

La inteligencia social: otra destreza importante (Opinión)

Annie de Acevedo, Psicóloga

La inteligencia social es entender lo que percibimos de los demás y actuar de manera fácil basados en lo que recibimos.

Ya no es suficiente ser inteligente, ni siquiera capaz emocionalmente. Ahora hay que tener además inteligencia social. Es la capacidad que necesitamos todos para convivir armoniosamente y mantener relaciones interpersonales óptimas.

Para esta nueva disciplina científica, este tipo de inteligencia es clave ya que va a determinar mucho del bienestar que experimentamos en la vida. La neurociencia nos ha mostrado que venimos genéticamente programados para conectarnos con los demás. Nuestros cerebros son sociables por naturaleza y nos permiten interactuar con otros desde muy temprana edad.

Nuestras reacciones a otros tienen un impacto biológico que afecta desde nuestro corazón hasta nuestro sistema inmunológico. Las interacciones humanas se dividen en dañinas o benéficas. Las buenas relaciones actúan como vitaminas y las malas como venenos. Aquel con buena inteligencia social va a tener más relaciones gratificantes que relaciones tóxicas.

Interesante ver como personas con buenas capacidades en muchas otras áreas siempre tienen amistades o relaciones amorosas que terminan mal o las hacen sufrir. Parece ser que no logran interpretar los mensajes que manda el otro, ni mandar ellas las señales correctas. Tampoco pueden ver las consecuencias de sus interacciones con los demás por lo tanto son inadecuadas e inoportunas.

La inteligencia emocional se enfoca más en el manejo de las propias emociones al igual que la propia autorreflexión, y la inteligencia social tiene que ver con lo que percibimos de los demás y la facilidad con que actuamos basados en lo que recibimos socialmente. La primera se enfoca en el individuo y la segunda en las relaciones.

Para tener éxito social o demostrar inteligencia social se necesita empatía, capacidad de escucha y estar en sintonía en cuanto a lo no verbal como son los movimientos corporales y sonrisas. Todo esto lleva a la cooperación y al altruismo.

Hay personas socialmente superiores. Son aquellas con carisma, con la respuesta acertada, siempre listas y que hacen sentir a los demás como especiales. También son los diplomáticos, que escuchan, dicen y hacen lo correcto de tal manera que los demás hacen lo que ellos quieren y con gusto. Sería bueno hablar de inteligencia socio-emocional, la combinación perfecta para que nuestros hijos y nosotros mismos logremos comunicarnos y proyectarnos mejor al mundo social. Lo que sí es clave es que lo social también se necesita y es más profundo de lo que se pensaba. Hay que reflexionar, entonces, sobre nuestras relaciones socio-afectivas y el impacto que tienen en nuestras vidas.