



Lía Marilú La Puente
Tapia

INTELIGENCIA EMOCIONAL: EL RETO DE LA EDUCACIÓN ACTUAL

RESUMEN

La educación emocional es una tendencia que busca responder a necesidades sociales no atendidas en los cursos que se llevan en la escuela. La fundamentación teórica se basa en el concepto de emoción, teorías de la emoción, las neurociencias, la teoría de las inteligencias múltiples, la inteligencia emocional, entre otras. El presente artículo muestra la necesidad de considerar tales ideas en el actuar pedagógico.

PALABRAS CLAVE

Emoción, educación emocional, inteligencia emocional.

ABSTRACT

Emotional education is a tendency that searches to answer unmet social needs in school subjects. Theoretical foundation is based on emotion concept, emotion theories, neurosciences, multiple intelligences theory, emotional intelligence, among others. This article shows the need of considering such ideas in educational performance.

KEYWORDS

Emotion, emotional education, emotional intelligence.

Me extraña que en los tiempos que corren, en que existe casi una epidemia de gurúes que pregonan sus recetas para educar bien a los hijos, existen mil y un tipo de terapias, las librerías desbordan de manuales de autoayuda y accedemos a un mundo de fácil información a través de Internet, las capacidades emocionales y sociales en los alumnos, parecieran disminuir en lugar de aumentar.

La educación de la inteligencia emocional es, sin duda, uno de los mayores retos de la educación actual; sin embargo, ésta implica un arduo trabajo que involucra la concientización de padres y maestros sobre este tema. Si bien es cierto, existe un amplio consenso en cuanto a la importancia de este asunto; no existe, desde mi punto de vista, un plan de estrategias claras y convincentes que nos alienten a sentir que estamos ya en camino.

Está claro que el tema de inteligencia emocional es sumamente popular y forma parte del contenido de muchas currículas. Lo que no es claro es por dónde empezar, cómo hacer, qué principalmente abarcar y cómo medir resultados sobre este aspecto de tanta importancia. Los maestros llenan su programación con objetivos muy bien redactados, sin embargo, revelan en su gran mayoría una falta de cuestionamiento acerca del punto principal de partida así como de claridad con respecto a los medios que los llevarían a alcanzar resultados

efectivos. El panorama es ambiguo y demasiado ligero.

¿Por qué ocurre esto? ¿Permanecemos aún tan habituados a la educación tradicional? ¿Tan parametrados a la impartición de conocimientos y tan centrados en la parte académica? ¿Es acaso que el tema de la “inteligencia emocional” forma parte sólo de nuestra interiorización racional, mas aún, no fluye desde el fondo del corazón? Quizás, centros educativos y maestros son conscientes de esta necesidad pero no conectan con ella. Hace falta vivir esta idea, sentirla. Hace falta poner la mente y el corazón en este trabajo para poder así, incluir y hacer partícipes a los alumnos. Como dijo Benjamín Franklin: “Dime y lo olvido. Enséñame y lo recuerdo. Involúcrame y lo aprendo”. Como bien dice este dicho, involucrar es hacer parte de algo. Padres y maestros han de estar ya en conexión con la necesidad de desarrollar la inteligencia emocional, su propia inteligencia emocional, para desde ahí, hacer parte a los niños y adolescentes que esperan sus enseñanzas.

Es importantísimo resaltar que para una educación emocional inteligente, padres y maestros proporcionen ese ejemplo a sus hijos y alumnos. Existe una enorme necesidad de nuevos tutores, ejemplos de equilibrio emocional, de habilidades empáticas y de resolución sosegada, prudente y justa de conflictos interpersonales, como fuente de aprendizaje permanente para sus alumnos. Los maestros no tienen que ser personas excepcionales, pero si se requiere el deseo eficaz de formarse y la disposición de corregir lo que es necesario. Los tutores deben tener la madurez personal y el equilibrio emocional indispensables de quien debe orientar a otros. El educador ha de mostrar, con sus propios tropiezos, que la práctica del balance emocional y de relaciones interpersonales saludables, es un arduo trabajo; pero genera el bienestar al que debemos apuntar.

Educación la inteligencia emocional es un proceso intencional de mejora del ser humano que desarrollamos durante toda nuestra vida.

Siempre, si somos honestos con nosotros mismos, descubriremos aspectos mejorables en nuestra conducta. Los planes que realicemos para superarnos serán la continuidad de nuestra educación.

Justamente, aquellos padres y maestros que se esfuerzan por crecer interiormente, que se auto-educan, son los realmente capaces de educar. Los hijos y alumnos se dan cuenta muy pronto que sus padres y maestros no son perfectos, pero anhelan ver que se empeñan por mejorar, pues lo que verdaderamente valoran son esos esfuerzos.

Por tanto, y a partir de lo que anteriormente acabo de resaltar, el punto de partida para una educación consciente y acertada de la inteligencia emocional es que maestros y padres puedan cuestionarse sobre su propia vida emocional, conocerse y adquirir mayores herramientas sobre el tema. Ser conscientes de esta necesidad para su propia vida y poder desde ahí, reflejar y transmitir esta educación emocional y crear consciencia sobre ella.

Reconocemos la necesidad y la importancia de la educación de la inteligencia emocional; pero sin embargo, es la gran olvidada de la educación. La escuela ha vivido y sobrevivido en un entorno de racionalidad consentida. Muchas veces pareciera que los maestros solamente se han formado técnicamente para insistir de manera infatigable en una gran suma de conocimientos que muchas veces produce tan sólo un saber estancado.

Hemos desconocido o querido ignorar que las emociones pueden guiar por completo nuestro actuar y es necesario saberlas reconocer, declarar, gestionar. Anteriormente, no le dábamos el espacio que merecían pues, lamentablemente, no reparábamos en incluirlas dentro de la materia de aprendizaje. Es como si al aceptar que todo marcha al nivel del neocórtex, hubiéramos dejado todas las demás partes del cerebro en detenimiento. Olvidamos que funcionamos de manera totalmente integral. Hemos desdeñado

que la amígdala, por ejemplo, que es esa parte del cerebro especializada en aspectos emocionales, está completamente conectada a los procedimientos de aprendizaje y memoria.

Hay mucho que agradecer a Daniel Goleman por empezar a hablar de educación emocional. Nos hacía imperiosamente falta comenzar a dialogar más sobre cómo las emociones en descontrol bloquean el aprendizaje y rendimiento académico. Y cuando Goleman se refiere a inteligencia emocional, Howard Gardner había referenciado ya dicho aspecto como aquel que está compuesto de dos tipos de inteligencia declarados por él: la inteligencia Intrapersonal y la inteligencia interpersonal.

Hoy en día, la inteligencia emocional ha irrumpido y detonado en las escuelas, principalmente, con el tema que se ha puesto de moda: “bullying”. Sin embargo, no podemos hacer nada frente a un tema tan serio si primero no somos conscientes de la necesidad de educar en aquello que ni siquiera se está mencionando. Para educar las emociones, es necesario saberlas identificar y expresar primero; sin embargo, la gran mayoría del profesorado no está preparado para abordar sus propias emociones, dar contención a las del alumnado y guiar ese aprendizaje emocional.

Por esta razón, es necesario proponer la educación emocional como parte de la formación de los maestros. Personalmente, considero que este tema debería hacernos cambiar totalmente la mirada y empezar, por fin, a considerar el aprendizaje desde esta condición integral.

Por ejemplo, si el alumnado se siente indefenso o coaccionado al ser sometido a una evaluación o quizás al tener que hacerle frente a un maestro déspota, se dispara un mecanismo de defensa en el cerebro que produce un estado de stress que puede afectar indirectamente a la autoestima, a la confianza y a la aceptación por parte de los demás. También será de vital importancia conocer los estilos de aprendizaje de los alumnos y hacerlos corresponder a la enseñanza, crear

entornos adecuados de aprendizaje, que los maestros se aseguren que los alumnos no tienen hambre, frío, calor, etc.

Que haya un clima de respeto entre todos y asignar pequeños espacios para expresar emociones antes de empezar a trabajar. El maestro debe comprender no sólo que este aspecto es tan importante como la clase o contenido que desea transmitir sino que, me siento convencida de decirlo, es sobre este aspecto que podrán asentarse estos conocimientos académicos.

Otro ejemplo sería verificar que las actividades no sean ni demasiado difíciles ni demasiado fáciles. Por un lado, podrían resultar frustrantes y por el otro, podrían resultar desalentadoras. Es importante intentar buscar el punto medio sobre esto.

Todos estos asuntos relacionados con el confort emocional del alumnado son importantísimos de visualizar y, antes para esto, será vital tomar conciencia de esta necesidad. Los maestros continúan separando las cosas, como si cuando entran a clases estuvieran tratando sólo con computadoras. Tan sólo haría falta decir “buenos días” antes de iniciar la clase, “¿cómo se sienten hoy?” para empezarnos a dar cuenta lo mucho que podríamos hacer.

Como comenté anteriormente, cuando Gardner menciona la inteligencia interpersonal e intrapersonal, al fin y al cabo, se encontraba hablando de inteligencia emocional. Desarrollamos la inteligencia intrapersonal, cuando pedimos al alumno hablar de sí mismo, opinar, escribir un diario personal, una reflexión o una valoración. Eso es obviamente, al mismo tiempo, inteligencia emocional. Al hablar de sí mismo, el alumno identifica sus emociones. Cuando da una valoración u opinión, identifica cuál es su forma de pensar. Todo esto favorece que el alumno se conozca más y se entienda mejor; algo que sin duda, es importantísimo para su vida.

Cuando desarrollamos la inteligencia interpersonal, también estamos trabajando sobre la inteligencia emocional ya que animamos a comprender el punto de vista del otro, ponernos en sus “zapatos”, ser empáticos con los sentimientos y pensamientos de los demás, trabajar en equipo, desarrollarnos en la “escucha”, etc.

Algo que también, como sabemos, es vital para la vida, pues ¿qué nos haríamos con alumnos llenos de conocimientos; pero incapaces de intercambiar opiniones con otros? ¿No sería mejor que nuestros alumnos no sepan tanto; pero que aquello que sepan puedan transmitirlo adecuadamente y, a la vez, puedan intercambiar y escuchar lo que otros conocen, en armonía? ¿Acaso no valdrá la pena dedicarles un tiempo a nuestros alumnos para dialogar sobre cómo podemos aprender a manejar la angustia o la ira, así se pierdan algunos detalles de la guerra con Chile o no alcancemos a hablar sobre la agricultura de la cultura Tiahuanaco? Claro, habríamos que cuestionar si nosotros mismos hemos aprendido sobre cómo hacer para manejar dichas emociones. Por eso creo que la educación emocional no “despega”, pues hace falta que los maestros busquen formarse en ella continuamente. Es un reto que aún no se está asumiendo.

¿De qué manera estamos traduciendo el trabajo de la educación emocional, de manera concreta y ordenada? Es necesario replantear el currículo escolar incluyendo los objetivos y estrategias para brindar herramientas básicas al alumnado respecto al conocimiento, control y expresión de las emociones. Ya existen suficientes investigaciones que han aportado pruebas contundentes con respecto a la inseparabilidad de la emoción y el razonamiento. Por tanto, así como los maestros dedican tanta energía a plantear objetivos, competencias, medios y evaluaciones sobre el aspecto académico, del mismo modo o más hay que hacerlo respecto a este tema.

Las escuelas más modernas comienzan a involucrarse cada vez más respecto a este asunto y hacen intentos por contar con espacios de trabajo emocional en asignaturas a las que suelen llamar “OBE” (orientación para el bienestar del educando) o “TOE” (tutoría y orientación para el educando). Sólo falta echarle una ojeada al trabajo que los profesores se “supone” realizan en estos espacios pues es latente la incoherencia entre lo que, pareciera, las escuelas han asumido como “tan importante” respecto a la educación emocional, y la mediocre dedicación que realizan para dichas asignaturas. No sólo es risible el poco tiempo que proporcionan para estos espacios sino el poco aprovechamiento que realizan de ellos.

Como primer punto, hay una falta de entendimiento al considerar que la educación emocional se llevará absurdamente a cabo en esa hora o media hora asignada. Tal parece que en dichas “materias” se calma la conciencia de las escuelas. A veces, incluso, creo que es un grave error el considerar que avanzamos al contar con estos tiempos denominados “OBE” o “TOE” pues es como si los colegios ya hubieran hecho lo suficiente. Se han acomodado asignando estos espacios; sin embargo, no sólo no se han desarrollado adecuadamente, sino que a la vez, no ayuda a comprender que la educación emocional debe llevarse a cabo todo el tiempo, de forma unificada. Y más que eso, como anteriormente señalé, debe vivirse todo el tiempo.

Basta tener un poco de experiencia con los alumnos y constatar que la percepción que ellos tienen sobre dichas asignaturas no es nada clara. Cuando se les pregunta qué aprenden en esos cursos, realmente no tienen nada claro. Respuestas como: “no sé” “es curso libre” “no hacemos nada” “nos ponemos al día en los cursos atrasados” “la profesora hace sus cosas y tenemos tiempo para conversar”, etc., nos hacen sacar rápidamente las conclusiones respecto a este tema.

Es increíble como algo que por no trabajarse de manera adecuada, genera mayor retroceso y distorsión. Los alumnos terminan asumiendo que dialogar o reflexionar acerca del conocimiento de sí mismo es una pérdida de tiempo, algo poco significativo y relevante. Un espacio que podría ser tan beneficioso termina siendo un “tiempo muerto” y hasta perjudicial, en la mayoría de los casos. Estas materias, deberían ser más bien, tiempos de conocimiento y práctica emocional. Tal vez, con más razón, al asumir la importancia de la educación emocional y hacerla constantemente parte del transcurrir escolar, podrían aprovecharse estos tiempos para realizar una práctica más enfática de todo lo que se ha ido trabajando a lo largo de los días y otras clases.

Entonces, desde siempre se ha sabido que la razón y emociones de las personas no son dos dimensiones aisladas o separadas y las investigaciones que se han hecho en neurociencia a lo largo de ya varios años han corroborado y demostrado que educar la razón pasa por educar las emociones y que una relación inteligente entre ambas es decisiva para afrontar la vida profesional y personal; por tanto, ¿qué es lo que ocurre? ¿Qué es lo que falta para terminar de entender que necesitamos traducir esto en hechos contundentes?

La educación de las emociones no es un “plus”, es una necesidad indispensable que debemos afrontar desde los primeros niveles de escolaridad. Si hacemos por fin, ahora, esa apuesta en nuestro país, habrá más posibilidades que

nuestros ciudadanos sean personas equilibradas y sanas, menos agresivas y más solidarias, con iniciativa, creatividad y liderazgo. En definitiva, necesitamos una escuela con apertura, en donde la adquisición de conocimientos no vaya en detrimento de otro tipo de aprendizajes.

Las necesidades de los niños y adolescentes en pleno siglo XXI necesitan de una renovación radical en los sistemas educativos que les permita dejar de ser meros receptores culturales inmutables y puedan, mediante un concepto educativo más maleable, integrador y enfocado a los valores, adaptarse a las necesidades actuales. Una escuela que favorezca una atmósfera emocional positiva y serena que permita optimizar el aprendizaje; pero para ello requerimos de un profesorado emocionalmente competente que utilice una metodología adecuada y bastante práctica y comprensible para los alumnos. Por otro lado, es necesario iniciar este trabajo lo antes posible, es decir, desde las primeras etapas escolares. Los planteamientos deberán trabajarse a largo plazo e ir realizando las evaluaciones pertinentes que nos permitan asegurarnos que se están adquiriendo resultados sólidos. Pero, por sobre todas las cosas, requiere de implicación, formación y compromiso de los docentes para, luego, extendernos y retroalimentarnos en conjunto con la comunidad y familias.

La educación emocional es esencial para la supervivencia psicológica y es lo más valioso que podemos brindar a nuestros alumnos. ¡Seamos mediadores empeñosos por lograrlo!