

Inteligencia y emociones en el aula: regresando a Ítaca

JOSÉ T. BOYANO
ORIENTADOR EDUCATIVO Y PROFESOR ASOCIADO
DE PSICOLOGÍA EN LA UNIVERSIDAD DE MÁLAGA

Hace unos años el concepto de *Inteligencia Emocional* –IE- aterrizó en nuestras vidas con estruendo. Y parece que llegó para quedarse. Tal vez porque siempre estuvo ahí, camuflado bajo diferentes formas: en el *raciovitalismo* de Ortega, en los diálogos entre Quijote y Sancho o en las cartas de Séneca. Diluido el ruido de la tormenta, ahora adquiere la apariencia de una lluvia fina que cala el tejido de nuestra cultura. A través del tiempo, se percibe el mismo diseño básico: la mente humana replegada sobre sí misma, siguiendo el trazado de sus filamentos y sus penumbras.

El transcurrir de la vida equivale a la conquista del conocimiento: “Ten siempre a Ítaca en tu mente”, decía el verso de Kavafis. Pero no te apresures, añadía, en tu viaje; pues al final comprenderás que la riqueza estriba en la suma de las experiencias –el placer y la alegría, la hermosura del ámbar y del ébano- y en la sabiduría recogida de hombres instruidos.

De los albores del pensamiento, Kavafis rescata como una obsesión típicamente humana la búsqueda de significados, la necesidad de hallar nuestro lugar en el mundo afinando el sentido de la auto-percepción. El viaje de Ulises se entiende como una ruta hacia el auto-conocimiento; Ulises, armado con sus calculadas estrategias –más que con su espada-, se configura como el primer maestro occidental en la gestión de las emociones.



Sin embargo, como postula Susan Sontag, cada época ha de reinventar su propio proyecto intelectual. A lo largo del último siglo, la conciencia humana ha pulido sus filos para cartografiar rutas más precisas y sutiles que nos acerquen a su cara oculta. Como resultado, en nuestro tiempo contamos con una ventaja, la disponibilidad de distintos modelos teóricos. El modelo de cuatro ramas de Mayer y Salovey nos ha suministrado una guía útil para la exploración de las habilidades emocionales.

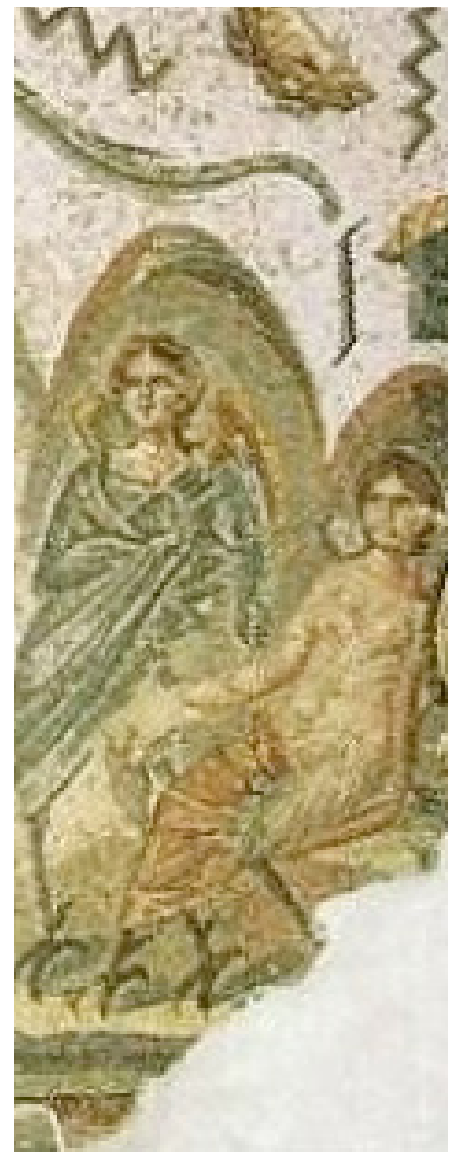
“Detente en los emporios de Fenicia y hazte con hermosas mercancías”, cantaba Kavafis. En la Universidad de Málaga, el *Laboratorio de Emociones* -liderado desde su creación por Pablo Fernández Berrocal y Natalio Extremera- se ha distinguido por su profundización en este modelo de IE, por su difusión en diversos ámbitos. Uno de sus hilos conductores ha sido la puesta en marcha de programas de entrenamiento en competencias emocionales, dirigidos a comunidades educativas. Coincidiendo con el final del año 2015, los profesores Extremera y Fernández Berrocal nos presentan su libro *Inteligencia emocional y educación*.

Este tipo de iniciativas ayuda a enlazar el trabajo de investigación científica con las necesidades sociales. Profesores y padres, conscientes de su responsabilidad, demandan un entramado de herramientas para resolver los problemas de un entorno social cambiante que, al modo de un trilerero, a menudo nos esconde las respuestas mientras va modificando las preguntas. Para Bauman, se trata de una sociedad líquida, de lazos efímeros, de vínculos afectivos socavados por una incierta temporalidad.

En un contexto de incertidumbre se incrementa la complejidad del rol del educador y, por consiguiente, la necesidad de una Educación Emocional –*emotional literacy*-. En el plano conceptual, particularmente iluminadora resulta la visión de Fernández Berrocal y Extremera de la IE como un conjunto de habilidades complejas, que es posible aprender a medio plazo con un esfuerzo sistemático, compartido y consciente. Subrayando su importancia, Extremera y Fernández Berrocal han apuntado recientemente en otro lugar:

Aunque los seres humanos nos diferenciamos en muchos más aspectos, cada vez parece más claro que aquellos referentes al mundo afectivo y emocional marcan, en un primer lugar, nuestras relaciones sociales y de amistad y, en un segundo lugar, nuestro bienestar psicológico.

Siendo así, se resalta la conveniencia de trabajar la habilidad emo-



cional desde edades tempranas, cuando lo afectivo y la amistad constituyen un hábitat tangible dentro del cual las personas crecen. Según Rebeca Wild, los padres deben aportar “la seguridad afectiva a sus hijos para que cuando sean adultos puedan desarrollarse seguros y felices”. Acto seguido, estos padres se preguntan cuál es la mejor forma de llevar a cabo su tarea. ¿Cómo construir algo sólido entre las turbulencias de un medio fluido?

Es verdad –otra vez- que la emoción siempre ha estado ahí, en el corazón de la relación educativa, sobre todo en los sujetos. Sin afecto no hay educación; sería como la lectura de un manual de instrucciones. No obstante, la estructura teórica de la IE ha permitido incluir la emoción como objeto, con lo cual se hacen visibles y se organizan contenidos que anteriormente se veían solapados bajo otras capas. De este modo, han cristalizado muchas iniciativas dedicadas a la mejora de las competencias emocionales en la educación. En junio de 2015, AOSMA organizó un taller de IE dirigido a profesionales de la orientación educativa, impartido por Desireé Ruiz Aranda.

En su lección de educación emocional, Kavafis incluía muchas indicaciones para sacar provecho durante el viaje a Ítaca:

Ve a muchas ciudades egipcias
a aprender, a aprender de sus sabios.

Por ello, como Egipto queda algo lejos, en este número presentamos diversas reflexiones y talleres para jóvenes que se han desarrollado en el lado opuesto del Mediterráneo, en Málaga. Juan A. Zarco describe el proyecto de educación emocional del instituto Salvador Rueda, cimentado en grandes creaciones del arte europeo. M^a Rosa Benítez y Mariana Chabrilón relatan el devenir de su taller de IE en el instituto Galileo. De manera análoga, talleres específicamente pensados para niños han sido diseñados e impartidos por Pilar Niño, utilizando como soporte cuentos infantiles.

Por su parte, Juan A. Montoro se apoya en algunas ideas de la profesora Carmen Linares para analizar las consecuencias de la sobre-implicación por parte de los padres, que imponen una presencia totalizadora sobre la vida de sus hijos. Nos habla de los padres *helicóptero*, un término que alude al *hiperparentismo* o la hiperprotección que muchos padres ejercen sobre sus hijos, aislándolos de una parte de la realidad. Se busca ahorrar cualquier tipo de problema de la vida real, manteniéndolos en una burbuja. El exceso de protección impide el aprendizaje de la resolución de

problemas prácticos en la vida cotidiana. En este ámbito artificial, la frustración o el sufrimiento sólo aparecen si están ligados a metas prefabricadas por los padres.

En el polo opuesto encontramos niños que se enfrentan a situaciones difíciles y aprenden a afrontarlas. De ellos trata la investigación sobre la resiliencia, la capacidad para absorber los impactos sin deformarse. En esta dirección nos anima a mirar Mariló Rodríguez, una ojeada que nos descubre cómo muchos escolares han aprendido a alumbrar afectos y expectativas positivas

¿Es posible ayudar a los niños y niñas a convertirse en protagonistas de su propia vida? ¿Dónde ha de situarse la figura del adulto? ¿Es posible establecer un punto de equilibrio entre la sobre-protección y la sobre-exigencia? Una vía posible es la *tutoría personalizada*. Supone un vínculo afectivo peculiar, que actúa como canal de transmisión de muchos contenidos emocionales. David Sánchez describe los criterios para construir este rol y su posible inserción en el tejido educativo.

Finalmente, se requiere un completo equipamiento de campaña para pertrecharse de astrolabios y portulanos en esta larga navegación. Desde la sala de máquinas, Fernando Navarro nos muestra instrumentos digitales, disponibles en la red; y Enrique Gallardo comenta las referencias bibliográficas más recomendables. Una vez más habremos de darle la razón al viejo Kavafis:

Quando emprendas tu viaje a Ítaca
pide que el camino sea largo,
lleno de aventuras, lleno de experiencias.

Kavafis, siguiendo su curso de *coaching emocional*, nos dice a continuación que no temamos jamás “a los lestrigones ni a los cíclopes ni al colérico Poseidón”. No hallaremos estos monstruos en nuestro camino si nuestro pensamiento es elevado y si la emoción que toca nuestro espíritu es “selecta”. No los temamos, entonces. Sólo encontraremos el miedo, la furia y el rencor si los llevamos dentro del alma, polizones ocultos en los pliegues del pensamiento.

Prosigamos el aprendizaje sin detener la marcha, dejando que la mirada se extravíe en las orillas del paisaje, ya que a ambos lados discurre la vida. Pues, en el fondo, como cantaba Lennon en su “Beautiful Boy”, la vida es lo que te ocurre mientras tú estás ocupado haciendo otros planes. Así las cosas, mejor sería hacerlo como Ulises, sin apresurarse. ■

SOBRE EL AUTOR

JOSÉ T.
BOYANO



José T. Boyano es Orientador Educativo y Profesor Asociado de Psicología en la Universidad de Málaga. Ha publicado libros y artículos sobre memoria emocional e inteligencia emocional. Para correspondencia, jose_boyano@uma.es.