta (*Conductismo*); otras han acentuado lo afectivo, como el *Psicoanálisis*, el *Humanismo* o el actual Movimiento *emocional-personalizante* (Hernández, 2002).

Si seguimos a Hernández (2005 y 2006), se puede decir que la **investigación** sobre inteligencia ha estado determinada por el **paradigma psicológico dominante** en cada época, resaltando los siguientes enfoques:

1. **Enfoque de Rasgos o Psicométrico.** Se ponía el acento en las capacidades naturales, concretamente, en la inteligencia como producto (CI), es decir, en el “**cuánto**” se es capaz. Por supuesto que ésta influye en el rendimiento, pero no hasta al punto de su mitificación, pues suele explicar no más del 20% de la varianza total.
2. **Enfoque Conductista.** Posteriormente, con el paradigma “*conductista*”, se desechó el estudio de la inteligencia, por ser un aspecto interno y genérico, y se resaltaron las **habilidades específicas manifiestas**, que se consideraron como producto del entrenamiento, de la práctica y del manejo de antecedentes y consecuentes.
3. **Enfoque Cognitivo.** Después, el paradigma “*cognitivo*” volvió a resucitar la mente, centrándose en las estrategias mentales, en los procesos, en el “**cómo**”. En especial, el modelo cognitivo resalta la habilidad para tomar conciencia de la propia actividad mental (metacognición).
4. **Enfoque Emocional-personalizante.** Pone el énfasis en los aspectos emocionales, en la capacidad constructivista y en los valores de "persona" del ser humano. En este enfoque estaría incluida la inteligencia emocional, estudiada en unidades anteriores.

### REMARQUES

El enfoque emocional-personalizante nace en el vacío o decepción social, experimentado tras el desarrollismo, tras la posibilidad de gozar de incontables bienes y recursos como nunca, según los indicadores del desarrollo (Hernández, 2002).



### Actividad 21. ¿Qué es para ti la inteligencia?.

1. Como has visto, a lo largo de la historia la inteligencia ha sido definida de diferentes maneras, atendiendo al enfoque dominante de cada momento. Antes de continuar conociendo más sobre las "Inteligencias Alternativas" nos gustaría saber **¿Cómo definirías tu la inteligencia?**. Para ello puedes tomar, como punto de partida, uno o varios de los enfoques que acabas de ver.

Pulsa [aquí](#) para realizar la actividad

Ahora que has visto los principales enfoques sobre la inteligencia, continúa para conocer qué son las **inteligencias altermativas**.

### 3. Inteligencias alternativas

Por **inteligencias alternativas** entendemos el poder o capacidad cognitiva expresada en diferentes dominios que no son los típicamente tratados por la inteligencia concebida tradicionalmente.

De manera general se ha definido la inteligencia como una **habilidad general** que se encuentra, en diferente grado, en todos los individuos, y que constituye la **clave del éxito** en la resolución de problemas. Esta habilidad puede ser medida de forma fiable por medio de tests estándares de papel y lápiz que, a su vez, predicen el futuro éxito en la escuela.

¿**Pero cómo se explica las diferencias en éxito después de la escolaridad?** Algunas personas de las que se consideran “normales” suelen tener más éxito de los que se suponen estudiantes “superiores”. ¿Qué ocurre?

Antes de continuar, realiza la siguiente actividad.

#### Actividad 22. Diferencias de éxito.

1. Siguiendo con la pregunta, ¿**Cómo explicarías** que algunas personas de las que se consideran “normales” suelen tener más éxito de los que se suponen estudiantes “superiores”?

Pulsa [aquí](#) para realizar la actividad

#### REMARQUES

■ Una vez que hayas realizado la actividad, continúa para conocer la Teoría de las Inteligencias Múltiples.



Continúa con la unidad para conocer la **Teoría de las Inteligencias Múltiples**

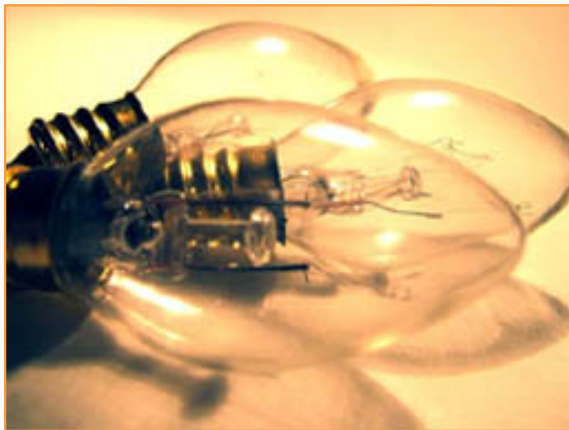
### 3.1 Inteligencia vs inteligencias

Si hablamos de **Teoría de las Inteligencias Múltiples** (teoría de las IM) surge el nombre de su autor, *Howard Gardner*, un psicólogo de Harvard. Él considera que igual que hay muchos tipos de problemas que resolver, también hay muchos tipos de inteligencia. Hasta la fecha Howard Gardner y su equipo de la Universidad de Harvard han identificado ocho tipos distintos de inteligencia.

Para *Gardner*, el problema radica en el propio término de inteligencia y considera que la competencia cognitiva queda mejor descrita en términos de un conjunto de habilidades, **talentos** o capacidades mentales, que denomina “inteligencias”. Parte del supuesto de que todos los individuos “normales” poseen cada una de estas capacidades en cierto grado, pero los individuos difieren en el grado de capacidad y en la naturaleza de la combinación de estas capacidades.

Esta teoría refleja de forma más adecuada los datos de la conducta humana “inteligente”, con importantes implicaciones educativas y curriculares.

Frente al concepto de inteligencia como atributo innato, como una facultad del individuo, la teoría de las inteligencias múltiples **pluraliza** el concepto tradicional.



Para Gardner, “Una inteligencia implica la habilidad necesaria para resolver problemas o para elaborar productos que son de importancia en un contexto cultural o en una comunidad determinada.”

Continúa para conocer los **ocho tipos de inteligencias** de los que hablaba *Gardner*.

#### REMARQUES

■ Para Howard Gardner no existe una única inteligencia, sino una diversidad de ellas.



índice

mapa conceptual

espacio tutorial

metadata

## 4. INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

Howard Gardner, en un principio, postuló que existen siete inteligencias primordiales (recogidas en su obra *Estructuras de la mente*, 1983) y más tarde ocho (*La inteligencia reformulada: las inteligencias múltiples en el siglo XXI*).

Con todo ello, se puede observar que la intención de *Gardner* ha sido la de aumentar la importancia del **potencial humano**, lo cual supone tener que ir más lejos de las concepciones psicométricas de los test de inteligencias.

Los ocho tipos distintos de inteligencia son:

- **Inteligencia lingüística**, la que tienen los escritores, los poetas, los buenos redactores y utiliza ambos hemisferios cerebrales.
- **Inteligencia lógica-matemática**, la que se utiliza para resolver problemas de lógica y matemáticas. Es la inteligencia que tienen los científicos. Se corresponde con el modo de pensamiento del hemisferio lógico y con lo que la cultura occidental ha considerado siempre como la única inteligencia.
- **Inteligencia espacial**, consiste en formar un modelo mental del mundo en tres dimensiones; es la inteligencia que tienen los marineros, los ingenieros, los cirujanos, los escultores, los arquitectos o los decoradores.
- **Inteligencia musical**, es aquella que permite desenvolverse adecuadamente a cantantes, compositores, músicos y bailarines.
- **Inteligencia corporal-cinestésica**, o la capacidad de utilizar el propio cuerpo para realizar actividades o resolver problemas. Es la inteligencia de los deportistas, los artesanos, los cirujanos y los bailarines.
- **Inteligencia intrapersonal**, es la que permite entenderse a sí mismo. No está asociada a ninguna actividad concreta.
- **Inteligencia interpersonal**, la que permite entender a los demás; se la suele encontrar en los buenos vendedores, políticos, profesores o terapeutas.
- **Inteligencia naturalista**, la utilizada cuando se observa y estudia la naturaleza. Es la que demuestran los biólogos o los herbolarios.

### REMARQUES

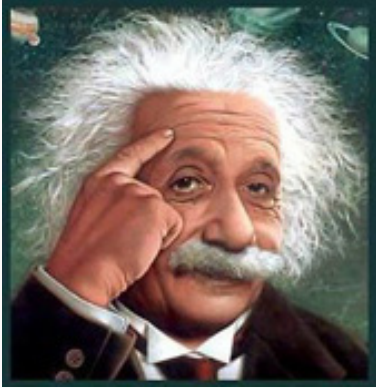
■ Para Gardner todos los individuos normales poseen cada una de estas capacidades, pero los individuos difieren en el grado de capacidad y en la naturaleza de la combinación de las mismas.

■ Tanto la Inteligencia lingüística o verbal y la inteligencia lógico-matemática son coherentes con la postura de la psicología tradicional. La capacidad espacial, el talento kinestésico (el dominio corporal) y las dotes musicales, aunque son "reconceptualizadas como inteligencias", están en la mente de la psicología tradicional entendidas dentro de las aptitudes, próximas a las acciones talentosas.

Una excepcional inteligencia lógico-  
matemática

Una excepcional inteligencia espacial

Una excepcional inteligencia musical



**Albert Einstein** (14 de marzo de 1879 - 18 de abril de 1955), nacido en Alemania y nacionalizado en Estados Unidos en 1940, es el científico más conocido e importante del siglo XX. En 1905, siendo un joven físico desconocido, publicó su Teoría de la Relatividad.

**Antoni Gaudí** (Reus, España, 1852- Barcelona, 1926), arquitecto del movimiento modernista cuyas obras sorprenden por la originalidad de las formas.

**Ludwig van Beethoven** (Bonn, 16 de diciembre de 1770 - † Viena, 26 de marzo de 1827), compositor alemán de música académica (o música clásica). Uno de los más grandes y admirados de todos los tiempos. Se le considera como el principal precursor de la transición del clasicismo al romanticismo.

Ahora ya conocemos los ocho tipos de inteligencias de las que hablaba Gardner. En unidades anteriores estudiamos más detenidamente la inteligencia emocional, pero **¿Qué hay más allá de dicha inteligencia?**

índice

mapa  
conceptual

espacio  
tutorial


metadata

## 5. La teoría de los Moldes Mentales

La teoría de los **Moldes Mentales** (*Hernández, 2002*) va más allá de la inteligencia emocional. La perspectiva de la Inteligencia Emocional, tal como está formulada es muy **generalista**. Desde el punto de vista de la Inteligencia Emocional, es importante conocer nuestras emociones y la de los demás, pero, sobre todo, controlarlas o rentabilizarlas de cara a nuestras metas, pero, **¿cómo podemos conocer las emociones, cómo podemos controlarlas o rentabilizarlas, si no conocemos las piezas o estrategias que las determinan? ¿Cuáles son esas piezas?** Según esta teoría, los Moldes Mentales.

### 5.1 ¿Qué son los Moldes Mentales?

Los *moldes de la mente* son modos habituales y personales de reaccionar e interpretar la realidad en situaciones de egoimplicación, es decir, donde las personas se enfrentan a una realidad que las compromete en sus intereses y emociones. Los moldes son como las lentes que nos ponemos ante los ojos y con las que vemos las cosas de un modo determinado. Poco a poco, todos nos hemos construido unas lentes con las cuales enfocamos e interpretamos el mundo, nos vamos creando **formatos de pensamiento**, que son piezas clave para entender mejor el puzzle de la Inteligencia Emocional.

Una forma de imaginar un “formato” o “molde” es considerando la función de la “**escobilla**”  en el procesador de texto del ordenador. Cuando la clicamos, después de seleccionar un primer texto, y lo aplicamos sobre un segundo texto, éste termina adquiriendo las mismas propiedades que tiene el texto primero.

## REMARQUES

Estos enfoques terminan siendo habituales, cristalizándose en formatos o moldes específicos, de tal manera que en situaciones distintas terminamos aplicando esos mismos formatos. Lo que ocurre es que unos moldes mentales son facilitadores de aprendizaje y felicidad, mientras otros son interferentes.

Nuestra mente funciona a través de estrategias o enfoques, como una cámara de cine, que conecta, desconecta, selecciona, amplía, reduce el campo o realiza “picados”, “contrapicados” o movimientos rápidos de zoom.



A través del análisis factorial, partiendo de un conjunto de aserciones sobre el modo de pensar **antes**, **durante** y **después** de las situaciones emocionalmente implicativas, se han extraído **treinta moldes mentales** que parecen los más dominantes en **nuestro modo de reaccionar, interpretar o valorar la realidad** (Hernández, 2002). Ejemplos de moldes mentales son: *imaginar peligros ante situaciones nuevas; imaginar resultados fantásticos ante hechos que no tienen base para ello; cortar el pensamiento ante algo que se debe afrontar; reaccionar con desencaje al plantearse lo posible como imposible; focalizar los deseos en lo que no se tiene o en lo que no es posible...*

Continúa para conocer las **conclusiones** y el **balance final** de la unidad

## 6. CONCLUSIÓN Y BALANCE FINAL

A lo largo de la unidad hemos conocido los diferentes enfoques que ha tenido la inteligencia a lo largo de la historia, hasta llegar a las **Inteligencias Alternativas** y, en concreto, a **Las Inteligencias Múltiples**.

La inteligencia es una forma de llamar a un conjunto de **habilidades** mentales, que pueden ser **independientes** entre sí y que permiten que unas personas cuenten con talentos o **puntos fuertes** en unos aspectos, pero no necesariamente en otros.

Ahora, reflexiona sobre los aspectos vistos en la unidad en la siguiente actividad.

### Actividad 23. Reflexiones sobre la unidad.

1. ¿Qué **opinión y conclusiones** puedes sacar acerca de los diferentes enfoques que has visto sobre la inteligencia.
2. ¿Habías oído hablar de las Inteligencias Alternativas? ¿**Ha cambiado la opinión que poseías respecto a la Inteligencia**? ¿En qué sentido?

Pulsa [aquí](#) para realizar la actividad

### 6.1 Evaluación final de la unidad

Para dar por concluida la unidad, pulsa [aquí](#) para acceder al test de **Evaluación** o en los botones de avance.

## REMARQUES

📌 A lo largo de la unidad hemos hablado sobre los diferentes enfoques sobre la inteligencia.

📌 En la siguiente unidad, trataremos el tema de la Autoconfianza.