

LAS EMOCIONES VAN A LA ESCUELA

El concepto de inteligencia emocional ha transformado ámbitos como el educativo. Nuestro futuro es ya impensable sin el aprendizaje emocional.

Por LINDA LANTIERI, pedagoga.



Un niño experimenta las sensaciones que le produce el contacto de una pluma en el dorso de la mano.



Cristina dirige una escuela de primaria en el centro de un barrio obrero de Nueva York que forma parte del Programa Public School 24 (PS 24), uno de los muchos intentos que existen hoy a nivel mundial para integrar el aprendizaje social y emocional en las escuelas. Desde el primer momento en que uno se adentra en el edificio, está claro quiénes son los protagonistas del enfoque educativo de esta escuela: los niños. Los muros están cubiertos de coloridas obras de arte infantiles. En los pasillos y en las aulas hay mucho trasiego y actividad, pero ningún profesor pone orden a gritos. En el comedor los niños se muestran educados. Parece un milagro, pero no lo es.

"Atender las necesidades sociales y emocionales es de vital importancia. Los estudiantes deben sentirse bien consigo mismos para poder aprender", explica Cristina Fuentes. "Si queremos que se arriesguen intelectualmente tenemos que ayudarles a sentirse seguros en la escuela y en el hogar. Cuanto más nos dirijamos a sus necesidades emocionales, menos problemas disciplinarios tendremos. No solo es lo correcto moralmente hablando, es una estrategia para que los niños, además, triunfen a nivel académico".

Desde su inicio en 1997, el programa PS 24 implementa un sistema de educación social y emocional mediante el que los niños aprenden gran variedad de habilidades para poder gestionar emociones y resolver los conflictos de manera creativa y sin agresividad. Tanto niños como adultos colaboran en la creación de un entorno escolar positivo. Los niños desarrollan tanto sus habilidades de liderazgo como las capacidades emocionales y



Una tendencia mundial. Desde que se fundó en 1994, la organización sin ánimo de lucro Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL), con base en Chicago, ha ido expandiendo su ámbito de influencia. En 2002, la Unesco distribuyó a los Ministerios de Educación de 140 países un comunicado formulando y avalando los principios del aprendizaje social y emocional (SEL). En algunos, como Singapur, el gobierno estableció en 2006 un programa nacional para que fuera implantado en sus escuelas.

sociales que utilizarán durante el resto de sus vidas, ya sea en el hogar, en la escuela, en la calle, en el trabajo o en su rol como padres y ciudadanos.

EL INICIO DE UN GRAN

CAMBIO. De hecho, existe una fuerte demanda pública en todo el mundo para que los colegios implementen propuestas educativas efectivas que no sólo fomenten el éxito académico sino que también incidan en la salud, que prevengan los comportamientos problemáticos y que preparen a los jóvenes para el mundo laboral y para ser mejores ciudadanos. En Estados Unidos, una encuesta de 2007 que hizo pública la Partnership for 21st Century Skills informó que el 66% de los encuestados creía que los estudiantes necesitan saber algo más que leer, escribir y matemáticas. El 80% afirmó que las habilidades que los estudiantes actuales necesitan para afrontar los trabajos del siglo XXI son muy distintas a las que se necesi-

taban hace 20 años. ¿Cómo ha surgido esta nueva manera de concebir la educación en la conciencia pública mundial? ¿Y por qué debemos encontrar maneras de cultivarla en nuestros hogares, colegios, organizaciones y lugares de trabajo?

En 1995, el psicólogo y periodista estadounidense Daniel Goleman presentó los resultados de las últimas investigaciones sobre desarrollo emocional en *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ* (publicado en castellano como *Inteligencia emocional*, Ed. Kairós). Goleman fue el primero en reconocer que él era el mero emisor de estas ideas tan útiles. Se sirvió de su experiencia como periodista y de su formación de psicólogo académico para recopilar los datos precisos y revelar lo que muchos científicos y educadores ya sabían: que el pensar y el sentir, contrariamente a lo que expresa la sabiduría popular, no son polos opuestos. Gracias a su trabajo, esos resultados se convirtieron en datos fundamen-



Los escolares levantan la mano en una clase en Oyo (Nigeria). A la izquierda, estudiante en Nebraska (Estados Unidos)

Todo el mundo se beneficia de una educación que fomenta el éxito personal tanto como el académico, que enseña a triunfar en la escuela y en la vida, y que entiende lo que significa ser no solo una persona educada sino preparada para convivir

tales para educadores, padres, psicólogos, jefes, gobiernos e individuos de todo el mundo.

Goleman partió de la definición de inteligencia emocional (IE) que los psicólogos de la Universidad de Yale Peter Salovey y John Mayers formularon en los años noventa: "La inteligencia emocional implica la habilidad de percibir, valorar y expresar las emociones de forma precisa; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando éstos contribuyen al pensamiento; la habilidad de entender la emoción y el saber emocional; y la

habilidad de regular las emociones para fomentar el crecimiento emocional e intelectual." Su trabajo consistió en complementar esta definición con la información más actualizada de los campos de la neurociencia, el desarrollo infantil y la inteligencia humana, y además, contó con las novedades del sector educativo y la pedagogía.

Como Goleman, varios investigadores, psicólogos y pedagogos siguieron la indagación inicial de Salovey y Mayers y fueron ofreciendo nuevas perspectivas. Pero hasta entonces había poco con-



Inteligencia emocional para el trabajo en equipo. Aprender desde edades tempranas a compartir y comprender las emociones tiene una fuerte incidencia en la posterior vida laboral. Una importante investigación exploró la influencia de la IE en los resultados de rendimiento tanto en el lugar de trabajo como en el mundo académico. Las conclusiones establecieron una correlación alta entre la IE y el rendimiento profesional. Otros estudios han hallado también una relación significativa con la capacidad para el liderazgo.

tacto entre los educadores, como yo, que estaban desarrollando programas escolares para cultivar la competencia social y emocional de los niños, y los psicólogos y científicos que estudiaban las bases neurológicas de las emociones humanas y su desarrollo. En 1993, un pequeño grupo de investigadores, pedagogos y filántropos reunidos bajo el liderazgo de Daniel Goleman, Eileen Rockefeller Growald, yo misma y otros, estableció CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning). En una de las primeras reuniones empezamos a utilizar la frase “aprendizaje social y emocional” para describir la enseñanza sistemática de las competencias sociales y emocionales en el contexto escolar.

Dos años después Goleman publicó su libro y describió la IE como la habilidad de desarrollar competencia en cuatro campos: autoconocimiento, autogestión, conciencia social y gestión de las relaciones. Lo que tienen en

común todas las definiciones de IE y de SEL (aprendizaje social y emocional, en sus siglas en inglés) es la coordinación de los procesos cognitivos, el afecto y el comportamiento, e incluye la conciencia, el entendimiento y la gestión de las emociones propias y ajenas.

SEL: APRENDIZAJE

SOCIAL Y EMOCIONAL. El SEL, considerado por muchos como “el eslabón perdido” en los variados intentos que ha habido hasta ahora para mejorar las escuelas, refleja el creciente reconocimiento de que el desarrollo social y emocional mejora los logros de los niños, tanto escolares como vitales. El programa se ha ideado a partir de lo que se sabe del desarrollo infantil, la gestión dentro del aula, la prevención del comportamiento problemático y los nuevos conocimientos neurocientíficos relacionados con el crecimiento social y cognitivo.



Alegría en un colegio de Lomé (Togo). A la izquierda, compasión entre dos jóvenes estudiantes de danza.

La mayoría de los programas escolares de SEL que se imparten en el mundo se centran en **cinco grupos de competencias sociales y emocionales:**

Autoconciencia: valorar de forma precisa los propios sentimientos, intereses, valores y fuerzas.

Autogestión: regular las emociones propias para lidiar con el estrés y el impulso de control y para perseverar ante los obstáculos; ponerse metas personales y académicas y monitorizar su progresión; expresar adecuadamente las emociones.

Conciencia social: ser capaz de ponerse en el lugar del otro y de empatizar con los demás; reconocer y apreciar la semejanzas y diferencias individuales y de grupo; reconocer y utilizar los recursos familiares, escolares y comunitarios.

Habilidades de relación: Establecer y mantener relaciones saludables y gratificantes basadas en la cooperación; resistir la nociva presión social; prevenir, gestionar y resolver los conflictos interpersonales; buscar ayuda si es necesario.

Toma de decisiones responsable: tomar decisiones basadas en la consideración de las normas éticas, las preocupaciones de seguridad, las normas sociales apropiadas, el respeto por los demás y las probables consecuencias de las acciones; aplicar la habilidad de tomar decisiones en situaciones académicas y sociales, contribuir al bienestar en la escuela y en la comunidad.

Existen **dos propuestas sobre cómo fomentar estas habilidades en el entorno escolar. La primera implica una instrucción explícita que puede proporcionarse de manera sistemática en el aula.** Esta propuesta resulta más efectiva cuando se permite a los niños involucrarse de forma activa en su propio aprendizaje y tener el tiempo suficiente para practicar, reflexionar y reforzar sus competencias. **La segunda propuesta consiste en crear un entorno propicio para el aprendizaje que sea seguro, respetuoso, solidario y bien gestionado.** Un ambiente que se caracterice por relaciones de



Hora de salida del trabajo en la quinta avenida de Nueva York.

Los estudiantes en programas SEL obtienen del 11 al 17% mejores resultados en los exámenes de aptitud, y a los 18 años muestran mayor finalización escolar, un 20% menos de comportamientos violentos y el 40% menos de abuso de alcohol

apoyo, tanto entre los propios estudiantes como entre éstos y el profesor. Muchos de los educadores que se dedican a implementar el SEL en las escuelas afirman que esta segunda propuesta se centra en cambiar y gestionar el entorno en todo el centro: las aulas, los pasillos, el patio, los clubes sociales de los alumnos y toda la plantilla de empleados.

La magnitud del impacto del SEL, así como la solidez de las investigaciones que lo acreditan, son significativas y esperanzadoras. El concepto de inteligencia emocional se está asentando en

la conciencia mundial y gracias a ellos emerge esta nueva manera de entender la educación y de lo que significa ser no solo una persona educada sino también preparada; es decir, dispuesta a convertirse en alguien que se implica en el mundo, en un trabajador productivo y en un amigo o familiar solidario y compasivo.

LINDA LANTIERI es experta en aprendizaje social y emocional, directora del Programa estadounidense de Resiliencia Interior y cofundadora del CASEL.



El Programa Public School 24 es un ejemplo de la integración del aprendizaje social, emocional y lingüístico. Hace 13 años que esta escuela de Nueva York sigue con éxito este programa educativo.

RESULTADOS MEDIBLES DEL SEL

A estas alturas, muchos de los programas que enseñan habilidades de SEL ya se han evaluado de manera rigurosa, y los resultados demuestran que tienen un importante impacto positivo. Desde que se fundó en 1994, la organización sin ánimo de lucro Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL), con base en Chicago, ha sido pionera en estudiar la política y la práctica de SEL. En un análisis sistemático de más de 700 estudios llevados a cabo en Estados Unidos por investigadores independientes sobre una amplia gama de programas de SEL, CASEL encontró que:

Comparados con estudiantes que no han recibido programación SEL, los que sí se han sometido a ella han demostrado mejores aptitudes, actitud y comportamiento social, y han experimentado menos problemas conductuales y, en general, un nivel inferior de aflicción emocional. Además, los estudiantes en programas de SEL han obtenido mejores resultados en los exámenes de aptitud estandarizados, desde el 11 hasta el 17% según los distintos subgrupos, y a los 18 años tenían niveles más altos de interés, esfuerzo y finalización escolar.

El mismo estudio confirmó que la tasa de estudiantes que repitieron algún curso era del 14% entre los que habían recibido aprendizaje social y emocional en la escuela primaria, frente al 23% del resto. A la edad de 18 años, los estudiantes del mismo estudio mostraron una incidencia del 30% menor en problemas conductuales, y una tasa del 20% menor en delincuencia violenta y del 40% menor en el abuso del alcohol. Resulta evidente que merece la pena enseñar temprano en la vida las habilidades de tomar decisiones y de autocontrol, ya que ello ayuda a enfrentar los problemas cada vez más complejos del adulto.

La noticia más esperanzadora es que el trabajo conjunto de la escuela, los padres y la sociedad civil ha demostrado tener un papel significativo, tanto en adultos como en niños, en el desarrollo y la gestión correcta de las emociones y las relaciones. Ahora sabemos que las habilidades que se enseñan en los programas de SEL se pueden aprender y llegar a dominar igual que las matemáticas o la lengua. Pero existe una gran diferencia en el objetivo de esta educación: los niños que aprenden habilidades sociales y emocionales tienen mayor éxito no sólo en la escuela sino en todas las áreas de la vida.