

REFORMA SIGLO XXI

DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES PARA LA VIDA

■ ■ Linda Angélica Osorio Castillo*

Desde hace varias décadas la UNESCO ha estado destacando la importancia de la educación emocional como eje vertebrador de la convivencia; estrechamente vinculada a la salud mental y a la calidad de vida, la educación emocional se plantea como un aspecto indispensable para afrontar los profundos cambios estructurales y sociales que se producen.

Cuando Howard Gardner publicó en 1983 “La teoría de las inteligencias múltiples”, dio paso a una re conceptualización de la educación, y generó una profunda reflexión sobre el papel que las emociones juegan en ella. Posteriormente, Daniel Goleman, popularizó el concepto de Inteligencia Emocional, ampliando las posibilidades de considerar el área emocional como parte integral en la formación del ser humano.

A partir de estos hechos, surge la preocupación por formar personas capaces de adaptarse a las exigencias que presenta el mundo actual, como lo podemos observar en las recomendaciones que hicieron organismos internacionales, como la UNESCO, que a través del informe Delors (1996), propone los cuatro pilares de la educación, también la OCDE, dentro de su informe DESECO (descripción y selección de competencias), identifica las competencias necesarias para que tanto niños como adultos lleven vidas responsables y exitosas en una sociedad moderna, es decir, se empezaba a hablar de la educación emocional.

La educación emocional se consideró, como una innovación educativa, cuya finalidad es el desarrollo de habilidades socioemocionales que contribuyan al

bienestar personal y social y al desarrollo humano de las personas de cualquier edad y nivel académico.

El desarrollo humano tiene como objetivo el lograr que las personas adquieran plenamente progreso personal, social e integral; por ser un concepto tan versátil de la psicología contemporánea, el desarrollo humano, puede ser entendido desde perspectivas antropológicas, individuales y sociales o puede ser abordado como objeto de estudio de la psicología y de la educación, en vista de que contribuyen al bienestar de la sociedad.

La transformación del escenario global actual posee características propias: complejidad,



Sinfonía

*Doctora en Educación por el IUSAM (Instituto Universitario de Sistemas Administrativos de Monterrey). Egresada de la Universidad Autónoma de Yucatán de la carrera de Ingeniería Civil. Estudió la Maestría de las Ciencias con especialidad en Matemáticas por la UANL. Se desempeñó como docente de matemáticas, coordinadora administrativa y subdirectora del Sistema Abierto de la Preparatoria Núm. 3, y de 2014 a 2020 fue directora de esta dependencia.

cambio vertiginoso y permanente, innovación y contradicciones por lo que la negociación de la realidad produce conflictos, tensiones que originan retos para la sociedad, especialmente para el contexto educativo. La escuela tiene que preparar ciudadanos capaces de adaptarse y responder a estos retos y desafíos que no tiene que ver únicamente con la economía y el mercado, sino además con aspectos relacionados con el deber social y la ética.

La educación como bien social, no puede limitarse a la búsqueda del éxito personal como meta final del sistema educativo, se requiere que la escuela, como institución social, presente un planteamiento más humanista que aborde el proceso dirigido al desarrollo integral de los seres humanos que forma, y que propicie, dentro de su proyecto formativo, el valor añadido de la formación emocional de todos los estudiantes. La UNESCO reconoce que la educación emocional es: *“un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo y una herramienta fundamental de prevención, ya que muchos problemas tienen su origen en el ámbito emocional”*. Delors (UNESCO 1996). La educación emocional tiene como objetivo no solo desarrollar la inteligencia emocional, sino también las habilidades socioemocionales que tienen como objetivo ayudar a las personas a descubrir, conocer y regular sus emociones e incorporarlas como competencias.

Diversos autores mencionan que las emociones son eventos o fenómenos de carácter biológico y cognitivo que toman su significación en escenarios sociales y que son involuntarias. (Casassus 2006) menciona: *“...las emociones son involuntarias, las conductas son el producto de las decisiones tomadas por el individuo”*. Debido a su carácter involuntario, y que las conductas son producto de lo que decida el individuo, entonces podemos suponer que son el resultado de la reflexión y pueden ser reafirmadas en el ámbito educacional. Por tanto, la educación emocional pretende dar respuesta a un conjunto de necesidades sociales que no son completamente atendidas en la educación formal.

Hablando del contexto del nivel medio superior, existen múltiples razones para justificar la implementación urgente de la educación emocional: principalmente, la juventud, lo cual supone un desajuste, problemas derivados del autoestima, depresión, consumo de drogas, etc. y otros tantos

más, derivados de las habilidades socioemocionales como fundamento para la toma de decisiones y factor importante para alcanzar el éxito en la vida.

Hasta hace pocos años se consideraba, en el ámbito escolar, que una persona era exitosa si obtenía las más altas calificaciones, por estimar que existía una sola inteligencia y con los siglos se descubrió la existencia de otras inteligencias en el ser humano y más tarde se llegó al estudio de la inteligencia emocional, en el que se describe el estado interno en el que se toman decisiones, que si bien son individuales, tienen un efecto en la comunidad en la que actúa el sujeto.

El inicio de los estudios de la Inteligencia Emocional, propició que en el ámbito educativo, como producto de experiencias ajenas a la escuela, se considerara su inclusión en la formación de los estudiantes y empezara a generar espacios para abordar la formación emocional en el campo curricular, por considerar que la inteligencia académica no ofrece preparación para la multitud de dificultades a la que debemos enfrentarnos a lo largo de la vida. Sin embargo, se sigue insistiendo en el desarrollo de habilidades académicas. En detrimento de la formación del carácter (a través de la Educación Emocional), que es tan decisivo para nuestro destino personal.

En resumen podemos decir que un sistema educativo que considere la formación de sus egresados como un factor esencial para el desarrollo de su potencial, debe considerar cuando menos dos aspectos fundamentales: el progreso cognitivo de sus estudiantes, con todos los alcances que esto implica: adquisición del conocimiento, perfeccionamiento de los procesos de aprendizaje y autoaprendizaje, el fortalecimiento de las competencias encaminadas a la toma de decisiones; pero por otra parte habría que fortalecer las habilidades socioemocionales en las etapas iniciales de formación, con el propósito de ayudarles a desarrollar destrezas que les permitan conocerse a sí mismos, para auto motivarse, autorregularse, conocer las emociones de los demás y respetarlas para establecer un clima armónico con el ámbito que le rodea, y concertar su progreso personal sin olvidar la solidaridad y el compromiso que tiene con la sociedad de su tiempo.

A medida que se desarrolle el aspecto emocional de las personas, se les estará equipando

para enfrentar la globalización y la modernidad que están creando un mundo cada vez más heterogéneo y complejo, pero cada vez más comunicado. Según Bisquerra (2000), *“La educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social”*.

Sabemos que adquirir competencias emocionales es algo sumamente difícil, ya que el comportamiento emocional de las personas se estructura sobre la base de ciertas tradiciones como las familiares, culturales, y de otras circunstancias que son difíciles de controlar. No obstante, se insiste en el tema porque la educación emocional es una forma de prevención ante los efectos negativos de la inmadurez emocional de los estudiantes y que puede prevenir futuros problemas relacionados con la violencia, consumo de drogas, ansiedad, depresión y otras secuelas psicológicas que se presentan muy frecuentemente en la actualidad.

Existen diversos modelos de competencias, estudiados en diversas universidades, por la preocupación que existe en el aspecto emocional en todos los países, y también la ONU, a través de la OMS (Organización Mundial de la Salud), hace una propuesta llamada: Habilidades Para la Vida en las Escuelas, que señala de manera específica una serie de destrezas que son importantes para el desarrollo de los niños, jóvenes y la humanidad en general. Este documento tiene el propósito de difundir mundialmente la enseñanza de un grupo genérico de diez destrezas psicosociales:

- 1.- Autoconocimiento
- 2.- Empatía
- 3.- Comunicación Asertiva
- 4.- Relaciones interpersonales
- 5.- Toma de decisiones
- 6.- Solución de problemas y conflictos
- 7.- Pensamiento Creativo
- 8.- Pensamiento Crítico
- 9.- Manejo de emociones y sentimientos
- 10.- Manejo de tensiones y estrés



Polen del trópico

Estas habilidades no son materia nueva de estudio, son aspectos ya considerados históricamente y que tienen que ver con la manera en la que manejamos las relaciones con nosotros mismos, con las demás personas y con el entorno social. Sin embargo, la situación sanitaria mundial que estamos viviendo actualmente, nos obliga a repensar en la necesidad de implementar estrategias que promuevan el desarrollo de habilidades socioemocionales, no solamente entre los estudiantes, sino también entre los docentes y todo el personal que labora en instituciones educativas, ya que el confinamiento tan prolongado y la incertidumbre financiera y laboral en los hogares, es causa de situaciones de ansiedad, depresión y miedo hasta de perder la vida. Por estas razones es sumamente importante redoblar esfuerzos y proporcionar acompañamiento psicológico a las comunidades escolares en general, para poder sobrellevar de la mejor manera posible esta contingencia y lograr que las emociones que despierte en nosotros, afecten positivamente y favorezcan la reflexión de lo que estamos sintiendo y nos ayuden a pensar y a actuar de manera que provoquemos ambientes saludables que nos hagan sentirnos bien.

Afortunadamente con el adelanto de las tecnologías de la información y comunicación, tenemos la posibilidad de acceder a diversos portales para buscar ayuda psicológica, lo importante es reconocer cómo nos sentimos y buscar ayuda inmediatamente, de lo contrario, tendría repercusiones en nuestro entorno más próximo, o bien llevarnos a decisiones equivocadas y lo mejor es que son posibles de evitar, recordando que una buena actitud recibe una respuesta positiva y que uno mismo puede ser el agente de cambio en el ambiente que lo rodea.

BIBLIOGRAFÍA:

Ángeles Calderón, P; Silva, Raúl; Rodríguez Pablo. (2010). *La Inteligencia Emocional Basada En La Adaptabilidad Social*. Revista Huella de la Palabra No. 4. Consultado en: <http://www.lasallep.edu.mx/xihmai/index.php/huella/article/view/353>

Barrientos, A. (2015). *Habilidades sociales y emocionales del profesorado de educación infantil relacionadas con la gestión del clima de aula*. Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Educación. Consultado en noviembre de 2107. Disponible en: <http://eprints.ucm.es/40450/1/T38117.pdf>

Beck, A., Rush, J., Shaw, B. y Emery, G. (1979). *Terapia cognitiva de la depresión*. Editorial Desclee de Brouwer. Bilbao. Consultado en: <http://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo23.pdf>

Bisquerra Alzina, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona. Editorial Praxis.

Bisquerra Alzina, R. (2001). *Programa de Educación socio-emocional. Formación para profesores y alumnos*. Temáticos escuela española. Consultado en: <http://www.eumed.net/rev/ced/15/abcp.htm>.

Bisquerra Alzina, R. (2002). *La competencia emocional*. Madrid: Síntesis. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=649432>

Bisquerra Alzina, R. (2003) *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. Revista de Investigación Educativa, 2003, Vol. 21. En <http://revistas.um.es/rie/article/viewFile/99071/94661>

Bisquerra Alzina, R. (2017) *México podría ser país puntero en educación emocional: investigador*. Universidad Iberoamericana. Consultado en: <http://www.iberomx.com/prensa/mexico-podria-ser-pais-puntero-en-educacion-emocional-investigador>.

Cabello, R., Ruiz-Aranda, D. y Fernández-Berrocal, P. (2010). *Docentes emocionalmente inteligentes*. Consultado en REIFOP, 13 (1). (Enlace web: <http://www.aufop.com>)

Casassus, J. (2006). *La educación del ser emocional*. Ed. Universidad Virtual del Instituto Tecnológico de Monterrey, México: Ediciones Castillo.

CASEL (2007) *Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning*. Benefits of SEL:SEL and Academics. Recuperado en de www.casel.org/sel/academics.php

Cea D'ancona, M^a (2012). *Fundamentos y aplicaciones en metodología cuantitativa*. Editorial: SINTESIS.

Colle, I., Barón-cohen, S. y Hill, J. (2007). "Do children with autism have a theory of mind? Anon-verbal test of autism vs. Specific language impairment". Journal of Autism and Developmental Disorders, 37(4), 716-723. Citado en Intelligencias Múltiples Consultado en: <http://www.cepi.us/doctorado/didactica/03%20LAS%20INTELIGENCIAS%20MÚLTIPLES.pdf>

Del Barrio, M.V. (2005). *Emociones infantiles*. Madrid: Pirámide. Consultado en https://www.researchgate.net/publication/31740209_Emociones_infantiles_evolucion_evaluacion_y_prevencion_MV_Barrio

Delors, Jacques UNESCO (1996) *La educación encierra un tesoro*. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la educación para el siglo XXI. Ed. Grupo Santillana de Ediciones, Madrid.

Ekman (1992). *An Argument for Basic Emotions*. *Cognition and Emotion*, 6, 169-200. En Habilidades sociales y emocionales del profesorado de educación infantil relacionadas con la gestión del clima de aula. Consultado en: <http://eprints.ucm.es/40450/1/T38117.pdf>

Eraut, M. (1994). *Developing professional knowledge and competence*, London: Falmer Press. En *El concepto de competencia en el desarrollo de la educación y formación profesional en algunos Estados miembros de la UE: un análisis crítico*. <https://www.ugr.es/~recfpro/rev123ART6.pdf>

Fernández y Malvar (1999) *La colaboración en los centros educativos: una Oportunidad de aprendizaje profesional* Profesorado. Revista de curriculum y formación del profesorado, 3, 1 (1999). Consultado en <http://www.ugr.es/~recfpro/Rev31COL3.pdf>

Fernández-Abascal y Palmero. (1999): "Emociones y salud". Ariel. Universidad Nacional de Educación a Distancia (Spain). Consultado en: file:///C:/Users/jenri_000/Downloads/reforma_educacion_media_mexico.pdf

Garcés Larrea Leticia (2015) *Educación emocional y habilidades socioemocionales*. En <http://padresformados.es/blog/2015/10/09/educacion-emocional-y-habilidades-socioemocionales/>

Gardner, H. (1983) *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. Nueva York, EUA: Basic Books.

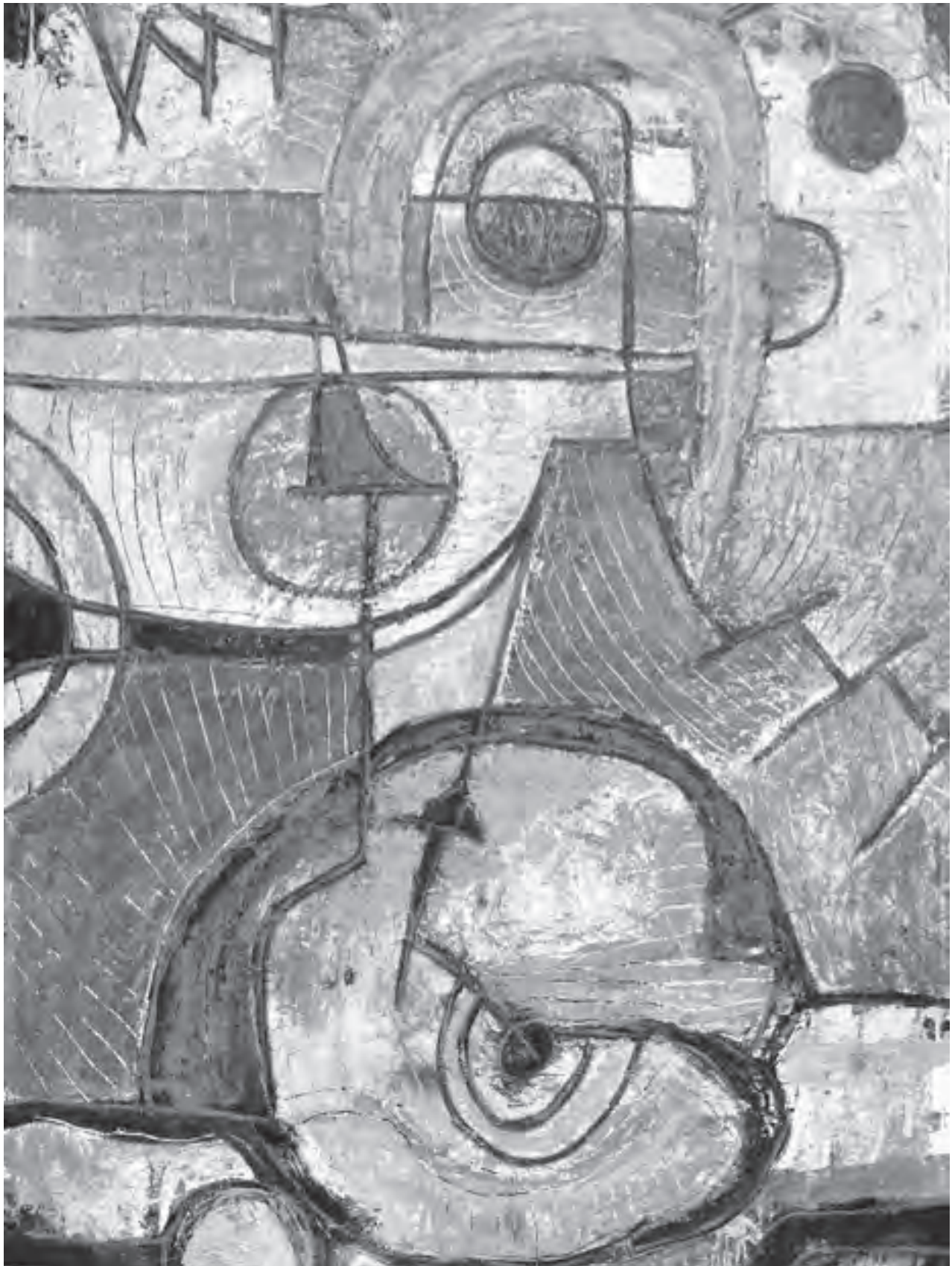
Gardner, H. (1995) *La teoría en la práctica. Las inteligencias múltiples*. Editorial PAIDOS. Barcelona

Giesenow, Carlos. (2018) *La enseñanza de habilidades psicológicas para la vida a través del deporte*. En <http://cimaperformance.com/recursos/articulos/psicologia-del-deporte/habilidades-vida/>

Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós. Barcelona.

Thomdike, E. L. (1920). Intelligence and its uses. Harper's Magazine. /40. 227-235. Consultado en octubre 2016. <http://www.redalyc.org/pdf/805/80530101.pdf>

UNESCO 1998. *Informe Delors*. En http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS_S.PDF



Poética de un instante