

CONSTRUYENDO SENDEROS DE ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL

Laura Cejas
Argentina

“El aprendizaje no es un hecho separado de los sentimientos de los niños. Ser un alfabetizado emocional es tan importante para el aprendizaje como la instrucción en matemáticas, lengua, entre otros.”

Daniel Goleman

“La esperanza principal de una nación radica en la educación adecuada de su juventud.”
Erasmus

Los educadores debemos entender que HAY UN MUNDO QUE DESCUBRIR DENTRO DE CADA NIÑO Y DE CADA JOVEN. Sólo no logra descubrirlo quien se halla encarcelado dentro de su propio mundo.

En muchos casos, docentes y alumnos conviven por años en las aulas pero resultan mutuamente extraños.

Mientras los maestros no perciben mas allá de los programas de clases, los libros y los planes en un vaivén acompasado en el tiempo, los sueños infantiles transcurren y se escapan de las manos en una inexorable carrera, donde entrenan sus mentes lidiando con hechos lógicos pero sin saber enfrentar los fracasos y las frustraciones.

Se los entrena para el éxito o la excelencia pero, ¿enseñamos a nuestros niños y jóvenes a sobrellevar las contradicciones, las decepciones, limitaciones o desilusiones?

Nuestros niños de hoy no son banco de datos, y si bien el conocimiento se ha multiplicado, también se perdió sensiblemente el “placer por aprender”.

Estos niños conocen cada vez más el mundo en que están, pero casi nada conocen el mundo que ellos mismos son. La educación se volvió bastante rutinaria, fría, sin aditamentos emocionales que protegen al alumno psicológicamente de tensiones y ansiedades, creando abismos emocionales difíciles de manejar.

Si bien el aprendizaje diario depende del registro cotidiano de miles de estímulos externos (visuales-auditivos-táctiles) e internos (pensamientos y reacciones emocionales) guardados en matrices mnemotécnicas, no funciona como un dispositivo digital - las respuestas biopsicosociales que cada sujeto elabora son enriquecidas y matizadas por las emociones.

El punto a destacar es que, como educadores, debemos elevar el nivel de aptitudes sociales y emocionales de nuestros educandos. Una habilidad clave es la empatía, o sea, la capacidad de comprender los sentimientos del otro y su perspectiva, a la vez que se respeta las diferencias entre lo que cada individuo siente respecto a las mismas cosas.

Dado a que cada vez es más acentuada la falta de contención y acompañamiento familiar, debemos infundir en nuestros niños la confianza necesaria para transitar por la vida reconociendo en los sentimientos las lumbreras del sendero que nos conducen a la alfabetización emocional.

Es primordial que despertemos a nuestros alumnos a vivir. El afecto y la inteligencia curan las heridas del alma, reescriben las páginas cerradas del inconsciente. Debemos impulsarlos a vivir sus sueños, a darse nuevas oportunidades, a creer en ellos mismos y en sus potencialidades, y a vencer los miedos que son los fantasmas de la mente.

Formar a nuestros jóvenes para que sean capaces de proponer cambios sustanciales, rescatando su sentido existencial y el sentido de las cosas (Ricouer 1960), es un gran reto para los educadores.

Nuestros sistemas educativos no necesitan sólo reformas: necesitan una revolución. Es necesario que se focalice en el futuro, que se proyecten tantos sueños esperanzados en esta humanidad del mañana.

Este es un momento histórico. Ya es tiempo que reaccionemos frente a la mirada expectante de la sociedad que espera y confía en nosotros.

Es menester enfatizar que nuestros peores enemigos moran en nuestro interior sin permitirnos estar felices y saludables.

Como señala Tomas Lickona, “necesitamos controlarnos a nosotros mismos, nuestros apetitos, nuestras pasiones para poder hacer el bien a otros”. Debemos estar convencidos que las acciones que emergen de la mente emocional acarrearán una sensación de certeza, de autoafirmación de nuestras propias ideas y convicciones.

Los educadores necesitan tomar conciencia que el camino válido y certero es EDUCAR LAS EMOCIONES CON INTELIGENCIA, estimulando al alumno a pensar antes de reaccionar violentamente; a no tener miedo del miedo, a ser líder de sí mismo, autor de su propia historia; a trabajar no sólo a partir de los hechos lógicos y verificables, sino también con las contradicciones de la vida. Hacerles entender que educando las emociones podrán darse sin esperar, sabrán perder, correr riesgos, sentirán placer en las pequeñas cosas de la vida promoviendo el optimismo y la inteligencia interpersonal.

No hay jóvenes difíciles, sino una educación que ya resulta inadecuada.

Nos encontramos en el sendero. Ahora debemos disponernos a transitarlo, y recordar que todos los caminos empiezan cuando damos el primer paso.