

La educación con emoción.

El sistema educativo actual centra la mayor parte de sus esfuerzos en el **apartado teórico**, en inculcar en la mente del alumno unos conocimientos, en que todos los alumnos lleguen a un nivel intelectual adecuado a su correspondiente **edad**.

Cada vez tienen más “pruebas” periódicas (exámenes) en todas las asignaturas, y otras más grandes cuando cambian de ciclo, como la **selectividad**. No soy yo quien vaya a juzgar la validez de estas pruebas; pero sí quiero dejar al lector una pregunta que seguro le hará pensar y reflexionar.

¿Qué significado tiene que un estudiante saque mejor o peor nota?

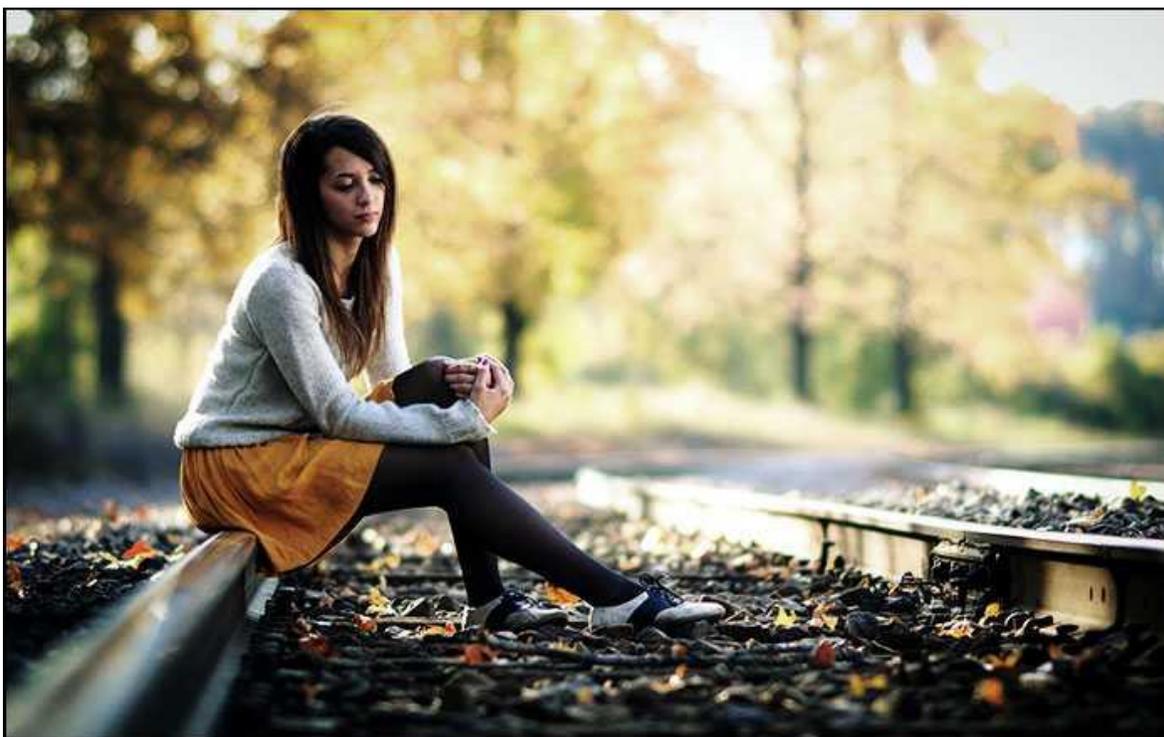


El hecho de que un alumno se haya graduado con unas notas excelentes equivale a saber que dicho estudiante es muy bueno en las pruebas de evaluación, que ha sido capaz de asimilar

todos los conceptos teóricos de la asignatura en cuestión, pero no nos dice absolutamente nada sobre cómo reaccionará ante las circunstancias que la vida le presentará.

El coeficiente intelectual no nos explica el porqué personas que cuentan con perspectivas, educación y oportunidades similares enfrentan destinos tan opuestos. Del mismo modo, esa cifra intelectual que otorgamos a las personas, no es un valor determinante a la hora de medir la satisfacción de un individuo en su trabajo, o en cualquier otro ámbito de su vida.

¿Qué es la vida? y, ¿qué, la educación?



John Dewey (filósofo, pedagogo y psicólogo estadounidense de los años 50) nos decía que **“la educación no es preparación para la vida; la educación es la vida misma.”** Y son estas palabras las que me inspiran este artículo. Si la educación es la vida misma, ¿no deberían enseñarse, además de conocimientos, las herramientas para las relaciones humanas y para poder afrontar las situaciones que la vida con total seguridad nos va a presentar?

La inteligencia académica no ofrece la menor preparación para la multitud de dificultades y de oportunidades a las que nos veremos enfrentados a lo largo de nuestra vida (*Learning is the work*).

Al igual que ocurre con otras asignaturas como las matemáticas, que se pueden estudiar y aprender, o la educación física, que se puede practicar y mejorar, la inteligencia emocional es un campo que puede ser dominado con mayor o menor pericia. Y este grado de conocimiento y de control emocional **sí** resulta determinante a la hora de explicar los motivos por los que algunas personas prosperan en la vida mientras que otras, más inteligentes académicamente, se ven atrapadas ante situaciones cotidianas.

Pongo un ejemplo: saber solucionar **raíces cuadradas**, algo que todos aprendemos en la escuela, es muy útil en ciertas carreras o trabajos concretos. Pero **un actor de teatro**, por poner un ejemplo, **raramente las volverá a utilizar** una vez termine su educación escolar.

Sin embargo, y por otro lado, saber afrontar un fracaso en algo que todos, con total seguridad, viviremos en algún momento de nuestra vida. Es esa inteligencia emocional, esa gestión de las emociones, la que se convierte en factor determinante en nuestro futuro. La respuesta que demos ante esa situación será identificativa de lo que sucederá después.

Existen evidencias de que las personas con un **autoconocimiento emocional**, aquéllas que saben gestionar sus sentimientos y saben aceptar y entender las de los demás, mantienen claras ventajas en las relaciones interpersonales, así como en la comprensión de los funcionamientos de cualquier empresa, organización o sistema.

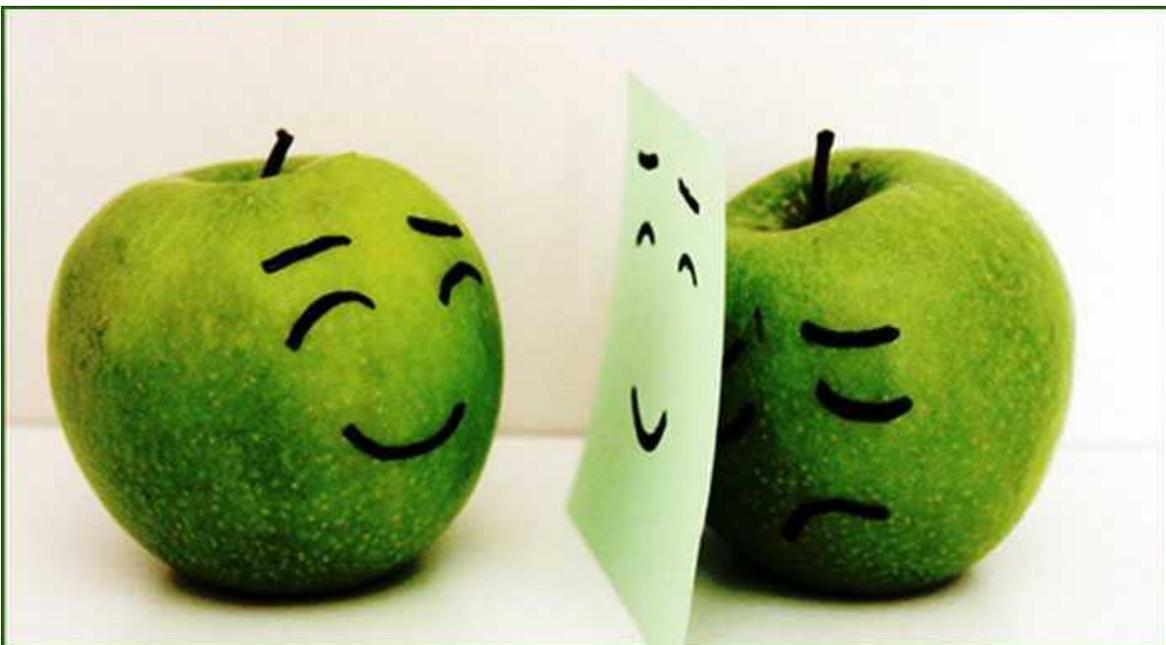
Las personas que disfrutan de estas ventajas emocionales saben **aceptar un fracaso**, y **lo entienden** como parte de este proceso de aprendizaje que es la vida, un constante ensayo y error que es ineludible. En el otro lado están **aquellas personas que no saben controlar su vida emocional**, una vida que dirige el 80% de las acciones más importantes que llevamos a cabo, se **ven envueltas en luchas internas constantes que congelan la capacidad mental**, por muy alta que ésta sea.

La Inteligencia Emocional como parte del currículo escolar debiera ser una de las asignaturas troncales. Una asignatura que no se aprendería para poder aprobar y pasar al siguiente curso, sino para elevar el grado de autoconocimiento, autocontrol, e independencia de todos nuestros estudiantes. Sería una asignatura de valores, y no de conocimientos. Una asignatura inherente al ser humano, que sin embargo hemos ido abandonando poco a poco. En la escuela actual damos una prioridad absoluta a la razón y al conocimiento pero, está demostrado que, no pensaríamos ni razonaríamos de la misma manera si no sintiéramos.

La mayor parte de las conversaciones que mantenemos en nuestra vida nos generan problemas porque hablamos sólo de lo que pensamos, y no de lo que sentimos. Por lo general, nuestros alumnos salen del sistema educativo sin saber expresar cómo les han afectado ciertas cosas, y también para expresar lo que ellos necesitan.

La escuela de hoy, la escuela del mañana, tiene que reconocer y dar la importancia que tiene a ese ámbito emocional que hemos dejado de lado. El lenguaje de las emociones debe tratarse del mismo modo que se trata el lenguaje técnico y tecnológico. Los sentimientos y las emociones son parte esencial de nuestro ser y, por tanto, desterrar y olvidar esa parte del individuo sería lo mismo que dejar de lado nuestra parte intelectual. Desde hace años, la escuela da total prioridad a lo que pensamos, y no a lo que sentimos y necesitamos.

Los sentimientos y las emociones son parte esencial de nuestro ser



¿Qué son las emociones? Las emociones son respuestas evolutivas, y por lo tanto inherentes al ser humano, que expresan como nos sentimos, mental y físicamente, con relación a algo que está ocurriendo en nuestro entorno. No importa nuestra edad, raza o cultura, todos ponemos la misma cara cuando nos enfadamos, estamos contentos, sentimos asco, tristeza, sorpresa o miedo. Sin embargo, no todos reaccionamos de la misma manera ante cada una de ellas. No siempre lo que creemos o sentimos se corresponde con la realidad, sin embargo, contar con herramientas que nos permitan gestionar el momento se convierte en un elemento de futuro y en un factor que medirá nuestro grado de felicidad.

Por todo esto es fundamental que comencemos a cuestionarnos todas estas cosas, y analicemos que, a pesar de estar en un mundo interconectado e hipercomunicado donde el

90% de la población tiene acceso a la información y el conocimiento, existen muchas personas que siguen sintiéndose solas.

Durante años nos hemos estado debatiendo entre si somos más razón o emoción, pero hoy está demostrado que somos seres fundamentalmente emocionales y que, biológicamente y fisiológicamente probado, la razón siempre pregunta a la emoción ante la toma de decisiones sobre una situación arriesgada y comprometida.

No lo podemos evitar, llevamos un mundo entero viviendo dentro de nosotros

¿*Qué es la soledad?*

¿*Qué es la rabia?*

¿*Cómo se gestiona la decepción?*

¿*Y el remordimiento?*

¿*Cómo podemos superar el rencor?*

René Descartes lapidó la educación con una frase: “Pienso, luego existo”. Y es que sin sentimientos no somos personas, sino piedras y rocas. ¿Dónde queda lo que sentimos? Sin amor, no existe humanidad. Sin emociones, no reconocemos el amor.

La educación, como la vida, debería ser un sentimiento, UNA EMOCIÓN

<https://ined21.com/educacion-con-emocion/>

