

Orientación psicopedagógica y educación emocional en la educación formal y no formal

Rafael Bisquerra Alzina

Universidad de Barcelona

Se expone el marco de la orientación psicopedagógica en el que se distingue entre modelos (clínico, programas y consulta), áreas (orientación profesional, estrategias de aprendizaje, atención a la diversidad, prevención y desarrollo humano), contextos (educación formal, socio-comunitario, organizaciones) y agentes (orientador, tutores, profesorado, familia, agentes sociales, etc.). Dentro del área de prevención y desarrollo está en fase emergente la educación emocional, que se considera como una prevención inespecífica enfocada al desarrollo de competencias emocionales: conocimiento de las propias emociones y de las emociones de los demás, regulación de las emociones, control del impulso, tolerancia a la frustración, autoestima, automotivación, relaciones interpersonales positivas, etc.; todo ello enfocado al bienestar personal y social.

*La orientación psicopedagógica asume un amplio marco de intervención. Con objeto de intentar sistematizarlo, vamos a distinguir entre **modelos, áreas, contextos y agentes**. A continuación se hace una breve presentación de este marco.*

1. Modelos de intervención

Vamos a referirnos a los modelos de intervención como estrategias para conseguir unos resultados propuestos. A lo largo de la historia han ido surgiendo diversos modelos que el orientador debe conocer. La investigación ha contribuido en determinar la eficiencia de estos modelos. Vamos a distinguir tres modelos básicos de intervención: a) el modelo clínico (*counseling*), centrado en la atención individualizada, donde la entrevista personal es la técnica característica; b) el modelo de programas, que se propone anticiparse a los problemas y cuya finalidad es la prevención de los mismos y el desarrollo integral de la persona; c) el modelo de consulta (donde la *consulta colaborativa* es el marco de referencia esencial), que se propone asesorar a mediadores (profesorado, tutores, familia, institución, etc.), para que sean ellos los que lleven a término programas de orientación.

2. Áreas de intervención

Consideramos que existe una orientación psicopedagógica con múltiples aplicaciones. Vamos a denominar áreas temáticas de conocimiento e intervención a cada uno de los aspectos esenciales a considerar en la formación de los orientadores.

Siguiendo un criterio histórico podemos recordar que la orientación surgió como orientación vocacional. Su conceptualización se fue ampliando principalmente a partir de la "revolución de la carrera" en los años cincuenta, adoptando progresivamente un enfoque del ciclo vital. Aportaciones posteriores, como la "educación para la carrera" en los años setenta, han propuesto la integración curricular y el desarrollo de la carrera en las organizaciones, entre otras propuestas. Es lógico, por consiguiente, que la orientación profesional sea la primera área de la orientación psicopedagógica.

Los programas de estrategias de aprendizaje y temas afines (métodos de estudio, habilidades de aprendizaje, aprender a aprender, habilidades metacognitivas, etc.) constituyen la segunda área de interés de la orientación desde el punto de vista histórico. Desde los años treinta como mínimo la orientación se ha preocupado de desarrollar las habilidades de estudio. Parece claro, pues, que la orientación en los procesos de enseñanza y aprendizaje es otra de las áreas fundamentales de la orientación psicopedagógica.

La orientación en los procesos de aprendizaje enlaza con las *dificultades de aprendizaje*, que junto con las *dificultades de adaptación* han sido uno de los focos tradicionales de atención de la orientación. En este sentido tienden a confluir la orientación con la educación especial. De hecho, en el contexto actual de institucionalización y profesionalización de la orientación, la atención a las necesidades educativas especiales constituyen una de las preocupaciones prioritarias de orientadores y educadores en general. Estas necesidades especiales se han ido ampliando en las últimas décadas para incluir a una diversidad de casos entre los que se encuentran grupos de riesgo, minorías étnicas, marginados, grupos desfavorecidos, inmigrantes, etc. De esta forma se habla de la atención a la diversidad como una de las áreas temáticas de la orientación.

A partir de los años sesenta fue tomando fuerza el "developmental counseling". En los setenta surge el "primari preventive counseling" y la educación psicológica. Desde estos enfoques se hacen una serie de propuestas que no habían sido contempladas anteriormente. Entre ellas están el desarrollo de habilidades de vida, habilidades sociales, prevención del consumo de drogas, educación para la salud, orientación para el desarrollo humano, etc. Es cierto que las áreas anteriores se proponen la prevención y el desarrollo. Pero hay algunos aspectos que no quedan contemplados en ellas ni en las áreas curriculares ordinarias. Por eso hay argumentos para considerar que la orientación para la prevención y el desarrollo humano sea contemplada como una de las áreas que presenta características propias, distintas de las anteriores.

Como consecuencia de lo que antecede, el marco de intervención de la

orientación psicopedagógica incluye las siguientes áreas de intervención y formación de los orientadores:

- Orientación profesional
- Orientación en los procesos de enseñanza-aprendizaje
- Atención a la diversidad
- Orientación para la prevención y el desarrollo

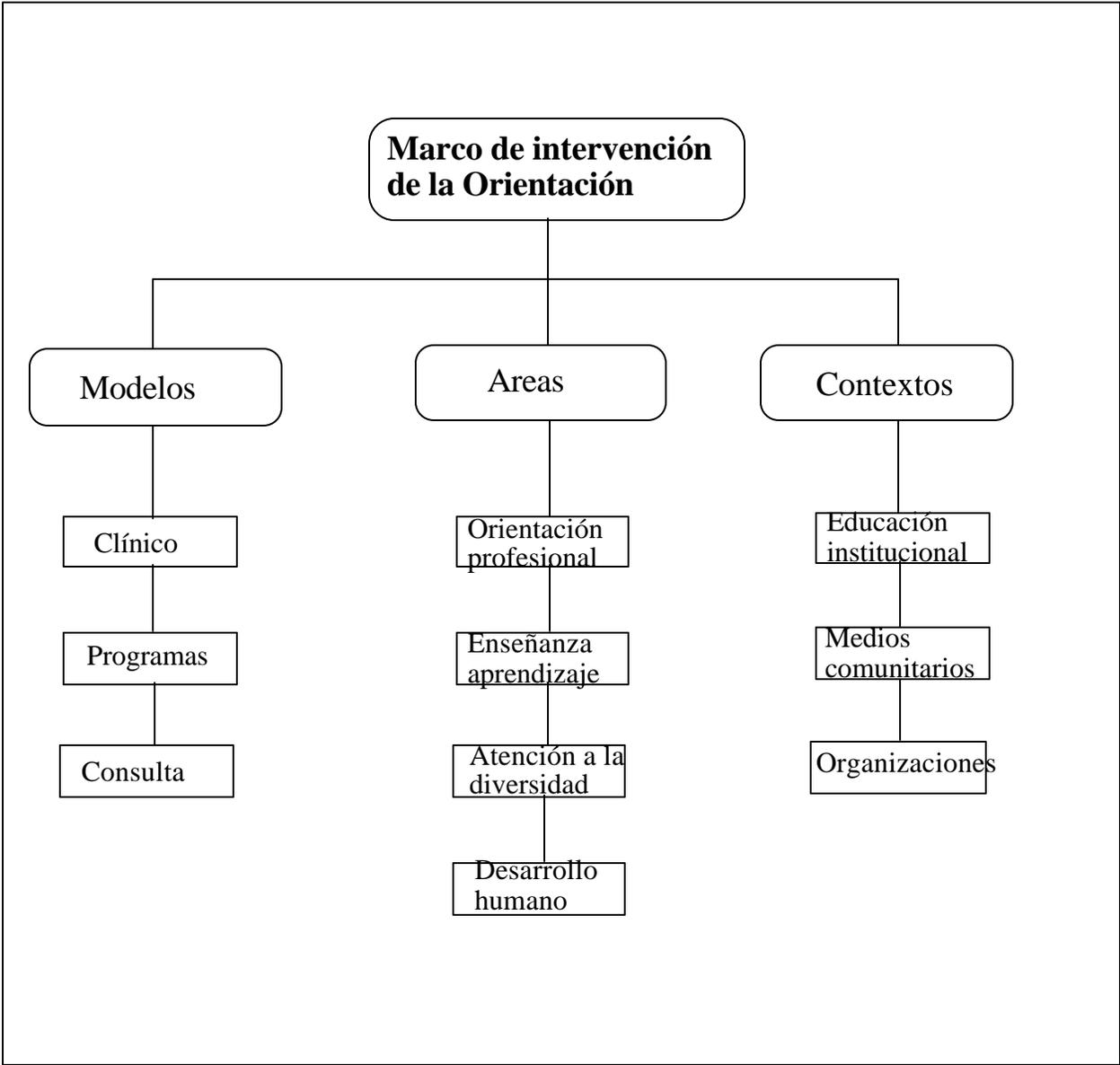
Hemos de insistir en que no se trata de áreas separadas, sino que están interrelacionadas. Es precisamente su engarzamiento lo que da unidad a la orientación psicopedagógica. Muchas veces, cuando el orientador interviene, no tiene presente en qué área específica lo hace. Se dirige al individuo como un todo. Recordemos que la palabra *individuo* proviene del latín *indivisum* (que no se puede dividir). Por eso, puede plantear un programa de orientación profesional para personas con necesidades especiales, en el cual el desarrollo de estrategias de aprendizaje autónomo sea un componente importante para el desarrollo humano. Es decir, se incluyen todas las áreas en una misma intervención. Por eso, deben entenderse como áreas temáticas en la formación de orientadores, en el sentido de que éstos deben estar formados en cada una de ellas.

3. Contextos de intervención

La distinción de los contextos de intervención está en función del proceso evolutivo del individuo a orientar. Se trata de una categorización centrada en el orientado, no en el orientador. El orientado se encuentra en primer lugar en el sistema educativo formal. La orientación en el sistema escolar atiende al individuo en tanto es alumno o estudiante. A continuación sigue una fase de transición donde recibe la ayuda que necesita de los medios comunitarios. Éstos atienden al individuo en tanto que es un ciudadano. Desde esta tesitura puede requerir servicios a lo largo de toda la vida. Por otra parte, al encontrarse en una organización empresarial como empleado podrá requerir algún tipo de ayuda para su desarrollo profesional y personal. La organización le atenderá, en tanto que es un empleado, en el contexto de la organización. Simultáneamente podrá requerir por otras razones ayuda de los medios comunitarios o incluso del sistema educativo. Es decir, desde el punto de vista evolutivo no son categorías excluyentes. Vamos a simplificar los posibles contextos de intervención en tres grandes categorías:

- 1.Sistema escolar (educación formal)
- 2.Medios comunitarios (servicios sociales y privados)
- 3.Organizaciones

La figura que presentamos a continuación, intenta resumir el marco que estamos presentando.



4. Agentes de la orientación

La orientación psicopedagógica es un trabajo en equipo que implica a un conjunto de personas: son los agentes de la orientación.

Entre ellos está el orientador. Su formación, a efectos legales, puede ser en pedagogía, psicología o psicopedagogía; si bien es esta última titulación la que, desde su creación en 1992, es la más específica para formar a estos profesionales.

Además del orientador intervienen los tutores, profesorado y familia cuando nos referimos al contexto escolar. A ellos se pueden añadir, cuando estén en el centro, el maestro de pedagogía terapéutica, logopeda, fisioterapeuta, trabajador social, médico, etc.

Cuando nos referimos a contextos extraescolares deberemos contemplar equipos multiprofesionales que incluyen a psicopedagogos, pedagogos, psicólogos, educadores sociales, trabajadores sociales, médicos, técnicos en desarrollo de recursos humanos, economistas, etc., siempre en función de los objetivos que se propongan en los programas de intervención. Mención especial requiere la labor de los paraprofesionales y la ayuda entre iguales (*peer counseling*).

5. La educación emocional

Consideramos la educación emocional como un aspecto importante de la orientación psicopedagógica para la prevención y el desarrollo. El sistema educativo tradicionalmente se ha centrado en el desarrollo cognitivo (conocimientos propios de las áreas curriculares ordinarias), pero ha prestado poca atención al desarrollo emocional. El análisis de la sociedad actual permite entrever que muchos de los problemas con que se encuentran las personas, y en particular los adolescentes y jóvenes, tienen mucho que ver con el “analfabetismo emocional”. Por esto consideramos conveniente insistir en la importancia de la educación emocional.

6. Concepto de educación emocional

Con la intención de tener un punto de referencia, nos atrevemos a resumir la educación emocional en los siguientes términos: *proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.*

La educación emocional, igual que la orientación en general, es un proceso

educativo continuo y permanente, puesto que debe estar presente a lo largo de todo el currículum académico y en la formación permanente a lo largo de toda la vida. La educación emocional tiene un enfoque del ciclo vital. A lo largo de toda la vida se pueden desarrollar las competencias emocionales.

La educación emocional se propone el desarrollo humano. Es decir, el desarrollo personal y social; o dicho de otra manera: el desarrollo de la personalidad integral del individuo. Esto incluye el desarrollo de la inteligencia emocional y su aplicación en las situaciones de la vida. La educación emocional es una forma de prevención primaria inespecífica, consistente en intentar minimizar la vulnerabilidad a las disfunciones o prevenir su ocurrencia. Cuando todavía no hay disfunción, la prevención primaria tiende a confluir con la educación, para maximizar las tendencias constructivas y minimizar las destructivas. Los niños y jóvenes necesitan, en su desarrollo hacia la vida adulta, que se les proporcionen recursos y estrategias para enfrentarse con las inevitables experiencias que la vida nos depara. La competencia emocional está en función de las experiencias vitales que uno ha tenido, entre las cuales están las relaciones familiares, con los compañeros, escolares, etc.

La educación emocional surge como una respuesta a las necesidades sociales. El objetivo es buscar la mejor manera de educar a los ciudadanos para que puedan afrontar los retos que les va a deparar la vida. La educación emocional es una forma de educar para la vida (personal, social, familiar, profesional, etc.).

7. Objetivos de la educación emocional

Los *objetivos generales* de la educación emocional pueden resumirse en los siguientes términos:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones
- Identificar las emociones de los demás
- Desarrollar la habilidad de regular las propias emociones
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas
- Desarrollar una mayor competencia emocional
- Desarrollar la habilidad de automotivarse
- Adoptar una actitud positiva ante la vida
- Aprender a fluir

Conviene señalar que las emociones negativas (ira, miedo, tristeza, etc.) se

generan ante acontecimientos que son valorados como una dificultad para lograr los propios objetivos. Mientras que ante la percepción de acontecimientos que suponen un impulso hacia los objetivos personales, se experimentan emociones positivas (alegría, gozo, humor, amor, felicidad). Un imán tiene un polo positivo y otro negativo. Esto no significa que uno sea bueno y el otro malo. Igualmente conviene no confundir emoción negativa con “mala”. Las emociones no son buenas o malas; simplemente se dan de forma inevitable. Unas nos hacen sentir bien (positivas) y otras nos hacen sentir mal (negativas).

Los contenidos de la educación emocional

Los contenidos de la educación emocional se derivan del marco teórico, pero pueden variar según los destinatarios (nivel educativo, conocimientos previos, madurez personal, etc.). Podemos distinguir entre un programa de formación de profesores y un programa dirigido al alumnado. Pero en general los contenidos hacen referencia a los siguientes temas.

En primer lugar se trata de dominar el marco conceptual de las emociones, que incluiría el concepto de emoción, los fenómenos afectivos (emoción, sentimiento, afecto, estado de ánimo, perturbaciones emocionales, etc.), tipos de emociones (emociones positivas y negativas, emociones básicas y derivadas, emociones ambiguas, emociones estéticas, etc.). Conocer las características (causas, predisposición a la acción, estrategias de regulación, competencias de afrontamiento, etc.), de las emociones principales: miedo, ira, ansiedad, tristeza, vergüenza, aversión, alegría, amor, humor, felicidad, etc.

En segundo lugar unas bases teóricas, que incluirían una revisión de síntesis de las principales teorías sobre las emociones (Darwin, W. James, Cannon, Arnold, Lazarus, etc.). Estas bases teóricas estarán ausentes en los programas dirigidos a niños; tienen su justificación en los adultos y sobretodo a partir de la educación secundaria post-obligatoria. Es importante introducir unos conocimientos esenciales sobre el *cerebro emocional*, con especial referencia a los centros de procesamiento de las emociones. Las aportaciones recientes de la neurociencia son de gran interés. La terapia emocional, en sus diversas formas, ha aportado solidez a la teoría y al mismo tiempo ha aportado ejercicios y estrategias que pueden ser utilizadas no solo en el modelo clínico, sino también en la educación emocional, con carácter preventivo. Dando un paso más, se deberían adquirir unos conocimientos sobre las relaciones entre *emoción y salud*. Estos conocimientos son eminentemente teóricos y como tales pueden tener poca incidencia en la práctica. Por ello, en función de los propósitos del curso, del tiempo disponible y de los intereses de los participantes, esta parte tan teórica puede ser reducida al mínimo o incluso suprimida totalmente.

Con la intención de pasar de la teoría a la práctica, se debería analizar *la teoría de las inteligencias múltiples* de Howard Gardner, para pasar a considerar a continuación la *inteligencia emocional*, propuesta por Salovey y Mayer, y difundida por

D. Goleman. De todo ello se derivan actividades con el objeto de potenciar el desarrollo emocional. Estas actividades fundamentalmente giran en torno a las siguientes competencias.

Conciencia emocional, que consiste en conocer las propias emociones y las emociones de los demás. Esto se consigue a través de la auto-observación y de la observación del comportamiento de las personas que nos rodean. Esto supone la comprensión de la diferencia entre pensamientos, acciones y emociones; la comprensión de las causas y consecuencias de las emociones; evaluar la intensidad de las emociones; reconocer y utilizar el lenguaje de las emociones, tanto en comunicación verbal como no verbal.

La regulación de las emociones probablemente sea el elemento esencial de la educación emocional. Conviene no confundir la regulación (y otros términos afines: control, manejo de las emociones) con la represión. La tolerancia a la frustración, el manejo de la ira, la capacidad para retrasar gratificaciones, las habilidades de afrontamiento en situaciones de riesgo (inducción al consumo de drogas, violencia, etc.), el desarrollo de la empatía, etc., son componentes importantes de la habilidad de autoregulación. Algunas técnicas concretas son: diálogo interno, control del estrés (relajación meditación, respiración), autoafirmaciones positivas; asertividad; reestructuración cognitiva, imaginación emotiva, atribución causal, etc.

La motivación está íntimamente relacionada con la emoción. Motivación proviene de la raíz latina *movere* (mover); igual que emoción (de *ex-movere*, mover hacia fuera). La puerta de la motivación hay que buscarla a través de la emoción. A través de esta vía se puede llegar a la *automotivación*, que se sitúa en el extremo opuesto del aburrimiento, y que abre un camino hacia la actividad productiva por propia voluntad y autonomía personal. Esto es uno de los retos de futuro de la educación.

Las habilidades socio-emocionales constituyen un conjunto de competencias que facilitan las relaciones interpersonales. Las relaciones sociales están entretejidas de emociones. La escucha empática y la capacidad de empatía abren la puerta a actitudes prosociales, que se sitúan en las antípodas de actitudes racistas, xenófobas o machistas, que tantos problemas sociales ocasionan. Estas competencias sociales predisponen a la constitución de un clima social favorable al trabajo en grupo productivo y satisfactorio.

Las relaciones entre emoción y bienestar subjetivo suelen ser de gran interés para los participantes. Esto lleva a delimitar el constructo “bienestar subjetivo” y los factores que lo favorecen o que lo dificultan. La reflexión sobre estos temas conduce a la confluencia entre bienestar y felicidad, donde el “estar sin hacer nada” no es lo propio, sino más bien implicarse en algún tipo de actividad.

El concepto de Fluir (*flow*), entendido como experiencia óptima, de acuerdo con Csikszentmihalyi (1998) completa el tema sobre el bienestar. Las condiciones del flujo ofrecen un marco de sugerencias para la acción, que se pueden aplicar al cuerpo, el pensamiento, el trabajo, las relaciones sociales, etc. El reto está en aprender a fluir.

Como hemos ido insistiendo, la evaluación es un aspecto intrínseco del programa. Por tanto, conocer los instrumentos para la evaluación de las emociones es importante.

Las aplicaciones de la educación emocional se pueden dejar sentir en la educación infantil, primaria y secundaria; en aspectos como indisciplina, violencia, desempleo, conductas de riesgo: drogas, sida, conducción temeraria, etc.

Las técnicas y competencias emocionales tienen aplicaciones múltiples y diversas: comunicación efectiva y afectiva, resolución de conflictos, toma de decisiones, prevención inespecífica (consumo de drogas, sida, violencia, anorexia, intentos de suicidio, etc.), etc. En último término se trata de desarrollar la autoestima, con expectativas realistas sobre sí mismo, desarrollar la capacidad de fluir y la capacidad para adoptar una actitud positiva ante la vida. Todo ello de cara a posibilitar un mayor bienestar subjetivo, que redundará en un mayor bienestar social.

Los temas pueden tener diversos niveles de profundización en función de los cursos y ciclos educativos. En estos momentos el GROPE está implicado entre otras tareas, en la elaboración de actividades para los diferentes niveles educativos (Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria, Educación Secundaria Postobligatoria, Educación Universitaria) e incluso para la etapa adulta y el mundo de la empresa.

9. Modelos de intervención

Los modelos de intervención se refieren al *cómo* de la educación emocional. Es decir, a las estrategias y procedimientos para llevarla a la práctica. Para detalles sobre los modelos de orientación e intervención psicopedagógica hemos de remitir a otro documento (Bisquerra, 1998) del cual vamos a extraer algunas de las siguientes ideas para aplicarlas al caso concreto de la educación emocional.

Los modelos de intervención dependen de los destinatarios del programa y del contexto concreto donde se vayan a aplicar. En este sentido consideramos oportuno distinguir entre programas dirigidos a:

- Alumnado de la educación formal
- Profesorado, como formación de formadores y educación permanente
- Adultos que participan en cursos patrocinados por instituciones
- Profesionales en formación continua en las organizaciones
- Grupos de riesgo

Habida cuenta de las diferencias que puedan darse según los destinatarios y los contextos, algunas características generales son las siguientes. En la exposición que sigue está deliberadamente presente un sesgo hacia la educación formal, que debería ser adaptada a los otros contextos.

Las lecciones pueden ser muy breves; pero deberían estar presentes a lo largo de todo el ciclo educativo, en todas las áreas académicas, como si se tratara de un tema transversal. Un proyecto de programa de educación emocional integrado en el currículum, como si se tratase de un tema transversal debe ofrecer un conjunto de materiales preparados para ajustarse a lecciones específicas de las diversas áreas académicas. Al mismo tiempo debe haber una serie de tópicos para ser tratados a través de "educación ocasional", a medida que vaya presentándose la ocasión a partir de los problemas y debates ordinarios que se generan en la clase.

Los diversos temas del programa se introducen en un determinado curso. Pero son retomados, ampliados y profundizados en sucesivos cursos posteriores. No se trata de que cada curso se repita todo, sino de que cada tópico sea contemplado varias veces a lo largo de todo el currículum.

Una estrategia consiste en aprovechar los problemas de los alumnos para tratarlos en asamblea. Los problemas que surgen varían según el nivel educativo. En los primeros niveles lo típico son las "bromas", sentir que los amigos le dejan fuera, miedos.

El conocido grito de "¡Yo primero!", es una pandemia en los primeros cursos de primaria (y para algunos se prolonga durante toda la vida). Esta expresión y el comportamiento subsiguiente puede dar lugar a disputas y peleas para ver quién se pone el primero en la cola, quien es el primero que juega o que elige. Si la respuesta del adulto es "¡Para ya!" no sirve de mucho en cuanto a aprovechar la ocasión para instruir sobre otras formas de relacionarse o de negociar. En cambio se puede sacar partido si se ofrecen otras alternativas imparciales, como por ejemplo elegir al azar, sacar suertes, se hace una ronda de tal forma que el primero no sea siempre el mismo sino que va rotando, negociar, etc.

La implantación de programas de educación emocional en un centro educativo no es tarea fácil. En función de las características del centro y de la disponibilidad del profesorado, a veces se tendrá que empezar por poco e ir añadiendo en la medida de las posibilidades. En otro documento (Bisquerra, 1998) se expone los modelos de intervención. Recogiendo lo que allí se explica, puede ser útil recordar diversas formas de intervención:

10. La intervención por programas

La implantación de programas de educación emocional en un centro educativo no es tarea fácil. En función de las características del centro y de la disponibilidad del profesorado, a veces se tendrá que empezar por poco e ir añadiendo en la medida de

las posibilidades. Recordemos diversas formas de intervención, que pueden aplicarse según las circunstancias, pero teniendo siempre presente que el objetivo final debería ser llegar a la implantación del modelo de programas:

- *Orientación ocasional*: Se trata de que el personal docente aproveche la ocasión del momento para impartir contenidos relativos a la educación emocional. A menudo se trata de un profesor que por iniciativa propia introduce en sus clases aspectos relacionados con la educación emocional. En este caso no se trata de un programa propiamente dicho. Pero puede ser la semilla de lo que, con el tiempo, se pueda convertir en él.

Programas en paralelo: Se trata de acciones que se realizan al margen de las diversas materias curriculares. A menudo se utiliza horario extraescolar, lo cual repercute en una asistencia minoritaria, ya que el alumnado no lo percibe como algo importante. Mucho más si la asistencia es voluntaria. Pero puede ser un punto de partida para otras actividades posteriores más relacionadas con el currículum académico.

Asignaturas optativas: Los centros educativos pueden ofertar asignaturas optativas sobre temas relacionados con la educación emocional. Al ser una asignatura optativa lo lógico es que no se inscriban todos los alumnos. Pero puede ser una forma de empezar una acción que con el tiempo se vaya ampliando.

Asignaturas de síntesis: En algunos sistemas educativos existen las denominadas “asignaturas de síntesis”, que se realizan durante un breve período de tiempo y en las que se trata de integrar los conocimientos de las diversas materias. Como tópico de estas asignaturas de síntesis se pueden elegir aspectos relacionados con la educación emocional. Tiene la ventaja que la asignatura de síntesis suele ser obligatoria.

- *Acción tutorial*: El Plan de Acción Tutorial (PAT) debería ser el instrumento dinamizador de la educación emocional. Tiene la ventaja que la acción tutorial grupal se dirige a todo el alumnado. Dentro de las sesiones de tutoría tienen cabida todos los contenidos de la educación emocional.

- *Integración curricular*: Los contenidos de la educación emocional se pueden integrar de forma transversal a lo largo de las diversas materias académicas, y a lo largo de todos los niveles educativos. El profesorado de cualquier materia puede incluir en ella, al mismo tiempo que la están explicando, contenidos de carácter emocional. Se trata de una “infusión” o “integración” en el currículum académico de contenidos que van más allá de lo estrictamente instructivo. En este sentido se podría considerar como un tema transversal. Ésta es probablemente la estrategia más idónea y la que se debería potenciar; si bien hay que aceptar que no siempre es posible y que requiere mucho tiempo de toma de conciencia, formación y progresiva aplicación. Pero, en general, se puede decir que éste debería ser uno de los objetivos a lograr en un centro educativo: considerar a la educación emocional como un *tema transversal* en el que participan la totalidad del profesorado en sus clases a lo largo de todo el currículum

académico.

- *Integración curricular interdisciplinaria*: Es un paso más a partir de la “integración curricular”. Se requiere la implicación del profesorado, con una coordinación ejemplar entre ellos, para poder exponer unos contenidos que se sincronizan con otros que está impartiendo otro profesor. Por ejemplo, al ocuparnos de la prevención del consumo de drogas, el profesor de Ciencias Naturales explica los efectos que tienen sobre la salud, a partir del estudio del cuerpo humano; el profesor de Ciencias Sociales desarrolla la presión social que induce al consumo, así como las presiones económicas inherentes; en matemáticas se realizan ejercicios sobre estadísticas de consumo y morbilidad; en Educación Física se trata del “doping” y los efectos que tiene el consumo de alcohol y tabaco sobre el rendimiento deportivo; en Lenguaje se introduce el argot propio de las drogas; en Expresión Artística se realiza un póster alusivo al tema con la intención de concienciar sobre esta problemática, cuyo mensaje es: no consumir. En tutoría es donde se debería contemplar la dimensión emocional de todo lo que antecede. De esta forma podemos ver como en todas las materias se puede hacer alusión al tema de forma interdisciplinaria.

- *Sistemas de Programas Integrados (SPI)*: Es un paso más al anterior: se trata de interrelacionar programas diversos. Por ejemplo, un programa de habilidades sociales se interrelaciona con un programa de búsqueda de empleo, en el bien entendido de que la persona que tenga buenas habilidades de comunicación interpersonal tendrá más facilidad en superar la entrevista de selección de personal. El mismo programa de habilidades sociales se interrelaciona con el programa de prevención del consumo de drogas en cuanto la habilidad para hacer frente a la presión de los compañeros es básica para evitar el consumo. Otra forma de evitar el consumo es mediante un autocontrol y prevención del estrés. En efecto, el estrés que a veces induce al consumo, se previene con el mismo programa de prevención del estrés ante los exámenes, las oposiciones o la selección de personal del programa de búsqueda de empleo que citábamos. Un SPI, desde la perspectiva de la educación emocional, debería tener unos elementos dinamizadores; el tutor y el orientador son los más apropiados. Desde la tutoría se puede poner un énfasis especial en la dimensión emocional de todo lo que antecede. En resumen, si bien se analiza, existe un conjunto de posibles programas que cada uno de ellos tiene un sentido en sí mismo. Pero si se imparten de forma interrelacionada pueden producir un efecto de sinergia. A esto le denominamos *sistemas de programas integrados*.

11. La tutoría: un marco para la educación emocional

La acción tutorial debe dar respuestas concretas a los problemas del alumnado en relación a su desarrollo personal y social. Hemos constatado como el analfabetismo emocional está en la raíz de muchos de los problemas más acuciantes de la adolescencia. Sin embargo, no hay tradición en programas de educación emocional en nuestro país. Una forma idónea de introducirlos es a través de la acción tutorial.

12. La educación emocional como tema transversal

Se entiende por temas transversales a una serie de contenidos y habilidades a desarrollar a lo largo de todo el currículum (principio de omnipresencia), de tal forma que no es competencia de un profesor de una área concreta, sino que es todo el profesorado a lo largo de todas las materias y durante todo el ciclo educativo quien debe implicarse en la educación de los temas transversales.

Los temas transversales se orientan a la formación de la personalidad integral del alumnado; reflejan una preocupación por los problemas sociales; pretenden conectar la escuela con la vida y el entorno; adoptan una perspectiva de crítica social.

Todas las características de los temas transversales pueden quedar incluidas en la educación emocional. Por eso vamos a considerar a la educación emocional como un tema transversal. Este es el *desideratum* para la implantación de la educación emocional con las mayores posibilidades de efectividad. Si bien hemos de reconocer la dificultad de llevar los temas transversales a la práctica en la educación secundaria (falta de tiempo, falta de formación del profesorado, no implicación del profesorado, etc.), lo cual induce a optar cauteladamente por otras estrategias, como la acción tutorial.

Cuando se integra alguna actividad de educación emocional (reconocer una emoción, control, empatía, etc.) en una explicación habitual de cualquier materia académica, es esencial que el profesor haga explícitas sus intenciones. De lo contrario el alumnado interpreta que se trata de un descanso durante la explicación de la materia. Por esto hay que decirles que lo que estamos haciendo es importante, cuáles son los objetivos y como esto les va a ser útil para la vida. En resumen, la integración curricular debe ser explícita.

Referencias bibliográficas

ÁLVAREZ GONZÁLEZ, M. (coord.), BISQUERRA, R., FILELLA, G., FITA, E., MARTÍNEZ, F., y PÉREZ, N. (2001). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Madrid: Escuela Española.

BISQUERRA, R. (Coord.). (1996). *Orígenes y desarrollo de la orientación psicopedagógica*. Barcelona: Praxis.

BISQUERRA, R. (Coord.). (1998). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. Barcelona: Praxis.

BISQUERRA, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.

CSIKSZENTMIHALYI, M. (1997). *Fluir (flow). Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.

GOLEMAN, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.

GROP. (2001). *Programa de educación emocional. 12-16 años*. Barcelona: Ciss-praxis.

GÜELL BARCELÓ, M., y MUÑOZ REDON, J. (2000), *Desconóctete a ti mismo. Programa de alfabetización emocional*. Barcelona: Paidós.