

**INTELIGENCIA EMOCIONAL... TRES GENERACIONES Y UNA  
OPCIÓN DISTINTA PARA PERCIBIR EL MUNDO**  
*Emotional Intelligence... Three generations and a different option  
to perceive the world*

Martha Lenti Cánepa\*

Universidad Femenina del Sagrado Corazón, Lima, Perú

---

**Resumen**

*A partir de una breve revisión bibliográfica del concepto inteligencia emocional, desarrollado por Daniel Goleman, se invita al lector a incorporar una nueva opción de percibir el mundo, a través de la necesaria concientización que tendría el añadir herramientas de socialización que resulten adecuadas tanto para el conocimiento de sí mismo, como para la interacción social y que redunden en un bienestar de vida.*

**Palabras clave:** *Inteligencia emocional, bienestar personal, interacción social*

**Abstract**

*Due to a brief literature review of the emotional intelligence concept, developed by Daniel Goleman, readers are invited to incorporate a new option of perceiving the world, through necessary awareness, which leads to adding socialization tools that are appropriate for both knowing oneself and the social interaction, and result in well-being.*

**Key words:** *Emotional Intelligence, personal well-being, social interaction*

---

\* Magíster en Terapia Familiar Sistémica por la Universidad Autónoma de Barcelona. Candidata al Doctorado en Psicología por la Universidad Femenina del Sagrado Corazón, UNIFÉ, Lima, Perú. Docente en la Escuela Profesional de Psicología, Universidad Femenina del Sagrado Corazón. Terapeuta de pareja y familia en el Modelo Sistémico en el Centro de Orientación a la Estudiante, Universidad Femenina del Sagrado Corazón. [psique.marthalenti@gmail.com](mailto:psique.marthalenti@gmail.com)

La motivación de escribir el presente artículo, surge de la observación efectuada a través de los años de ejercicio profesional, en el campo de la Psicología, pero sobre todo en el campo de la terapéutica familiar y de parejas en el modelo sistémico.

Es precisamente en este último campo que se puede apreciar las dificultades que tanto las parejas, como los miembros de las familias que acuden a terapia, suelen presentar en sus interacciones personales, con los consiguientes sentimientos de dolor, frustración y a veces ira, generados por una comunicación que muchas veces los lleva a una visión tubular sobre determinados puntos de vista, dando lugar a que, precisamente de tal sentir, no se llegue a sintonizar de modo adecuado con los demás.

Pero quizás se tendría que hacer un alto en este análisis y empezar a amplificar un poco, lo que podría estar ocurriendo hoy en día con las relaciones interpersonales, las que se estarían desarrollando de modo muy veloz, vertiginoso y sin bases sólidas que permitan el conocimiento concienzudo del otro. Se suma a todo ello, la coexistencia de tres generaciones, con características particulares que naturalmente las diferencian en algunos casos y en otros las unen, pero que de algún modo, necesitan la una de la otra, para existir, por lo que deben aprender a convivir de modo emocionalmente inteligente.

Planteo la siguiente descripción analógica de como hoy en día se desarrollan las relaciones interpersonales, comparándolas con el estado “líquido” de los cuerpos, los que cuando se hallan en dicho momento, se caracterizan por ser móviles, escurridizos, fluidos, sin permanecer quietos en un lugar y si así lo hacen, corren el riesgo de estancarse, descomponerse y finalmente caducar.

Hoy en día, al observar el cómo se desarrollan y establecen las relaciones interpersonales de diversos tipos, se puede compararlas con este estado líquido, en donde de modo veloz, vertiginoso y por ende muy poco estable, surgen rápidamente “afectos”, que no dan espacio al conocimiento, reconocimiento y validación del “otro”, es como si se viviese en una “película” en donde en 120 minutos de duración, visualizamos el inicio, desarrollo y finalmente desenlace de toda una historia de vida. Pero la vida y las vivencias que en ella ocurren, requieren tiempo para desarrollar

una comprensión del otro, para lo cual se necesita una interacción constante, profunda, que permita colocar cimientos hondos, sólidos, con la consecuente posibilidad de brindar la necesaria estabilidad, para que así surja un vivenciar comprometido, estableciendo relaciones humanas sólidas, duraderas.

El aporte de este escrito está en que, a partir de la investigación bibliográfica del concepto de inteligencia emocional (IE), se pueda empezar a tomar mayor conciencia y a comprender lo útil que resultaría para los seres humanos, la incorporación de herramientas que sirvan tanto en el conocimiento de sí mismo, como la comprensión del entorno circundante, con la consecuente mejora de la calidad de vida.

Aprender a desarrollar capacidades que nos conduzcan a relacionarnos de modo inteligente con los demás, es un reto que debe emprenderse desde las edades tempranas, a través de la plena conciencia de que la convivencia inteligente, resulta muchas veces todo un desafío que día a día se debe conquistar, a través de la habilidad de sintonizar, tolerar, comunicar de modo asertivo y finalmente adaptarse en la medida que las circunstancias así lo demanden, contribuyendo a una percepción del mundo más positiva.

## **LA HISTORIA COMENZÓ HACE UN TIEMPO ATRÁS**

Desde hace unas décadas, el mundo está cambiando, no solo en los avances tecnológicos, sino además en el modo como las personas interactúan entre sí.

Hoy en día las relaciones interpersonales y las formas en cómo estas se manejan, cobran especial relevancia, hasta en la oportunidad de acceder a determinados trabajos u ocupaciones.

El concepto de Inteligencia Emocional, tan difundido por Daniel Goleman en su vasta literatura, de algún modo ha influido en que hoy en día los seres humanos, prestemos cada vez mayor atención a las formas relacionales que solemos emplear en nuestra interacción cotidiana.

Al ser consciente del impacto que la inteligencia emocional tiene sobre la vida de las nuevas generaciones y el cambio perceptivo que se genera en las relaciones

interpersonales, es pertinente hacer una breve revisión de la conceptualización propuesta por Goleman sobre el término: “se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos” (Goleman, 2011, p. 430).

La propuesta de ir analizando poco a poco la conceptualización hecha por Goleman, remite a pensar la necesidad que tenemos los seres humanos de saber sobre lo que son nuestros sentimientos, el mismo que pasa por un proceso cognitivo, en donde se llega a poner en palabras la sensación subjetiva de lo que se experimenta.

Cuando el término de inteligencia emocional se popularizó, algunas personas creyeron que había que dar una importancia especial a las emociones, desterrando el aspecto racional, pero en realidad, no se trata de divorciar el pensar y el sentir, sino más bien, equilibrar de modo adecuado ambos, permitiendo al ser humano, conciliar el pensar, sentir y actuar.

El aval científico de la idea anteriormente mencionada, lo podemos encontrar en el campo de la psicobiología, especialmente en la neurociencia, que de modo muy didáctico, explica los procesos neuroanatómicos que implica el desarrollo cognitivo y emocional que se da en el actuar del ser humano.

Goleman (2011) señala que desde la neurociencia se puede explicar cómo las emociones, poseen las habilidades necesarias para gobernar adecuadamente nuestros impulsos, desarrollando aptitudes sociales, habilidades y todas aquellas capacidades que permiten a los seres humanos una convivencia bien adaptada con las exigencias del proceso evolutivo.

## **INTELIGENCIA EMOCIONAL INTELIGENCIA GENERAL, APRENDIENDO A CONVIVIR**

Actualmente coexisten tres generaciones distintas de seres humanos, quienes tienen que enfrentar el reto de convivir de modo armónico y por qué no considerarlo, de forma exitosa. Las generaciones a las que hago referencia, poseen diversas características y formas de considerar su bienestar y calidad de vida; por lo que muchas veces pueden entrar en conflicto al no coincidir en la misma perspectiva de apreciación.

Twenge y Campbell (2008, citados por Penagos y Rubio, 2015) manifiestan que las relaciones interpersonales, pueden verse afectadas en su desarrollo, por la influencia de los pares, de los ascendientes y por el contexto en el que estos se insertan.

En las primeras décadas del siglo pasado, la inteligencia de los individuos, se percibía y conceptualizaba en relación al coeficiente intelectual (CI). En Estados Unidos, los reclutas del ejército, eran seleccionados a partir del rendimiento que obtenían en el proceso cognitivo; hoy en día, se ha desarrollado un nuevo tipo de pensamiento, una nueva forma de percibir el mundo, y en los diversos tipos de organizaciones se ha implementado otra forma de valoración al momento de incluir a las personas en sus sistemas; generalmente apuntan a que los seres humanos que integran sus filas, tengan competencias dadas en el manejo de la comunicación verbal, capacidad de escucha activa y si el caso así lo requiera, puedan demostrar adaptabilidad para implementar creativamente soluciones a los contratiempos y obstáculos que se presenten. Se suma a todas estas competencias, el respeto por el planeta y su contribución a que se cuiden los recursos naturales que se encuentran en el mismo.

En relación a la inteligencia general, a lo largo de la historia de su investigación, se ha encontrado dificultades para definir con facilidad el concepto, Lichtenberger y Kaufman (2010) señalan que Wechsler en el año 1944 realizó una definición de inteligencia, describiéndola como la capacidad que posea un individuo para actuar con un propósito concreto, pensar racionalmente y relacionarse de modo eficaz con el ambiente. Bajo esta premisa, se construyó la Escala de Inteligencia en los diversos niveles de evaluación a los que pretende llegar el test. Sin embargo, la conclusión a través de la cual se llega en la prueba aplicada, da la sensación de que los examinados alcanzan un tope máximo de funcionamiento, que difícilmente podría ser modificado.

Es de este modo, que revisando la literatura sobre el tema de “inteligencia”, se llega a los estudios planteados por Feuerstein (s.f.) quien en su obra titulada: “La Teoría de la modificabilidad de la inteligencia” señala que la definición de inteligencia, está relacionada con la dinámica que implica un proceso de adaptabilidad de diversos modos, ante situaciones que así lo exijan, las mismas que podrían considerarse

con una orientación positiva o negativa; dependiendo del contexto en el que se tenga que adecuar dicha flexibilización adaptativa. Plantea así, la creencia de que el ser humano es por cierto modificable y que es a través del aprendizaje que se facilita este proceso, dependiendo el mismo en una adecuación individual, por lo tanto, existiendo una diferencia de grado entre uno y otro individuo.

Pero quizás lo más importante de todo ello, sea la capacidad de los individuos de controlarse a sí mismos; lo cual redundaría en brindar tanto a sí, como a su entorno, una percepción de tranquilidad y confianza, pudiendo de este modo y si las circunstancias lo exigiesen, desarrollar en equipo una fuerte motivación para alcanzar la consecución de logros que los lleven a sentirse no solo plenamente satisfechos, sino además, orgullosos de lo realizado en forma colectiva.

Sin embargo, la inteligencia emocional, no solo implica expresar ideas verbalmente, sino que abarca algunos otros aspectos más, como son: la capacidad que necesita el individuo para relacionarse con los demás, a través de la cooperación, el captar de modo hábil los puntos de vista de quienes le rodean y saber conciliar las diferencias surgidas, empleando una postura de negociación en donde todos sientan que han ganado.

Entonces, se hace imprescindible preguntarnos cómo hace el individuo para desarrollar e incorporar tales capacidades, en un mundo que históricamente ha dado mayor importancia a una educación gobernada por el manejo de las matemáticas y la lecto-escritura, materias que si bien, se reconocen como importantes para el avance del conocimiento, su dominio, no resulta del todo suficiente para interactuar con los demás y de algún modo, han dado durante muchos años, la sensación de desdeñar la importancia que tiene reconocer, manejar y desarrollar la inteligencia emocional.

Shannon (2013) menciona la teoría de inteligencias múltiples propuesta en el año 1987 por Howard Gardner, quien teoriza que el individuo posee diversas capacidades y es la inclinación de una de ellas, la que puede despuntar sobre las demás. Se tiene así una teoría pluralista que reconoce la diversidad de los seres humanos, otorgándoles el justo reconocimiento al derecho de pensar, sentir y actuar de diverso modo.

Algo que para la época en la que todavía se desarrolló la teoría, era una verdadera revolución en el modo de percibir el mundo, el que venía precedido por fuertes corrientes sociales de unificación, estandarización, igualdad que no permitía la individuación.

Tanto la propuesta de Gardner, como la de Goleman en reconocer inteligencias, más allá de un simple Coeficiente Intelectual, como lo habían propuesto muchos teóricos del tema, se percibe como la tarea fundamental que se debe empezar a reconocer y difundir para quienes somos parte importante del quehacer social.

Se tiene así que la propuesta requerida esté en primer lugar, en abocarnos en el aprendizaje de las habilidades que componen la inteligencia emocional y en segundo lugar, en no perder el enfoque y entender que la aplicación de dichas competencias, podrían resultar muy útiles para vivir saludablemente a diversos niveles, como lo son el individual, grupal, profesional. Con todo ello, se podría evitar caer en la sensación de desesperanza, abandono, soledad, actitudes defensivas y hasta hostiles, cuando alguien hace alguna observación y/o crítica sobre la conducta, trasladando al campo personal, lo que tiene por intención un aporte positivo y no destructivo.

### **TRES GENERACIONES**

Hacer conciencia de que hoy en día se encuentran de modo activo tres generaciones de seres humanos conviviendo entre sí; es un punto que quizás debemos mirar con un poco más de ampliación, en el tema de las características que exhiben:

Nacidos entre 1900 y 1964, llamados Baby Boomers, Penagos y Rubio (2015) señalan que el nombre se atribuye a la época en la que nacieron, la cual coincide con la posterioridad de las Guerras Mundiales, teniendo como finalidad recuperar la explosión demográfica.

Las personas nacidas entre los años 1964 y 1981, son denominados Generación X (Penagos y Rubio, 2015), nacieron en plena expansión del control de la natalidad, por lo que representan un menor número de personas. Se caracterizan por pensar de modo desconfiado, no se involucran de modo sólido en compromisos: matrimonios, empleos, política, religión.

Suelen comportarse de manera más individualista; les motiva más el dinero, al crecer en épocas de carestía, de convulsión social.

Los mencionados autores señalan que finalmente, quienes también coexisten de modo activo son las personas nacidas a partir de 1980 en adelante, denominadas como: la Generación “Y” o Generación “Millennials”, atribuyendo el nombre a quienes nacieron alrededor del cambio del milenio, los años 2000. Suelen definirse como personas motivadas por ideales, los que disfrutan llevar a concretización, no les interesa tanto el aspecto económico, mantienen un alto sentido del civismo. Generalmente se han desarrollado en una economía con mayor prosperidad que sus antecesores, tienen una actitud más relajada hacia el trabajo, desarrollando el mismo en su justa medida de tiempo, suelen trabajar por objetivos, manejan la tecnología de modo natural, pues han nacido con ella, denominándose así: “nativos digitales”. Crean, buscan y otorgan reconocimiento por las labores desempeñadas, así como participan activamente de las decisiones de cualquier sistema con el que se sientan identificados: redes sociales, asociaciones civiles, políticas, religiosas, culturales, empresariales, institucionales, familiares, entre otras.

Se vuelve a hacer énfasis entonces, de la importancia de ser conscientes de las características que cada generación conlleva y cómo se pueden adecuar estas en una convivencia que implique beneficios para todos los que coexisten en una sociedad hoy en día.

## LA HERENCIA DE NUESTROS ANTECESORES

M. Bowen en su obra titulada: *De la familia al individuo*, publicada en abril 2013, presenta la idea sobre la transmisión multigeneracional que las familias hacen al interior de ellas en relación a pensamientos, valores, costumbres, tradiciones, entre otros, y además, el autor hace énfasis en la “herencia de la inmadurez” que con todo lo anteriormente mencionado, impregna el modo de actuar de sus miembros, que al ser aprendidos por los miembros más jóvenes del sistema, tienden a perpetuar las formas de interacción.

Uno de los modos de entender la dinámica de las relaciones familiares, estaría en la observación cronológica de los hechos que han dado origen a la conformación de un sistema familiar, entendiendo

que cuando dos personas deciden involucrarse en una convivencia y formar una familia, cada uno de ellos, trae en sí una herencia que subyace en el inconsciente y que predispondrá al individuo a una manera de pensar, sentir y actuar; la cual en algunos casos, no necesariamente coincidirá en parte, casi nada o quizás sea totalmente opuesta al modo de pensar, sentir y actuar, de quien ha escogido como compañero de vida. Cuando la realidad, realiza el contraste con el imaginario de cada uno de los miembros, las discrepancias suelen crear problemas y en algunos casos diferencias abismales, que poco a poco fraccionan la relación, hasta el punto de correr el riesgo de quebrarse totalmente y desaparecer todo lo que la pareja desarrolló a nivel emocional.

Cuando Daniel Goleman publica la obra titulada: *La inteligencia emocional*, en el año 1998, nos hace referencia de los componentes que integran dicha conceptualización; haciendo énfasis en la importancia que tiene para el ser humano el desarrollar una adecuada consciencia de sí mismo a través de una apropiada valoración y confianza, de quien se es.

Sin embargo, al remitirnos nuevamente a la propuesta dada por Bowen (2013), sobre la necesidad de sentirnos parte de una familia, pero a la vez, aprender que los seres humanos, a pesar de crecer y desarrollarnos dentro de un sistema que nos acoge no son una masa difícil de reconocer de modo individual, se aprecia que el reto consiste precisamente en aprender a diferenciarse, y funcionar de forma adecuada como ser individual.

En este punto, se hace necesario analizar la implicancia que tienen para el desarrollo emocional del ser humano los referentes que ayudan a construir la propia idea del sí mismo; las historias que se van acumulando en la memoria emocional, las anécdotas que se van contando sobre los predecesores, el origen del nombre, apellidos; las características individuales o grupales de los antecesores, son factores que finalmente van nutriendo de emociones positivas o negativas la construcción de un sistema identificador, con el cual el ser humano, puede sentirse plenamente reconocido tanto en su propia ideación de sí, como en el sentido de pertenencia a un grupo referente.

Cyrułnik (2009), en su obra titulada: *Autobiografía de un espantapájaros*, desarrolla la idea de cómo los



relatos del medio influirán en los relatos personales: “el sentido que atribuimos a la historia de nuestra vida depende de la interpretación que le dé el medio que nos rodea” (p. 204).

La cuestión entonces sería cómo el conocimiento de sí mismo incide en el adecuado manejo de los otros aspectos que integran la inteligencia emocional, como son: empatía, capacidad de adaptación, manejo del estrés y finalmente percepción del estado de ánimo general.

### **CONOCIMIENTO Y SINTONÍA BASES FUNDAMENTALES PARA LA PRÁCTICA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**

En la obra escrita por Goleman (1998), titulada: La inteligencia emocional, el autor, hace referencia al concepto de empatía, proponiendo la idea de que quien se conoce a sí mismo, le resultará más fácil, conectarse con los sentimientos de aquellos con quienes interactúa; pero no solo a través de la verbalización, sino de un canal que muchas veces resulta bastante sutil y bastante intuitivo, como lo es la percepción del ritmo y tono de voz, ademanes, expresión facial, pero sobre todo, la observación de la coherencia existente entre los modos que se emplean para decir algo, y los contenidos de lo que se dice: “...los beneficios de ser capaz de interpretar los sentimientos a partir de pistas no verbales incluían el estar mejor adaptado emocionalmente, ser más popular, más sociable y -tal vez lo más sorprendente- más sensible” (p. 124).

Aprender a sintonizar de modo sensible con lo que le ocurre a los demás, es un proceso que se inicia desde temprana edad y puede significar todo un reto, más aún, si no se cuenta con modelos cercanos, que posean la capacidad emocional, desarrollada y necesariamente requerida para poder transmitir a través de la modelación, formas adecuadas para un afronte de situaciones que por algún motivo provoquen un estado de tensión y/o estrés. Más aún si los referentes cercanos, como por ejemplo, padres, hermanos, abuelos y en algunos casos, amigos, maestros u otros personajes estereotipados, poseen características que a todas luces, se perciben inmaduras y poco estables, emocionalmente hablando.

Han pasado algunas décadas desde la aparición del concepto de inteligencia emocional; tanto los

avances científicos, como la basta literatura, Goleman (1998), Steiner (1998), y más recientemente Untoiglich (2009), desarrollan a partir de esta propuesta, bases conceptuales para empezar a incidir en la necesidad de analizar, concientizar y más que nunca educar la práctica de interacciones que conlleven a un bienestar que no solo incidan en un aspecto físico, emocional, espiritual, sino que se alienten acciones prácticas que implementen un modo más óptimo de llevar la vida, a nivel individual y social, reconociendo que la interacción con otros bajo la consciente práctica de ser emocionalmente inteligentes, ayuda a desterrar de forma radical, acciones beligerantes, desiguales, explotadoras, injustas; asumiendo así el reto de incorporar nuevas ideas que permitan la convivencia plena de nuestra raza humana, en pleno siglo XXI, o como algunos suelen llamar: convivencia del millenium.

### **RELACIONES “LÍQUIDAS”**

Untoiglich (2009) cita a Z. Bauman, quien hacia finales de los noventa del siglo XX, acuña el concepto de “modernidad líquida”, para poder describir la forma en que desde ese momento histórico y hasta la actualidad vienen desarrollándose las interacciones que se dan en los sujetos en función de sus afectos, conducta y pensamiento, los que son graficados como inestables, volátiles y en permanente cambio; se contrasta así, con el concepto de solidez que aparentemente buscan las personas, cuando precisamente expresan sentimientos de sufrimiento ante la imposibilidad de poder encontrar relaciones que les permitan sentir estabilidad, permanencia y finalmente la tan ansiada seguridad.

La referencia que se hace al estado de “liquidez emocional” no solo compete a las relaciones que pueden establecer las personas entre sí, ya sea en roles de amigos, enamorados, novios, matrimonios, convivientes o alguna otra implicación de pareja; sino que abarca y trastoca otros ámbitos de relaciones humanas; como por ejemplo: las relaciones familiares, laborales, académicas, sociales, ciudadanas.

Se estaría entonces ante una conducta “líquida”, en donde las personas ya no suelen comprometerse, ni asentarse, ni mucho menos, sentirse identificadas con nada y quizás con nadie. La individualidad es constantemente nutrida desde factores externos, como

los espacios “virtuales” que si bien dan una sensación de “conexión” con el “otro”, en realidad no permiten un adecuado contacto con ese “otro”, pues faltan elementos que concreten el acercamiento que se da en una interacción humana más “real”, como por ejemplo el aprender a sintonizar con los “tonos emocionales” de los otros, a través de la “lectura” de la expresión no verbal: gestos, inflexiones de voz, cambio de color (ruborizarse, palidarse), apreciación de sudoración, entre otros; elementos que se pierden en la virtualidad, pero que se tienen presentes y se pueden llegar a percibir, cuando la interacción es presencial.

Si bien, en pleno siglo XXI, la tecnología desarrollada puede ayudar a acortar distancias y de algún modo acercar a los seres humanos, todavía falta que se afine algunos componentes de la inteligencia emocional a través de los espacios de conexión virtual, que no decanten en relaciones emocionales de tipo transitorio, fugaz, mutables, volátiles y finalmente inestables; la “emocionalidad líquida” nos lleva a una disyuntiva en el tema de las emociones, en tanto que pueda desaparecer ese estado “líquido”, de modo definitivo y/o que quizás, los seres humanos, tengamos que reacomodar algunos aspectos de nuestra inteligencia emocional y adaptarnos a una nueva forma de emocionar.

## CONCLUSIONES

La entrada en el siglo XXI, propone retos nuevos en la interacción con otros seres humanos; en la actualidad persisten tres generaciones que todavía se encuentran coexistiendo de modo activo.

Desarrollar una convivencia armónica, exige hacer énfasis en el gestar, desarrollar, educar las emociones.

Así mismo se requiere fortalecer habilidades que conduzcan a un adecuado autoconocimiento, sensibilización y sintonía con el mundo circundante, adaptación y flexibilización a situaciones que así lo requieran.

El manejar adecuadamente las emociones, así como poder sobrellevar el estrés que algunas circunstancias impliquen, requiere cada día hacer un esfuerzo por concienciar la importancia de emplear la inteligencia emocional como herramienta

fundamental para una coexistencia armónica, en donde sean todos los integrantes de una sociedad las que salgan beneficiados y satisfechos del convivir emocionalmente inteligente.

Actualmente ya existe una generación denominada millenials, que percibe el mundo de una forma distinta; dándose cuenta que la inteligencia no está referida a conocimientos concretos, sino quizás a saberes que no pueden cuantificarse como un coeficiente intelectual; por lo que han aprendido a otorgar mayor importancia a situaciones que les conduzcan a desarrollar un estar sintónico con el mundo que les rodea y que la construcción de esa realidad, le agrega vida a los años.

De igual modo, se ha mencionado el concepto de “liquidez emocional”, la cual si se suma de modo adecuado a los cambios que hoy en día se vienen produciendo, ayudaría a que los individuos aprendiesen a no apegarse de modo estático a las cosas o a las situaciones, sino más bien, podría servir como una forma de aprender a adaptarse de un modo flexible a los cambios que se avecinen, ayudando a incorporar, vivenciar y producir mejores formas de convivencia, sin caer en el vacío existencial, que deja la huella del “no compromiso”.

Es de este modo que la familia, juega un rol de gran importancia para la sensación de seguridad, bienestar y felicidad que los individuos requieren para su desarrollo personal, al brindar bases suficientemente sostenedoras y contenedoras de los aspectos físicos, emocionales, espirituales y normativos, que requiere un ser humano para sentir que es parte integrante de una sociedad. Una familia suficientemente sostenedora tanto en aspectos concretos como emocionales, ayuda a establecer espacios sólidos en donde los seres humanos, puedan sentirse amados, esperanzados, respetados y cuidados de modo recíproco.

## REFERENCIAS

- Bowen, M. (2013). *De la familia al individuo* (5ta ed.). Barcelona, España: Paidós.
- Cyrułnik, B. (2009). *Autobiografía de un espantapájaros*. Barcelona, España: Gedisa.

- Feuerstein, R (s.f.). *La teoría de la modificabilidad estructural cognitiva*. Recuperado de <http://www.mulheresdenegociossp.com.br/site/download/Dia%20Internacional%20em%20Mem%C3%B3ria%20das%20V%C3%ADtimas%20do%20Holocausto.pdf>
- Goleman, D. (1998). *La inteligencia emocional* (3ra ed.). Buenos Aires, Argentina: Javier Vergara.
- Goleman, D. (2011). *La práctica de la inteligencia emocional* (23ra ed.). Barcelona, España: Kairós.
- Lichtenberger, E. O. y Kaufman, A. S. (2010). *Claves para la evaluación con el WPPSI-III*. Madrid, España: TEA.
- Penagos, T. y Rubio, E. (2015). *Millennials y millennials peruanos. Realidad, expectativas y proyecciones*. Lima, Perú: ER Ronald.
- Shannon, A.M. (2013). *La teoría de las inteligencias múltiples en la enseñanza del español* (Tesis de Máster Universitario en Lengua y Culturas Españolas, Universidad de Salamanca). Recuperada de <http://www.mecd.gob.es/dctm/redele/Material-RedEle/Biblioteca/2014bv15/2014-BV-15-01AliciaMarieShannon.pdf?documentId=0901e72b818c6a9e>
- Steiner, C. (1998). *La educación emocional*. Buenos Aires, Argentina: Javier Vergara.
- Untoiglich, G. (2009). *Patologías actuales en la infancia*. Buenos Aires, Argentina: Noveduc.

Fecha de recepción: 3 de diciembre, 2014

Fecha de aceptación: 12 de noviembre, 2015