

“El sistema educativo estará cojo mientras no incorpore la inteligencia emocional”. España

Por: El Diario.es. España. 29/09/2016

La investigadora Begoña Ibarrola considera que “muchos casos de bajo rendimiento académico tienen su origen en problemáticas de tipo emocional y no en falta de capacidad cognitiva de los alumnos”

“En los centros donde han incorporado educación emocional en las aulas prácticamente no hay problemas de conducta ni de acoso”

“Los líderes políticos, sociales o empresariales cada vez tienen más presentes estrategias que responden a la inteligencia emocional”

Begoña Ibarrola es psicóloga, musicoterapeuta, investigadora y especialista en inteligencia emocional. Lleva más de 20 años formando a docentes en este ámbito y cuenta con una amplia producción editorial, en la que destaca colecciones como ‘Cuentos para sentir, Cuentos para educar a niños felices’, o ‘Cuentos para descubrir sus inteligencias’. Defiende la importancia de la educación emocional en las aulas para reducir el fracaso escolar además del bullying y asegura con firmeza que el sistema educativo “estará cojo” mientras no incorpore esta asignatura pendiente, “porque el ser humano tiene que educar diferentes dimensiones, no solamente la cognitiva”.

El sistema educativo no contempla ‘per se’ la educación emocional entre las competencias que debe adquirir el alumnado ¿Está incompleta la enseñanza sin esa disciplina?

El sistema educativo está cojo sin esa educación emocional porque el ser humano tiene que educar diferentes dimensiones no solamente la cognitiva. Quizás toda la parte académica y todos los planes de estudio y todo lo que es diseño curricular va enfocado a desarrollar la dimensión cognitiva del ser humano pero la parte emocional que hay que educarla y que hay que enseñar a niños desde bien pequeños a regular sus emociones y a saberlas expresar y servirse de las para sentirse mejor y para conviven mejor con los demás todo esto está fuera del sistema educativo. Pero llevo 20 años dando cursos de inteligencia emocional a claustros y a nivel particular, cada vez hay más colegios que se dan cuenta de que necesitan

formarse en este ámbito para luego llevarlo a las aulas, pero siguen siendo iniciativas particulares y debería estar incluso en el plan de estudios de la facultad de educación. Es necesario formar a los futuros maestros para que sepan educar las emociones en el aula.

¿Cómo influye en los escolares ese desconocimiento emocional?

En primer lugar, muchos problemas de conducta y bajo rendimiento académico tienen su origen en problemáticas de tipo emocional y no en falta de capacidad cognitiva de los alumnos. Cuando la neurociencia ya demuestra como las emociones afectan al aprendizaje y que hay emociones que dificultan el aprendizaje y otra ayudan a formarse a los niños, nos damos cuenta de que muchos niños se pueden bloquear ante una ansiedad y unos nervios por un examen y no poder demostrar lo que saben; otros tienen miedo a una asignatura y se enfrentan a su aprendizaje desde un punto de vista muy deficitario, con mucha tensión e incluso preparando su mente para no entender para que rechace esos contenidos por miedo al resultado. Es decir, hay mucha interferencia de las emociones en la conducta y en el aprendizaje. Precisamente, en casi todos los colegios, cuando trabajan los problemas de conducta se dan cuenta de que detrás hay una inestabilidad emocional. Pero dándoles herramientas se podrían evitar muchísimos problemas de conducta y evitar fracaso escolar, que hay unos niveles altos sobre todo en secundaria.

Los casos de suicidio o bullying entre los escolares, ¿podrían evitarse o disminuir con más educación emocional?

Estoy convencida de ello. En los centros donde han incorporado educación emocional en las aulas prácticamente no hay problemas de conducta ni acoso en las aulas. En el bullying hay dos elementos, el acosador y el acosado. Hay que trabajar con ambos. No solo con el niño que utiliza comportamientos violentos para humillar o maltratar a otros, también hay que fortalecer al niño acosado, al débil, al sumiso que se deja falta al respeto. Hay que darles herramientas para manejar esas situaciones, fortaleciendo a los que son más débiles, generando en ellos la silencio, la capacidad de enfrentarse a situaciones difíciles y se ha de trabajar la asertividad como elemento clave para evitar conductas agresivas. En los casos más extremos, de suicidio, hay estudios como los de la Universidad de Málaga que correlacionan un mayor desarrollo de competencias emocionales con prevención de suicidio.

¿Los niños acaban siendo conscientes del valor de estas habilidades?

Sí. Son muy hábiles para poner en práctica las cosas que les enseñan y si ven que les funcionan, las mantienen y las perpetúan. Generan hábitos emocionalmente saludables en cuanto se dan cuenta de que esa herramienta en la práctica les resulta válida. Pero para ello tiene que probarlo. No reaccionar con violencia hacia determinadas situaciones, la primera vez cuesta, la segunda también, pero la tercera cuando van poniendo en funcionamiento esas herramientas y ven los resultados, ellos mismos se motivan y convierte esas herramientas en un hábito, se queda impreso en su forma de comportarse.

¿Desde qué edades podría aplicarse?

He desarrollado programas de inteligencia emocional, el programa sentir y pensar, editado por SM en el 2011, desde los tres años. Con actividades, juegos y dinámicas adaptadas a su edad, la etapa de infantil es fabulosa para empezar a entrenarles en determinadas habilidades emocionales. Lo ven como un juego, como algo divertido y lo van incorporando sin darse cuenta. Así llegan a primaria con una base y es entonces cuando se empiezan a trabajar también con unos conceptos para que entiendan, por ejemplo, lo importante que es una técnica de relajación para prevenir el estrés que aprendan lo importante que es que se quieran a sí mismos sin compararse con los demás.

En las entrevistas de trabajo, cuentan cada vez más, las competencias emocionales frente al currículum académico

No obstante, nunca es tarde para ponerse a ello y sería aconsejable dado que la inteligencia emocional parece no abundar entre los adultos. ¿Comparte esta sensación?

Sí, es una carencia de los adultos porque no nos han formado en ello. A título personal, en función del interés de cada cual, algunas personas se han ido preparando en este aspecto. Es cierto, las investigaciones de Howard Gardner sobre inteligencias múltiples nos dicen que las dos inteligencias que forman parte de la inteligencia emocional, que son la intrapersonal y la interpersonal se pueden desarrollar en cualquier momento de la vida. Esto es muy tranquilizante. Nos puede costar más cambiar determinados hábitos que ya se han asentado en nosotros, pero cuando tomas conciencia de que puedes dar otro tipo de respuestas y te entrenas y compruebas que es más saludable para ti y que mejora la convivencia con los demás, lo cambias. Cuanto antes empecemos, muchísimo mejor.

¿Percibe usted que las mujeres tienen más destrezas en este terreno que los hombres o va en la persona?

No he visto esa diferencia pero sí veo que hay diferencias a nivel de empatía o sensibilidad social. Quizás las mujeres tenemos una capacidad mayor para advertir lo que están sintiendo otros y una mirada más atenta a los procesos internos de otros. Pueden sintonizar de forma más fácil, averiguar cómo el otro se siente, somos más proclives a evaluar las señales sociales. Los hombres igual no son tan intuitivos. Pero también me he encontrado con hombres tremendamente empáticos o sea que no me atrevo a afirmar que la variable género sea un factor que incida de una forma tan profunda en la adquisición de las competencias emocionales, más bien está en la actitud personal.

Estas habilidades son fundamentales para un buen líder ya sea en el ámbito político, social o empresarial. ¿Distingue en ellos o ellas competencias emocionales?

En algunos momentos todos los líderes tienen fallos. En sus respuestas se reflejan

que no han regulado bien sus emociones, no han sido asertivos pero en otros momentos ocurre lo contrario y nos sorprenden. Muchos líderes políticos y sociales sí son sensibles, se nota que ponen en funcionamiento estrategias que responden a la inteligencia emocional, cada vez tienen más presentes estas técnicas sobre todo a nivel interpersonal. ¿Qué sean modélicos en este aspecto? Pues no. Pero muy pocas lo somos porque siempre la vida nos enfrenta a situaciones muy difíciles que pone en juego ese talante.

¿Es cierto que el ámbito laboral se ha convertido también en un valor añadido?

Yo doy cursos al INEM y me comentan que, en las entrevistas de trabajo, cuentan cada vez más las competencias emocionales frente al currículum académico. En una entrevista puedes provocar situaciones en las que se vea cómo reacciona el candidato, por ejemplo, al lanzarle una provocación. Observar cómo es capaz de resolver conflictos o cómo sería capaz de liderar un proyecto o medir su autoestima. Estos elementos han demostrado ser que son más proyectores de éxito que los académicos.

Fuente: http://www.eldiario.es/norte/euskadi/sistema-educativo-incorpore-inteligencia-emocional_0_486101594.html

Fotografía: jpcaamano

Fecha de creación

2016/09/29