



Autora: Sara Neiret



Egresada del Conservatorio Salvador Fracassi del Carril (Capital Federal, Buenos Aires, Argentina) como Profesora de piano, teoría de la música y solfeo, se desempeñó como maestra de música en una escuela primaria rural.

Graduada como Analista de Computación en la Universidad Nacional de La Plata (UNLP), Buenos Aires, Argentina, trabajó como analista y como analista-programador en dos grandes centros de cómputos del país (IPS y IOMA), puestos a los que renunció para desempeñarse como instructora y encargada del área de informática en un instituto terciario (IFIM)

Actualmente se encuentra elaborando la tesis para alcanzar el grado de Magíster en Tecnología Informática aplicada en Educación, en la UNLP, y terminando el Ciclo de complementación de la Licenciatura en Informática Educativa, con mención en la enseñanza de la informática, en la Universidad Nacional de Lanús (UNLa), Buenos Aires. Desde el 18 de septiembre de 2003 ejerce su vocación y sueño de siempre: trabajar como profesora en una escuela secundaria.

Su mail: saraneiret@fibertel.com.ar

LA IMPORTANCIA DEL CONTEXTO EN LA EDUCACIÓN DE LAS EMOCIONES Y EN EL PERFECCIONAMIENTO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

El hogar es la primera escuela para el aprendizaje emocional.

En el informe del Centro Nacional para Programas Clínicos Infantiles, de Estados Unidos de Norteamérica, se presentan los dos escenarios siguientes:

Un bebé de dos meses se despierta llorando a las tres de la mañana. Su mamá lo saca de la cuna y durante la siguiente media hora el bebé mama feliz en brazos de su madre mientras ella lo mira con amor y le dice lo contenta que está de verlo, incluso en mitad de la noche. El bebé, satisfecho con el amor de su mamá, vuelve a quedarse dormido.

Otro bebé de dos meses también se despierta llorando a altas horas de la noche y es atendido por una madre tensa e irritable que se había quedado dormida hacía solo una hora después de una discusión con su esposo. El bebé empieza a sentirse tenso cuando su mamá lo alza bruscamente y le dice: “¡Cállate, no aguanto más! Vamos, acabemos de una vez”. Mientras amamanta al bebé, en lugar de mirarlo, la mamá tiene la vista fija en otro punto y rememora la disputa con su esposo, y lo único que logra es sentirse más agitada. El bebé percibe la tensión, protesta, se pone rígido y deja de mamar. “¿Eso es todo lo que quieres?”, dice su madre. “Entonces no comas”. Con la misma brusquedad lo vuelve a poner en la cuna y sale de la habitación precipitadamente; el niño queda llorando hasta que, exhausto, vuelve a dormirse.

Estos dos escenarios se presentan en el informe como ejemplos de los tipos de interacción que, si se repiten con frecuencia, inculcan sentimientos muy diferentes en los niños con respecto a sí mismos y a sus relaciones más íntimas. El primer bebé está aprendiendo que puede confiar y contar con la ayuda de la gente, y que puede conseguir ayuda con eficacia. El segundo bebé está descubriendo que no le importa realmente a nadie, que con la gente no puede contar, y que sus esfuerzos por encontrar consuelo serán infructuosos.

Dependiendo de la manera en cómo los padres tratan a sus hijos, le inculcarán lecciones emocionales básicas acerca de la confianza y la seguridad en las personas que lo rodean y en sí mismo.

El aprendizaje emocional comienza en los primeros momentos de la vida y se prolonga a lo largo de la infancia. Todos los intercambios entre padres e hijos, incluso los más sutiles tienen un subtexto emocional, y en la repetición de estos mensajes a lo largo de los años, los niños forman el núcleo de sus capacidades y de su concepción emocional, moldeando las expectativas con respecto a las relaciones, lo cual influirá en la manera de moverse en todos los ámbitos de la vida, para bien o para mal.

Cabe citar las metafóricas palabras de Daniel Prieto Castillo¹ donde tan poéticamente dice:

Desde la cuna, nos vamos entretejiendo como humanos en una relación íntima con las palabras y los gestos. Todo nos habla y no cesamos de aprender significados, todo nos llama con palabras y con gestos. Nada más ni nada menos, estamos en medio de la palabra y estamos constituidos profundamente por ella.

Pero las palabras son el rostro del otro, y pueden ser terribles, cargadas de violencia, o dulces como las primeras mieles. Y también pueden ser pobres, apenas balbuceos vacíos, estrechos, incapaces de abrirnos al mundo. No tenemos otra apertura al mundo que la mirada, la caricia y la palabra. Cuando ellas se cierran apenas nos asomamos a un espacio infinito. [...]

Las palabras nos acunan o se nos clavan como agujas, ríen o nos muestran muecas terribles, recorren horizontes o cierran todos los accesos a los demás. ¡Ay de quienes crecen entre palabras como lanzas! ¡Ay de quienes son acunados por la violencia! ¡Ay de quienes son condenados a estrellarse de por vida con un universo oscuro de palabras! ¡Ay de quienes resulten habitados por palabras salvajes, opacas, densas como la lava profunda de un volcán! [...]

Mirada, caricia, palabra, son una conquista, son parte de un difícil proceso de humanización que por momentos aparece cada vez más lejano. Accedemos al ser a través de ellas, nos niegan el ser cuando faltan, cuando se vuelven muro, golpe, lanza [...] todo cierre de tu humanización es violencia, venga de donde venga. Son violencia la mirada muro, el golpe, la palabra lanza.

¹ PRIETO CASTILLO, Daniel, “Comunicación con el contexto”, en PRIETO CASTILLO, Daniel, *La comunicación EN la educación*, Editorial STELLA, ediciones La Crujía, Buenos Aires, Argentina, 2004.

Pobrecitos cuerpos atravesados desde niños por la palabra lanza, pobrecitas heridas que jamás cerrarán, pobrecitas llagas abiertas a cualquier viento, a cualquier mirada. Larva precaria es el hombre, cualquier brisa lo daña [...]

El aprendizaje emocional se produce a través de las cosas que los padres dicen y hacen a sus hijos; los modelos que ofrecen para enfrentarse a sus propios sentimientos y los que se producen entre marido y mujer. Es en el seno familiar donde aprendemos a reflexionar acerca de los sentimientos; donde construimos nuestro nivel de autoestima y la opinión de cómo los demás reaccionarán ante nuestras emociones.

Existen cientos de estudios que muestran que la forma en que los padres tratan a sus hijos tiene consecuencias profundas y duraderas en la vida emocional de los hijos. Los datos muestran que tener padres emocionalmente inteligentes es un enorme beneficio. “Las formas en que una pareja lidia con los sentimientos recíprocos –además de sus tratos directos con el niño– imparten poderosas lecciones a los hijos, que son alumnos astutos y sintonizados con los intercambios emocionales más sutiles que se producen en la familia” (Goleman, D.:1995; p. 224)

Los quipos de investigación dirigidos por Carole Hooven y John Gottman, de la Universidad de Washington, realizaron pruebas de observación² de algunas familias. Ellos observaron las interacciones entre las parejas y cómo éstas trataban a sus hijos, y descubrieron que las más competentes en el matrimonio desde el punto de vista emocional eran las más eficaces a la hora de ayudar a sus hijos en los cambios emocionales.

El impacto de la paternidad en la competencia emocional comienza en la cuna, cuando los padres sintonizan con los sentimientos del bebé.

El equipo de la Universidad de Washington descubrió que los hijos de padres emocionalmente expertos se llevan mejor, son más afectuosos, se muestran menos tensos con respecto a ellos mismos, se desempeñan mejor en el manejo de sus propias emociones, saben serenarse cuando están preocupados y se preocupan con menor frecuencia. Fisiológicamente presentan niveles más reducidos de las hormonas del estrés y otros indicadores fisiológicos de la excitación emocional y además tienen ventajas de tipo social debido a que tienen una buena relación con sus pares; son aceptados y respetados, y sus maestros los consideran hábiles socialmente. Sus padres, al igual que sus maestros, consideran que tienen menos problemas de conducta como la brusquedad o la agresividad.

Como consecuencia de todo esto, los beneficios son cognitivos; estos niños pueden prestar más atención y son alumnos más eficaces.

Por lo tanto las ventajas que tienen los niños con padres emocionalmente expertos van más allá del espectro de la inteligencia emocional.

El informe del Centro Nacional para Programas Clínicos Infantiles señala que el éxito escolar no se pronostica por la precoz habilidad de saber leer o escribir sino por parámetros emocionales y sociales, como: ser seguro de sí mismo y mostrarse interesado; saber qué tipo de conducta es la esperada y cómo dominar el impulso de portarse mal; ser capaz de esperar, seguir instrucciones y recurrir a los maestros en busca de ayuda; y expresar las propias necesidades al relacionarse con otros chicos.

² Para mayor detalle de las observaciones realizadas véase “El crisol familiar”, Cap. 12 en GOLEMAN, Daniel, (1995), *La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual*, Editorial Vergara, Buenos Aires, Argentina, 1996.

El informe dice que casi todos los niños que se desenvuelven pobremente en la escuela o tienen dificultades de aprendizaje, carecen de uno o más de estos elementos de inteligencia emocional.

Que un niño tenga o no buena disposición para aprender depende de si sabe o no *cómo* hacerlo. El informe presenta una lista de siete componentes claves de la capacidad crucial para aprender, todos estos componentes están relacionados con la inteligencia emocional:

1. *Confianza*. El niño tiene la sensación que no fracasará en lo que se propone, y que los adultos serán amables con él.
2. *Curiosidad*. La sensación de que descubrir cosas es algo positivo y conduce al placer.
3. *Intencionalidad*. El deseo y la capacidad de producir un impacto, y de actuar al respecto con persistencia. Esto está relacionado con una sensación de competencia, de ser eficaz.
4. *Autocontrol*. La capacidad de modular y dominar las propias acciones de maneras apropiadas a la edad; una sensación de control interno.
5. *Relación*. La capacidad de comprometerse con otros, basada en la sensación de ser comprendido y de comprender a los demás.
6. *Capacidad de comunicación*. El deseo y la capacidad de intercambiar verbalmente ideas, sentimientos y conceptos con los demás. Esto está relacionado con una sensación de confianza en los demás y de placer en comprometerse con los demás, incluso con los adultos.
7. *Cooperatividad*. La capacidad de equilibrar las propias necesidades con las de los demás en una actividad grupal.

Que el niño llegue o no a la escuela con estas capacidades depende en gran medida de que sus padres y maestros de preescolar le hayan brindado la suficiente "calidez afectiva" y la consiguiente educación de sus sentimientos.

En la actualidad existe una tendencia a dejar librada al azar la parte emocional de los niños y adolescentes, lo que trae resultados cada vez más lamentables. Una solución consiste en que las escuelas centralicen sus esfuerzos en educar al alumno como un ser integral, reuniendo mente y corazón en el aula. Goethe afirmaba que da más fuerza saberse amado que saberse fuerte: la certeza del amor, cuando existe, nos hace invulnerables.

La influencia positiva que pueden ejercer sobre la vida de nuestros niños y adolescentes las acciones de bondad, protección y comprensión, tienen un alcance muchas veces inimaginable, como así también la tiene la influencia negativa, consecuencia del maltrato psicológico, éstas son las acciones más innobles, reprobables e inhumanas, por el daño muchas veces irreparable, que podemos causarle, si no con verdadera maldad, sí con estúpida inconsciencia.

Sirvan a la reflexión estos versos, cuyo autor desconozco:

*Dentro de cincuenta años no importará
el tipo de coche que condujiste,
el tipo de casa donde viviste,*

*la cantidad que tuviste en el banco
ni la calidad de la ropa que usaste.
Pero el mundo tan vez sea un poco mejor
porque fuiste importante
en la vida de un niño.*

Las emociones pueden educarse. Si bien la herencia genética nos dota de una serie de rasgos emocionales que determinan nuestro temperamento, el circuito cerebral implicado es extremadamente maleable; temperamento no es destino. La infancia y la adolescencia son etapas críticas para fijar los hábitos emocionales esenciales que conducirán la vida.

Si nuestra meta es lograr una transformación a partir de la educación de las emociones, debemos aceptar, como dice Daniel Prieto Castillo, que transformar es, en primer lugar, transformarse. El cambio debería ser de adentro hacia afuera debido a que estamos permanentemente emitiendo mensajes a través de gestos, ropa, entorno, gustos, inclinaciones, lo cual forma parte del currículum oculto, que habla más fuerte que las palabras, que es lo que se transmite y lo que sin intención se enseña. Comunicamos constantemente y lo que se comunica siempre es captado por alguien y el “ser captado” significa entrar en un juego de significados.

"Las personas tal vez no entiendan el significado de muchas palabras, pero saben registrar un gesto de amor"³

³ Desconozco el autor de esta frase, fue tomada del relato “Nudo de amor” que se encuentra en:
http://mieldemarzo.webcindario.com/nudo_de_amor.htm

Bibliografía

[1] GOLEMAN, Daniel, (1995), *La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual*, Editorial Vergara, Buenos Aires, Argentina, 1996.

[2] PRIETO CASTILLO, Daniel, *La comunicación EN la educación*, Editorial STELLA, ediciones La Crujía, Buenos Aires, Argentina, 2004.

[3] TIERNO JIMÉNEZ, Bernabé, (1999), *La fuerza del amor. El camino hacia la realización personal y la madurez afectiva*, Editorial Planeta Argentina, 2000.