



Entrevista realizada a Antonio Galindo y Mercedes Cobo



Psicólogo y pedagogo. Director del programa IRAMEC, de Educación Emocional, implantado con el auspicio de la Generalitat de Valencia.

Fue profesor de Formación en la Empresa de la Universidad Ramón Llull de Cataluña y director de ITES en Barcelona (centro de formación profesional).

Consultor de formación y asesor de Recursos Humanos para empresas nacionales y multinacionales en España y América.

Ha sido formador para docentes en varios centros de profesores, en la universidad de verano de la Uned varios años, en el colegio de doctores y licenciados.

Tiene varios libros publicados, autor de “Cómo sobrevivir en el aula” y director de la colección “Emociónate”, programa de desarrollo en competencias emocionales para niños y jóvenes.

Psicóloga colegiada (Universidad Oberta de Cataluña).
Maestra de Primaria (Universidad Pontificia de Salamanca).
Ingeniera Técnica de Informática (Universidad Politécnica de Madrid).

Autora de la colección “Emociónate” (Programa de desarrollo en competencias emocionales), para Educación Primaria y Secundaria (editorial ICCE).

Coordinadora didáctica del Proyecto IRAMEC.

(Implantación e investigación de la educación emocional en centros educativos de la Generalitat Valenciana).

Responsable del proyecto de Investigación sobre el impacto de los textos de la colección Emociónate en alumnos de primer ciclo de primaria (Curso 2007-2008).

Formadora para docentes y público en general. Asesora emocional en centros educativos.



1.- ¿En qué consiste el programa IRAMEC?

IRAMEC son las siglas de un programa que ha medido cómo la Educación Emocional impacta (I) en dos variables: el rendimiento académico (RA) y la mejora de la convivencia en las aulas (MEC).

Por rendimiento académico entendemos cómo se ven afectadas las notas de los alumnos a lo largo del año 2010-2011, y para medir la mejora de la convivencia se plantearon seis competencias emocionales básicas: reconocimiento emocional, asertividad, apego a la aprobación (autoestima), resolución de conflictos, motivación y empatía.

IRAMEC parte del apoyo de la Generalitat Valenciana y es el primer programa de Educación Emocional que se diseña en esta comunidad como tal, dirigido a centros públicos y concertados. Pionero además en cuanto a su alcance, pues ha formado profesores al tiempo que éstos realizaban sesiones de educación emocional con sus alumnos y se incluyó a las directoras y los padres en la intervención.

La población elegida para la implantación de IRAMEC han sido 8 aulas de segundo ciclo de primaria procedentes de 5 centros (que fueron los grupos experimentales) más 8 grupos de control (que no han hecho Educación Emocional) pero que han servido de base para diseñar una investigación quasi-experimental que ha dado resultados observables y medibles. Los alumnos de las 8 aulas suman 165 sujetos y los de los grupos de control, 157.

A todos los grupos se les pidieron las notas del año y cumplieron un test al inicio y al final del curso. El objetivo era contrastar para cada alumno la diferencia entre sus respuestas al inicio y al final del curso, y comparar globalmente a nivel de grupos las respuestas entre las aulas que recibieron educación emocional y las que no la recibieron. Igualmente los docentes de cada clase rellenaban los tests (antes y después) ofreciendo su percepción global de la conducta de sus alumnos en cuanto a las seis competencias anteriores. Con ello también se han obtenido resultados de contraste entre lo que los docentes perciben (de manera global en el aula) y lo que perciben sus alumnos sobre ellos mismos.

A nivel metodológico IRAMEC ha combinado varias acciones:

1. Formación de los docentes en grupo impartidos en el CEFIRE (centro de profesores en la comunidad valenciana (un total de 40 horas). Asistieron 15 personas: dos tutores y la directora de cada uno de los centros experimentales.
2. Intervención directa en los centros: sesiones específicas de Educación Emocional (11 en total a lo largo del curso) que hacían los profesores con la presencia de un consultor externo que los apoyaba en la preparación de la clase, los observaba in situ, y después se reunía con cada profesor para hacer una sesión de feedback sobre lo que había sucedido en el aula y de coaching personal sobre la propia experiencia del profesor en el aula y en su vida.

3. Coaching con las directoras de los centros, entendiendo que la figura del director del centro es fundamental en la expansión de la Educación Emocional dentro del colegio.
4. Reunión de Información para los padres donde participaron todos los implicados (consultores, docentes y directoras), seguida de una sesión de educación emocional, donde los propios padres realizaron una actividad muy semejante a las que sus hijos han hecho en clase.

A nivel didáctico la Educación Emocional se basó en nuestra colección "Emociónate", programa de desarrollo en competencias emocionales y que propone un método progresivo para la consecución de la autonomía emocional.

2.- ¿Qué resultados se han obtenido sobre el alumnado?

Los alumnos que han recibido educación emocional mejoran en la convivencia (competencias emocionales) por encima de los alumnos que no la han recibido. Y lo curioso es que, los grupos que no han hecho educación emocional, empeoran. Ello quiere decir que, cuando no se entrenan las competencias emocionales, la convivencia no queda inalterada, sino que se deteriora.

Agrupando a los alumnos por rangos académicos (notas bajas, medias y altas) se concluye que la educación emocional beneficia más a los alumnos de notas bajas, así pues la educación emocional es un preventivo del fracaso escolar: apoya a los alumnos con más dificultades de aprendizaje.

Otros resultados interesantes que se deducen de correlacionar rangos académicos con competencias emocionales son:

- Los alumnos con notas altas tienen más apego a la aprobación (asociado a menor autoestima) que los de notas bajas. Es curioso, pues en la mente de todos existe la idea de que los alumnos académicamente brillantes tienen más autoestima, pero los resultados indican lo contrario.
- En contrapartida los alumnos de rango académico alto muestran más empatía y asertividad que los alumnos de notas bajas.
- El recurso a la asertividad (comunicar la propia necesidad sin menoscabo de uno mismo y sin agredir a los demás) no se usa tanto en los alumnos de notas bajas. Ellos tienen tendencia a resolver por su cuenta. Deducimos, por lo tanto, que el recurso a la comunicación asertiva con los iguales se hace en una segunda instancia, es más sofisticado evolutivamente.
- La educación emocional se convierte entonces en un modulador de la asertividad, dado que, a medida que aumenta el rango académico aumenta el recurso de la comunicación asertiva.
- La competencia que más cambia positivamente es la resolución de conflictos, lo que indica que la educación emocional se muestra como un potenciador de la mejora de la convivencia en tanto que los alumnos aprenden estrategias nuevas para resolver sus desacuerdos.

Por lo tanto la educación emocional es un poderoso instrumento para mejorar la convivencia en el aula y replantea el propio concepto de educación. En este sentido, un modelo educativo que cuida la emocionalidad de los alumnos, genera un ambiente de confianza que facilita el rendimiento académico.

3.- Teniendo en cuenta la cantidad de situaciones complicadas a las que se enfrenta el profesorado a diario (con alumnos, padres y dirección), ¿cómo puede ayudar la educación emocional al profesorado?

Hemos comprobado que, a medida que se desarrollaba IRAMEC, los docentes han ido ganando en seguridad y destreza a la hora de conducir su aula. Gracias a las jornadas dedicadas a su propia formación, los docentes han aprendido a reconocer en ellos mismos sus emociones y esto les ha hecho más conscientes de cómo se desenvuelven día a día en el aula: cuáles son sus estrategias habituales, qué les funciona y que no, cuándo se sienten frustrados, con qué alumnos les faltan herramientas, qué barreras encuentran a la hora de comunicarse con los padres, etc.

Reconocerse en todas estas actuaciones ha sido el primer paso y el más importante. Posteriormente en las sesiones de coaching -con el fin de mejorar su autonomía emocional- los consultores han ido pactando con cada docente objetivos como los siguientes:

- Atreverse a adaptar las actividades sobre la marcha para tener en cuenta las propuestas de los alumnos y lo que necesitan en ese instante.
- Aceptar que no todos los alumnos participen activamente durante las sesiones.
- Aceptar que, al finalizar una sesión, no todos los alumnos han estado de acuerdo con las alternativas más inteligentes emocionalmente.
- Aprender a analizar las sesiones sin criticarse y aprender a aceptarse a sí mismos con sus defectos y sus limitaciones para poder aceptar los de sus alumnos.
- Comprender que no hay posible cambio si no hay antes aceptación, y que el cambio es algo que no se puede forzar ni en ellos ni en sus alumnos, sino que surgirá de forma natural, o no, durante el curso actual.
- Enfrentarse al deseo de querer cambiar a toda costa en los alumnos rasgos como la agresividad o la falta de empatía.
- Enfrentarse al deseo de que las sesiones salgan “perfectas” como habían planeado, sin dar espacio a las sorpresas y sin sentirse culpables por ello.

Además los docentes que han participado en este programa han asumido plenamente su papel de educadores emocionales y como tal se han comprometido a compartir su experiencia con los padres, y a favorecer que todo

el centro se contagie de este clima de reconocimiento emocional y mejora de las relaciones interpersonales que ellos han vivido en su aula.

Las principales conclusiones de la encuesta que hemos realizado a los docentes participantes en IRAMEC son:

- Los docentes otorgan mucho valor al desarrollo como educadores emocionales que les está proporcionando el programa IRAMEC.
- La mayor parte de los docentes consideran que son todos los profesores del centro quienes deben asumir el rol de educadores emocionales, dato que concuerda directamente con el propósito de IRAMEC: dotar a todos los docentes de la comunidad educativa valenciana de las competencias emocionales necesarias para desempeñar este rol.
- Todos los docentes creen que el sistema educativo valenciano debe incorporar la educación emocional en su estructura.
- Consideran que la educación emocional debe convertirse en una materia más de enseñanza, o bien incorporarla a la vida escolar de manera cotidiana. En general las respuestas marcan la tendencia a la presencia permanente de la educación emocional y no un uso esporádico de ella.

En cuanto a la formación recibida, su percepción es:

- El interés por la formación en grupo de IRAMEC es muy alto. Y los docentes demandan en este sentido más práctica real en sus centros, mayor especialización y más tiempo para desarrollarse.
- Señalan que se han sentido apoyados por los consultores en el proceso de formación.
- Finalmente hay dos docentes que piden que se generalice la formación del programa IRAMEC a todos los profesores del centro y que se extienda a enseñanza secundaria.

4.- ¿Qué papel juegan los padres en este cambio?

Un programa de Educación emocional como IRAMEC, enseña a los padres -igual que hace con los docentes- la forma de impulsar la autonomía emocional de sus hijos a la vez que se desarrollan en todos los niveles (físico, intelectual y emocional).

El programa IRAMEC ha incluido la participación activa de los padres gracias a las reuniones que se convocan en el centro. En ellas los padres reciben una formación muy semejante a la de los docentes, realizando actividades donde experimentan lo mismo que sus hijos en el aula. Unos padres que se conocen mejor así mismos y son conscientes, son la mejor garantía para la educación de sus hijos.

Esta experiencia de los padres les hace comprender mucho mejor el aprendizaje emocional. Cuando los niños llevan a casa su cuaderno (el texto de la colección "Emociónate") los padres saben en todo momento los temas que se tratan en clase (autoestima, resolución de conflictos...) y leen las actividades, los consejos que acompañan a cada una de ellas, la guía que sigue el docente para realizarlas, y además el apartado específico titulado "Consejos para padres". Con todo ello logramos que la educación emocional, traspase el aula y los alumnos compartan en su entorno familiar y social las habilidades emocionales que van adquiriendo, logrando así una educación integral.

5.- ¿Con qué resistencias os habéis encontrado a la hora de implantar y/o consolidar el programa?

El principal reto de nuestra propuesta de educación emocional es que los docentes comprendan que el proceso de cambio que se inicia con los alumnos, en realidad comienza en ellos mismos. Nuestro lema es: "No puedes enseñar y transmitir nada que tú mismo no hayas experimentado e integrado en tu propia persona". Por este motivo son tan importantes las jornadas de formación de los docentes, para que ellos vivan su proceso emocional y sean ellos los primeros en desarrollar las competencias que luego enseñan en su aula.

Otra resistencia importante es la de querer lograr que los alumnos mejoren algunos de sus rasgos rápidamente. Es habitual que los docentes se impacienten y quieran que el niño agresivo deje de serlo en unas cuantas sesiones, o que los alumnos más reservados expresen sus sentimientos abiertamente como lo hacen otros. En este caso nuestro reto consiste en que los docentes comprendan que el objetivo no es cambiar a los niños, sino acompañarlos en su proceso de reconocimiento, reforzando su capacidad de reflexión y decisión, y sobre todo, respetando profundamente sus tiempos y sus características individuales (desarrollo cognitivo, circunstancias familiares, etc).

A lo largo de las intervenciones en el aula, los consultores hemos enseñado a los docentes a enfrentarse a los sentimientos de impotencia, frustración y culpa que han ido descubriendo a medida que el programa avanzaba y ellos tomaban más conciencia de su labor como educadores emocionales.

6.- Y, ¿qué factores han favorecido su ejecución y consolidación?

El éxito de IRAMEC se debe principalmente al interés y la buena disposición de los docentes y las directoras que han intervenido en el programa. Es muy importante que los docentes mantengan una mentalidad abierta y estén dispuestos a cuestionarse algunas prácticas que realizan todos los días en el aula. Esto sucede por ejemplo cuando recurren siempre a la estrategia de pedirse perdón los alumnos que discuten. Ahora, tanto los docentes como sus alumnos saben que en lugar de pedir perdón como autómatas, es mejor analizar sus emociones para descubrir lo que realmente sucede en esa riña y cómo encontrar una solución en la que ambas partes se queden satisfechas sin frustraciones ni rencores.

Ha sido fundamental el apoyo incondicional de la Generalitat Valenciana que ha financiado el programa durante un año entero y ello nos ha permitido poder cerrar la investigación y llegar a los resultados que hemos alcanzado. Igualmente la colaboración con la empresa Desarrolla, de la comunidad valenciana.

7.- Si hubiese alguien interesado en implantar este modelo en su propia escuela, ¿qué pasos tendría que seguir?

El primer paso es ponerse en contacto con Asesores Emocionales para recibir información completa de lo que supone nuestro programa de educación emocional y lo que podemos ofrecerles según sus circunstancias.

A partir de ahí, nosotros ayudaremos al centro a responder a estas preguntas:

- ¿Qué esperan lograr con nuestro programa de educación emocional?, ¿cuáles son sus objetivos?
- ¿Existe alguna situación concreta que precisan resolver de forma más urgente (agresividad en el aula, problemas en el claustro, etc.)?
- ¿Con qué presupuesto cuentan para abordar el proyecto?
- ¿Tienen alguna propuesta concreta en cuanto a definición y desarrollo del programa (cursos y etapas implicadas, etc.)?

En el segundo paso Asesores Emocionales diseña una propuesta adaptada al centro con acciones de formación a docentes, alumnos, padres y otros miembros de la comunidad educativa, con el objetivo último de que la educación emocional se convierta en parte del currículum.