

Habilidades sociales, trayectoria universitaria y período de transición de la adolescencia a la adultez

Varela (2000) define la inteligencia como la capacidad de desenvolverse en un entorno cambiante. Para este científico, la capacidad cognitiva y adaptativa no está en las lógicas, no está en algo abstracto, no está en la simple manipulación: **es la capacidad de desenvolverse con el mundo, de buscar y de orientarse.**

Gardner (1998) plantea una visión polifacética de la inteligencia, que considera hallazgos de la neurociencia (estudio del cerebro) y la ciencia cognitiva (estudio de la mente). Observa cómo la gente de distintas culturas desarrolla capacidades relevantes para su modo de vida y define la inteligencia como **la capacidad de resolver problemas, o de elaborar productos que son de gran valor para un determinado contexto comunitario o cultural.** Identifica siete inteligencias y peculiaridades, que dan cuenta de un modo de operar y que funcionan más o menos complementariamente. Existen las inteligencias lingüística, lógico-matemática, espacial, musical, kinésico-corporal, interpersonal e intrapersonal. Plantea que desde el momento en que se valora una capacidad en una cultura, puede considerársela una inteligencia.

Para el tema que nos convoca interesan especialmente las siguientes inteligencias:

La **inteligencia intrapersonal**, que permite comprenderse y trabajar con uno mismo/a. Supone la capacidad de introspección, de formar una imagen adecuada de lo que uno es y de cómo se comporta. Implica entonces autoentenderse, acceder y comprender los propios sentimientos y emociones, y regularlos orientando la propia conducta. Este tipo de inteligencia suele necesitar de la inteligencia lingüística para transmitir el conocimiento intrapersonal.

La **inteligencia interpersonal** es la destreza para comprender a los otros, motivarlos y cooperar con ellos. Se construye a partir de una capacidad para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamento, motivaciones e intenciones. En épocas anteriores se creía que este tipo de inteligencia era innato. Hoy se piensa que se trata, en gran medida, de capacidades adquiridas que se pueden enseñar, aprender y practicar (Gallego y otros, 2000).

La inteligencia interpersonal es la base para ir adquiriendo **competencia social**, entendida esta como un nivel general de eficacia en el área relacional, mientras que las **habilidades sociales** representan destrezas específicas para enfrentar con éxito situaciones interaccionales. La competencia social no es un rasgo de personalidad, sino un conjunto de comportamientos aprendidos y adquiridos.

La **asertividad** es un concepto que se subordina al de las habilidades sociales. Se puede definir como una actitud de autoafirmación y defensa de nuestros derechos personales, que incluye la expresión de nuestros sentimientos, preferencias, necesidades y opiniones en forma adecuada, respetando, al mismo tiempo, los de los demás (Roca, 2003). La

asertividad apunta a un conjunto de comportamientos interpersonales que se refieren a la capacidad social de expresar pensamientos, sentimientos y creencias en forma adecuada al medio y en ausencia de ansiedad (Hidalgo C. y Abarca N., 2000).

El período universitario coincide con la fase de la *adultez emergente*, que va de los 18 a los 25 años. Esta etapa es un período de aprendizajes significativos que van configurando identidad, un bagaje de competencias y habilidades, junto con la posibilidad de perfilar un proyecto de vida; se espera que los jóvenes entren a la adultez plena y asuman responsabilidades adultas (Jeffrey, 2008). Los jóvenes viven un proceso exploratorio con nuevas libertades, responsabilidades y desafíos. En el ámbito de las relaciones interpersonales aparecen vulnerabilidades, carencias, fortalezas y potencialidades propias del sujeto. Se ven enfrentados a una cultura universitaria con ciertos códigos, valores y normas que pueden ser parecidos o diferentes a la cultura familiar/escolar y comunitaria de origen. En comparación con el establecimiento escolar, les toca aprender a convivir en una diversidad mayor de percepciones, opiniones, perspectivas, experiencias y conductas. El “juego social” se complejiza con la posibilidad de enriquecer el propio mundo.

Si el estudiante se abre a ese nuevo contexto, puede ir construyendo nuevas relaciones y sentido de pertenencia. Distinto es si en el contexto universitario experimenta faltas de respeto, desaprobación de su persona o intimidación; en ese caso requiere de habilidades para el abordaje de conflictos. Cada vez que un estudiante está expuesto a un grupo aún desconocido necesita ir contando con una *percepción social*, que viene a ser la habilidad de “leer” el ambiente social para captar las normas y convenciones particulares de ese contexto, entender los mensajes abiertos y encubiertos del otro, percibir las emociones e intenciones de sus interlocutores (Hidalgo C. y Abarca N., 2000)

Al inicio, las situaciones nuevas pueden generar tensión e incertidumbre; aquellos jóvenes que traen un mayor déficit de habilidades sociales pueden sentir más ansiedad y menos autoeficacia en el plano interpersonal. La autoeficacia se refiere a la creencia respecto de si uno va a ser capaz de enfrentar determinada situación (Hidalgo C. y Abarca N., 2000). Hay jóvenes que traen experiencias interpersonales teñidas de descalificación e incluso violencia psicológica. En la sala de clases y otras instancias grupales se puede observar inhibición a opinar y expresarse por miedo a la burla, estigmatización y posterior exclusión. En las prácticas profesionales que forman parte de la formación, se ponen a prueba las habilidades empleadas en la interacción con otras personas; estudiantes que hasta ese momento han mostrado un desempeño académico logrado, a veces sufren problemas de autoestima y adecuación social notorios.

Un número significativo de jóvenes son los primeros universitarios de su familia y a veces no contaron con una formación escolar sólida ni desarrollaron suficiente sentido de autovaloración, con lo que pueden sentir inseguridad y angustia cuando se ven expuestos a evaluaciones que implican exponerse ante pares o profesores. Las personas con déficits sociales muchas veces realizan autoevaluaciones pobres y distorsionadas; suelen tener niveles de exigencia muy elevados y perfeccionistas con respecto a la conducta social efectiva (Hidalgo C. y Abarca N., 2000). Estas carencias también pueden dificultar el trabajo en equipo, donde se requieren actitudes de colaboración mediadas por un estilo de comunicación asertivo.

En el contexto de la organización estudiantil también se juegan liderazgos y formas de participación que requieren de habilidades sociales para dialogar y confrontar ideas, enfrentar conflictos y tomar decisiones; de otra forma pueden suscitarse situaciones interpersonales que generan daño, dolor, rabia y/o resentimiento.

Se propone que el desarrollo de la competencia social junto con las habilidades sociales se promueva explícitamente en todos los espacios formativos de la universidad. Es un aprendizaje que beneficia el clima y calidad de las relaciones humanas y prepara a los jóvenes para desenvolverse satisfactoriamente en los diferentes contextos intra y extrauniversitarios.

Bibliografía

- Abarca Nureya (2004) *Inteligencia Emocional en el Liderazgo*”, Editorial Aguilar, Chile
- Bisquerra Rafael (2000) *Educación emocional y bienestar*, Editorial Wolters Kluwer, España
- Caballo Vicente (2010) *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Editorial Siglo XXI, España
- Gallego D., y otros (2000), “Inteligencia Emocional”, Editorial Códice Ltda., Colombia
- Gardner Howard (1998), “Inteligencias Múltiples”, Editorial Paidós, España
- Hidalgo C. G. y Abarca N. (2000) *Comunicación interpersonal – Programa de entrenamiento en habilidades sociales*, Ediciones Universidad Católica de Chile
- Jensen Jeffrey (2008), *Adolescencia y Adultez emergente*, Editorial Prentice-Hall, México
- Roca Elia (2003), “Cómo mejorar tus habilidades sociales”, ACDE Ediciones, España
- Romero Sabine (2002), “Aprendizaje Emocional, conciencia y desarrollo de competencia social en la educación”, Centro de Investigación y Desarrollo de la Educación (CIDE), Chile
- Varela Francisco (2000), “El fenómeno de la vida”, Dolmen Ediciones, Chile