

■ Principali modelli teorici di intelligenza emotiva

Nel 1990 furono i due psicologi americani Salovey e Mayer a parlare per primi di **Intelligenza Emotiva (IE)** definendola come la capacità appresa di percepire, comprendere, esprimere e gestire le emozioni, in modo che queste lavorino per noi e non contro di noi. Ciò significa che all'educazione è affidato un ruolo chiave nell'avvicinare mondo intellettuale ed emotivo della persona.

Sapere quale emozione si sta provando, essere capace di assegnarle un nome, controllarle e gestirle accuratamente, riconoscere le emozioni degli altri: questo in sintesi ciò che è racchiuso all'interno della definizione di intelligenza emotiva.

Tre sono i principali modelli interpretativi di IE:

- il modello di IE di Salovey e Mayer;
- il modello di IE di Goleman;
- il modello di IE di Bar-On.

1. Il modello di IE di Salovey e Mayer

Per Salovey e Mayer, l'IE è spiegata come un'abilità che dimostra quanto e come ciascuno è capace di percepire ed esprimere le proprie emozioni e come queste possono accompagnare ed assistere il pensiero, comprendendo e ragionando sull'emozione stessa. L'aspetto innovativo di questa definizione sta nel **rapporto che gli autori pongono tra intelligenza emotiva e Competenza Emotiva (CE)**.

In altre parole, **l'IE può essere misurata ed è possibile individuarne lo sviluppo, attraverso l'accertamento di fattori di competenza emozionale**.

L'importanza dei lavori pionieristici di questi due autori sta anche nell'aver elaborato un primo strumento capace di misurare il quoziente emotivo. Il MSCEIT (Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test) (Mayer, Salovey e Caruso, 2002, 2002a; Mayer, Salovey, Caruso, Sitarenios, 2003) ha una sua versione per adulti e una per bambini, il MSCEIT-YV (Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test-Youth Version, 2005).

Il MSCEIT indaga le quattro componenti fondamentali dell'IE: percepire le emozioni, utilizzarle, comprenderle e gestirle.

2. Il modello di IE di Goleman

Il modello di IE proposto da Goleman è quello che ha anche reso famoso questo costrutto, grazie alle sue capacità di scrittura divulgativa. Il best seller *Emotional Intelligence* (1995) è ancora oggi uno dei libri più venduti su questo tema.

L'IE è definita come una meta-abilità che ci permette di servirsi delle nostre risorse intellettuali ed emotive per fronteggiare la quotidianità e i suoi ostacoli.

Una lotta continua tra "ciò che si pensa" e "ciò che si sente" che può essere fronteggiata attraverso specifiche azioni educative.

Per Goleman è soprattutto la "conoscenza delle proprie emozioni" (o auto-consapevolezza emotiva) a essere la chiave di volta dell'IE.


 SEGUE

3. Il modello di IE di Bar-On

Bar-On ritiene che l'IE possa identificarsi nelle sue 5 componenti fondamentali: **area intrapersonale, area interpersonale, gestione dello stress, adattabilità, umore generale**. Il possesso di queste 5 aree permetterebbe ad alcune persone di riuscire nella vita e nel lavoro, più di altre.

Bar-On definisce l'IE **come una schiera di abilità non cognitive che influenzano la capacità di avere successo e fronteggiare le domande e le pressioni dell'ambiente circostante** (Bar On, 1997). Insieme all'intelligenza generale rappresenta un tassello indispensabile per una vita di successo.

Il Bar-On Emotion Quotient Inventory (EQ-i) è uno strumento di misura self-report molto conosciuto, soprattutto nei contesti medici, terapeutici e organizzativi e si basa sulla valutazione di dimensioni psicologiche di natura emotiva e sociale, non strettamente legate alle capacità cognitive, orientate al benessere psicologico, al successo nei rapporti con gli altri, all'adattamento alle esigenze ambientali e alle sue pressioni. È stata tradotta anche in italiano la versione del EQ-i (Franco e Tappatà, 2009).

In ambito scolastico per la misurazione di tratti di EI in bambini e adolescenti è attualmente impiegato l'Emotional Quotient-Inventory: Youth Version (EQ-i:YV) (Bar-On, Parker, 2000).

Bibliografia

- Bar-On, R. (1997). *The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R., & Parker, J.D.A. (2000). *Bar-On emotional quotient inventory: Youth Version (BarOn EQi-: YV), Technical manual*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Franco, M., & Tappatà, L. (2009). *EQ-I Emotional Quotient Inventory*. Firenze: Giunti O.S.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books (Trad. it., *Intelligenza emotiva. Cos'è, perché può renderci felici*. Milano: Rizzoli, 1996).
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2002). *Mayer-Salovey-Caruso Emotional intelligence Test item booklet (MSCEIT)*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2002a). *Mayer-Salovey-Caruso Emotional intelligence Test user's manual (MSCEIT)*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Mayer, J.D, Salovey, P., Caruso, D.R., & Sitarenios G. (2003). *Measuring Emotional Intelligence with the MSCEIT V2.0. Emotion*, 3(1), 97–105.