



Rafael Bisquerra

Experto en educación emocional. Director del Postgrado en Educación Emocional y Bienestar (PEEB); del Postgrado en Inteligencia Emocional en las Organizaciones (PIE) y otros postgrados y másteres en la Universidad de Barcelona (UB). Licenciado en Pedagogía y en Psicología, fundador y primer director del GROPE (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica).

Twitter: @RafaelBisquerra

El rol del docente en el desarrollo integral de la personalidad: la dimensión emocional

El rol del docente en el siglo XXI no puede limitarse a la transmisión de conocimientos, sino que se debe implicar en el desarrollo integral de la personalidad del alumnado. En este artículo se tratan diversos aspectos relacionados con la dimensión emocional, la educación emocional y las competencias emocionales. Se presentan algunos ejemplos de actividades prácticas, desde la perspectiva de la transversalidad.

Introducción

En el siglo XXI no podemos continuar con la inercia de una educación centrada exclusivamente en la transmisión de conocimientos. Desde las últimas décadas del siglo XX se han iniciado una serie de innovaciones educativas que han provocado cambios importantes en la concepción de la educación y sus finalidades. Una de las preguntas que se nos

plantean actualmente es: ¿cuál es la finalidad de la educación en el siglo XXI?

Al formular esta pregunta a profesionales de la educación, las respuestas se pueden dividir en tres categorías, si se toma en consideración, no solamente lo que se dice, sino lo que se hace:



DISPONIBLE EN PDF

<http://santillana.com/rutamaestra/edicion-24/el-rol-del-docente-en-el-desarrollo-integral/>

1. Transmisión de conocimientos. El tiempo invertido en la transmisión de conocimientos ocupa la mayor parte del tiempo del profesorado. Esto es muy importante. Pero hay que tomar conciencia de que no lo es todo. Además, en la época de las nuevas tecnologías, donde la información está fácilmente accesible, cada alumno es capaz de buscar, encontrar y utilizar la información que necesita. En el siglo XXI, un profesor que solamente se dedica a la transmisión de conocimientos pierde su función y su utilidad como servicio público.
2. Formación de profesionales. La formación de técnicos y profesionales es muy importante para el engranaje productivo de un país. La orientación y la formación profesional deben ser de máxima calidad para la economía y el bienestar de la ciudadanía. Pero ¿para qué queremos formar profesionales? ¿Solamente para el desarrollo económico y el bienestar material? ¿O también queremos que estos profesionales sean personas en un proceso de desarrollo integral de su personalidad?
3. Desarrollo integral de la personalidad. Desde el punto de vista de la verbalización y de las intenciones, la mayor parte del profesorado está de acuerdo en que la finalidad de la educación es formar personas en su pleno desarrollo integral. Lo cual incluye la formación de profesionales y la transmisión de conocimientos, pero también muchas cosas más que se comentan a continuación.

El desarrollo integral de la personalidad

La educación orientada al desarrollo integral de la personalidad toma en consideración una perspectiva múltiple de la persona con toda su complejidad. Es mucho más fácil la transmisión de conocimientos. Y hemos de ser conscientes de que tendemos a lo fácil. Pero esto no debe hacernos olvidar lo importante.

El desarrollo integral de la personalidad incluye, naturalmente, el desarrollo cognitivo en el sentido de adquirir conocimientos propios de las áreas académicas ordinarias: matemáticas, lenguaje, ciencias sociales, ciencias naturales, educación física, filosofía, expresión artística, etc. Todo esto es muy importante para desenvolverse en el mundo actual. Pero no es suficiente.

Son aspectos importantes del desarrollo integral la dimensión social y emocional, de las cuales tratamos a continuación.

La dimensión emocional

Tomar en consideración la dimensión emocional significa saber lo que son los sentimientos y las emociones y sus repercusiones en el pensamiento y en el comportamiento. También significa saber que las emociones se experimentan principalmente en las relaciones sociales, donde se pueden crear emociones colectivas, contagios emocionales y climas emocionales.

La educación debe preparar para la vida y, por lo tanto, debe responder a las necesidades sociales. Un análisis de las necesidades sociales actuales permite identificar una alta prevalencia de ansiedad, estrés, depresión, conflictos, violencia, comportamientos de riesgo, etc. Todo esto tiene un substrato emocional importante.

Las investigaciones en el campo de la neurociencia, con la epigenética, el descubrimiento de la neuroplasticidad y la neurogénesis, han puesto de manifiesto cómo la educación puede jugar un papel muy importante de la prevención de las necesidades sociales antes citadas. Esto nos lleva a la importancia y necesidad de la educación emocional.



La educación emocional

La educación emocional es un proceso educativo que tiene como objetivo el desarrollo de competencias emocionales. La educación emocional adopta un enfoque del ciclo vital, y, por lo tanto, debería iniciarse desde el nacimiento en las familias y estar presente en la educación infantil, primaria, secundaria, formación profesional, educación universitaria, formación en la empresa, formación continua a lo largo de la vida, preparación a la jubilación, formación en las personas mayores, preparación para los momentos críticos de la vida, etc.

La educación emocional adopta un enfoque transversal. De tal forma que debería estar presente en todas las materias y en todos los cursos académicos. Si bien, en algunas materias puede tener una incidencia más especial. Como por ejemplo en tutoría, orientación, ética, educación para la ciudadanía, etc.

Para poner en práctica la educación emocional se necesita una formación del profesorado. Solamente un profesorado sensibilizado de la importancia y necesidad de la educación emocional está en condiciones de ponerla en práctica de forma eficiente. Un profesorado que se limita a cumplir órdenes y realizar actividades porque así lo ordenan las autoridades académicas, la dirección del centro o el proyecto educativo del centro, pero sin un pleno convencimiento de su importancia y necesidad, va a tener unos efectos mínimos.

Un profesorado sensibilizado es capaz de transmitir entusiasmo, convicción y activar una motivación intrínseca por parte del alumnado que es lo que va a producir efectos positivos.

El alumnado es capaz de aprender lo que le interesa. La clave está en la motivación. De ahí la importancia de que el profesorado sea capaz de motivar al alumnado. Un alumnado motivado aprende lo que se proponga.

Emoción y motivación son anverso y reverso de la misma moneda. Se motiva con emoción. Cuando uno se emociona, se motiva para hacer algo.

Un profesorado que solamente se dedique a la transmisión de conocimientos, ha dejado de tener sentido en el siglo XXI. Hoy en día se necesita un profesorado que sea capaz de conectar con

las emociones del alumnado para motivarle para la lectura, el estudio y para su desarrollo integral como persona.

Conviene tener presente que la educación emocional no tiene como objetivo memorizar unos contenidos para volcarlos en un examen. La educación emocional tiene como objetivo desarrollar competencias emocionales que deben ponerse en práctica en el comportamiento habitual las 24 horas del día. Y esto es mucho más difícil que adquirir conocimientos.

Entre las competencias emocionales están la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencias sociales, habilidades de vida para el bienestar. Todo esto incluye tolerancia a la frustración, control de la impulsividad, regulación de la ira para la prevención de la violencia, la escucha empática, etc.

Es esencial que la educación emocional sea un trabajo en equipo en el cual está implicado todo el profesorado o como mínimo un equipo que incluye un número importante del claustro del profesorado. La dimensión de trabajo en equipo que requiere la educación emocional orienta su práctica hacia la transversalidad.

La práctica de la educación emocional en la perspectiva de la transversalidad

Son muchas las competencias emocionales a desarrollar a lo largo de los años escolares. En este apartado se ha elegido la escucha empática como una de las competencias a desarrollar.

Quisiera dejar claro que la escucha es una de las principales competencias socioemocionales. Si uno no sabe escuchar, la comunicación se hace inviable. Muchos conflictos se activan por la incapacidad de escuchar.

Pero, además, la escucha es una competencia básica para cualquier aprendizaje. Un estudiante que no sabe escuchar difícilmente podrá captar lo que le explica el profesor. Tampoco podrá entender lo que está leyendo, ya que la lectura significa escuchar al autor del texto que uno lee.

Con este ejemplo queremos señalar que las competencias emocionales no son algo desligado del aprendizaje académico. Sino todo lo contrario. Se ha demostrado que el desarrollo de las competencias emocionales tienen unos efectos en la mejora de las calificaciones escolares.

Algunas actividades para desarrollar la capacidad de escucha, como ejemplo de práctica de la educación emocional, son las siguientes. Son actividades apropiadas para la tutoría de cualquier nivel educativo. Pero la puesta en práctica de la escucha con atención y en silencio, debe ponerse en práctica en todas las áreas académicas. De ahí la importancia de sensibilizar a todo el profesorado para que se implique en la educación emocional y se forme en tal sentido.

Una de las actividades consiste en formar parejas, donde uno juega el papel de A y el otro es B. En estas actividades por parejas, se realiza alguna actividad y después se intercambian los papeles: A pasa a ser B, y B pasa a ser A. La instrucción es: A habla y B escucha. Mientras A está hablando, B puede hacer cualquier cosa menos mirar a B. La actividad se realiza durante un tiempo muy breve: entre 30 segundos y un minuto. Después se intercambian los papeles. Una vez que cada estudiante ha jugado los dos papeles, se pasa a la discusión en grupo, donde el profesor formula una serie de preguntas activadoras de la conciencia y regulación emocional. Por ejemplo: ¿Cómo te has sentido al hablar y observar que no te mira? Lo habitual es que se den respuestas que se pueden resumir en “mal”, “no me siento escuchado”, “ha pasado de mí”. La conclusión es clara: no es suficiente con escuchar, sino que también se requiere una mirada apropiada que refleja que se está escuchando con atención y en silencio.

Actividades similares se pueden realizar dando instrucciones diferentes, como por ejemplo: escuchar manteniendo la mirada, manteniendo una sonrisa de aceptación, con el cuerpo estirado hacia atrás y las piernas alargadas hasta donde lleguen, con el cuerpo ligeramente inclinado hacia adelante, etc. Todo esto permite tomar conciencia de la importancia del cuerpo en la escucha.

Una variación consiste en que A tiene que explicar algo y después B tiene que resumirlo. Esto se puede aplicar con un cuento, hablar de aspectos personales, un problema, un incidente, un disgusto,

un proyecto, una fiesta, etc. Pero también se puede aplicar para los contenidos académicos.

Lo mismo se puede variar de tal forma que A explica una experiencia personal y B debe acertar la emoción que está sintiendo B en este momento, la emoción que sintió en el momento en que sucedió, qué emoción siente B cuando escucha lo que dice A, etc.

Otra actividad para potenciar la escucha se inicia cuando el profesor propone una frase que los estudiantes deben continuar. Hay muchas posibilidades para este juego. Una de ellas consiste en que el profesor dice: “Voy a Roma con Ramón y una rueda, y tú ¿a dónde vas?” Se trata de descubrir la ley, que en este caso consiste en decir tres palabras que empiezan por la misma letra (en este caso la R). Puede ser que las tres palabras empiecen por la inicial del nombre del estudiante, del profesor, el apellido, etc.

Pasando a otro tipo de actividades, siempre con la intención de desarrollar la capacidad de escucha, el profesor da las instrucciones siguientes. Cuando diga uno, nos levantamos; cuando diga dos, nos sentamos. Ninguna otra instrucción es válida, y por lo tanto no se ejecuta. El profesor dice “uno” y “dos” según considere, con la intención de provocar el error por falta de atención. Por ejemplo, dice “uno” cuando ya están levantados, o “dos” cuando están sentados. También puede decir “arriba”, “nos levantamos”, “levantaos”, “sentaos”, “abajo”, etc. En ninguno de estos casos debería ejecutarse, ya que solo se ejecutan cuando el profesor dice “uno” o “dos”.

Es curioso observar los errores que se producen por parte de los estudiantes que ejecutan la acción cuando se dan instrucciones distintas a “uno” o “dos” que son las dos únicas que se deben ejecutar. Los errores suelen producir sonrisas en los demás y es una forma de pasárselo bien, al mismo tiempo que entrenamos la mente para la escucha.

Una actividad por parejas consiste en ponerse de pie uno frente a otro. En esta postura van contando “1, 2, 3”. Solamente esto. Pero de tal forma que dicen un número cada uno. Fijémonos que si A dice 1, B dice 2, A dice 3, B dice 1, A dice 2 y así sucesivamente. Cuando ya hay práctica y se reducen los errores al mínimo, ha llegado el momento de introducir cambios en el juego. A partir de

un determinado momento, uno de los dos, puede cambiar el número que le toca decir por un gesto. El gesto puede ser guiñar un ojo, hacer una mueca, levantar un brazo, hacer ademán de agacharse, inclinarse hacia un lado, etc. Hay muchísimos gestos que puede hacer una persona en sustitución del número que va a decir. A partir de este momento hay que asociar el gesto con el número que se tenía que decir y en lugar de decir el número se va a substituir por el gesto, tanto por parte de A como de B. El cambio del número por el gesto se va introduciendo progresivamente por cada uno de los tres números. De tal forma que hay un momento en que en lugar de decir alternativamente “1, 2, 3”, lo que se hacen son tres gestos que parece como si se comunicaran en un lenguaje de signos, que solamente la pareja en cuestión entiende. Esto puede dar lugar a analizar la evolución del lenguaje, el surgimiento de conflictos a partir del lenguaje no comprendido, los errores, etc. Pero lo más importante para el tema que nos ocupa es que activa y desarrolla la capacidad de escucha con atención y en silencio.

Progresivamente, se puede utilizar la dinámica de parejas para que A explique a B un determinado contenido académico y después se intercambian los papeles. Aquí se está pasando del juego a una actividad claramente de aprendizaje.

Todo lo anterior se puede ver sólidamente reforzado a través de actividades de relajación, meditación, respiración y *mindfulness*. La palabra *mindfulness* se ha difundido en la primera década del siglo XXI. Al principio no se sabía muy bien lo que significaba. Hoy en día ya la mayoría de las personas tiene una ligera idea de su significado: atención plena o conciencia plena. Escapa al ámbito que nos hemos asignado desarrollar con detalle lo que es el *mindfulness* y su práctica. Por esto sugerimos que el profesorado interesado lea o se forme sobre ello para introducirlo en la práctica educativa. Sus efectos son notables en la convivencia, la atención, el silencio en el aula, la disminución de la conflictividad y la mejora del rendimiento académico.

Conclusión

En este artículo se han presentado unas pinceladas sobre lo que es la dimensión emocional para el desarrollo integral de las personas. Lo cual ha dado lugar a comentar varias propuestas en el marco de



la educación emocional, cuyo objetivo es el desarrollo de competencias emocionales. Entre las competencias emocionales están la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencias socioemocionales, habilidades de vida para el bienestar. Todo esto son aspectos importantes del desarrollo integral de la persona.

Una microcompetencia en este marco es la capacidad de escucha. Se ha elegido esta para poner de relieve la importancia de que todo el profesorado se implique en desarrollarla. Lo cual va a contribuir significativamente al desarrollo de competencias emocionales, pero además va a repercutir positivamente en el rendimiento académico. Es decir, las competencias emocionales no son algo desligado de los contenidos académicos, sino que son competencias básicas para la vida, que repercuten positivamente en múltiples aspectos y entre ellos está el rendimiento académico.

El profesorado debe tener un rol importante en el desarrollo integral de la personalidad del alumnado. Esto va mucho más allá de la transmisión de conocimientos. La necesaria implicación de todo el profesorado en el desarrollo de la capacidad de escucha es un ejemplo de la transversalidad que debería adoptar la educación emocional, de tal forma que pueda estar presente en todas las áreas académicas y a lo largo de todos los cursos. Esto es lo que puede producir el efecto sinergia para el desarrollo integral. **RM**



BIBLIOGRAFÍA Y
REFERENCIAS

<http://www.santillana.com.co/rutamaestra/edicion-24/referencias>