

La educación emocional como factor para potenciar el aprendizaje significativo

Emotional Education as a Factor to Enhance Meaningful Learning

Miguel Á. Machorro-Cabello^a, Verónica Valdez Fuentes^b

Abstract:

The topics of emotional intelligence, social-emotional competencies have taken relevance in the last two decades, due to their importance in the learning process, for this reason we will approach general aspects with the purpose of reflecting on some the importance of emotional intelligence to promote meaningful learning.

Keywords:

Emotions, emotional intelligence, meaningful learning

Resumen:

Los temas de la inteligencia emocional, las competencias socioemocionales han tomado relevancia en las últimas dos décadas, por su importancia en el proceso de aprendizaje, por ello en esta oportunidad abordaremos aspectos generales con el propósito de reflexionar acerca de algunas la importancia de la inteligencia emocional para promover el aprendizaje significativo.

Palabras Clave:

Emociones, Inteligencia emocional y aprendizaje significativo

Introducción

El tema de la inteligencia emocional y su importancia en la educación ha cobrado relevancia en la última década, en gran medida debido a que cuando el estudiante realiza cualquier actividad están presente sus emociones, por ello es que en esta ocasión, abordaremos algunos conceptos relacionados con aquella como: las emociones, las inteligencias múltiples y la inteligencia emocional y el aprendizaje significativo

De la Inteligencia general a la inteligencia emocional

Inteligencia general

El término inteligencia ha sido conceptualizado por diversos autores, para Perkins (1987), la inteligencia ha de

ser considerada como un conjunto de estrategias susceptibles de instrucción y de cambio. Perkins (1986) hizo referencia a que la inteligencia tiene tres componentes que son: poder, conocimiento y tácticas.

Para Perkins el poder es conceptualizado como la capacidad cognitiva innata que incluye atención, voluntad, percepción y plasticidad del sistema nervioso (Sternberg, 1990). El conocimiento entendido como suministro de información por parte del docente, no implica una forma interesante de aprender y un enfoque de enseñanza eficaz; el conocimiento requiere de la reflexión, la comprensión y el uso activo de aquél. Las tácticas, son las estrategias cognitivas o conjunto de pasos explícitos que utiliza un estudiante para orientar el poder y el conocimiento (Johnson, 2003).

Por otra parte, Howard Gardner (2016) enuncia que históricamente se han realizado esfuerzos por conceptualizar el término inteligencia y lo divide en: las teorías legas, lo que denomina el enfoque psicométrico común, la pluralización y finalmente la jerarquización.

^a Miguel Á. Machorro Cabello, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Escuela Preparatoria Número Cuatro, Email: miguel_machorro@uaeh.edu.mx

^b Verónica Valdez Fuentes, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Escuela Preparatoria Número Cuatro, Email: vvaldez@uaeh.edu.mx

Las Teorías legas se presentan cuando al no existir una definición científica de inteligencia, las personas conceptualizaban a otras como más o menos “brillantes” o “inteligentes”, pero no se ponía el acento en el análisis del término “inteligente”.

El Enfoque psicométrico común. Mismo que se presenta cuando los psicólogos inician investigaciones para definir el término inteligencia, así como el diseño de pruebas para realizar una medición de ésta. Que como sabemos, generan polémica por el abuso de aquéllas y el escaso avance teórico como lo señaló Gould en 1981.

Respecto de la pluralización y jerarquización, Howard puntalizó que la primera generación de psicólogos de la inteligencia como Charles Spearman y Lewis Terman tendían a considerarla como una capacidad general, única que les permitía a las personas formar conceptos y resolver problemas. Los pluralistas defienden la poca correlación existente entre las pruebas. Acerca de la Jerarquización, Raymond Cattell y Philip Vernon están de acuerdo en que existe una relación jerárquica entre los diversos componentes de la inteligencia y señalan que la inteligencia general, verbal o numérica incide sobre componentes más específicos, Thurstone no coincide con la jerarquía de factores y sostiene que cada uno de ellos ha de considerarse como parte de una estructura jerárquica heterogénea.

Gardner agrega: la contextualización y la distribución. Acerca de contextualización algunos estudiosos de la inteligencia, toman como referencia la obra de Lev Vygotsky, al considerar las diferencias prevalecientes entre las culturas y las prácticas sociales y su relación con la inteligencia, por sobre las individuales. Respecto de la distribución o “visión distribuida”, tiene como eje la relación de la persona con las cosas, con los objetos, por ejemplo el lápiz, el papel, la computadora, el móvil, las redes sociales, quedando de manifiesto que la inteligencia no sólo está contenida en la cabeza de cada persona. Gardner reconoce que en la primera edición de su obra titulada Estructuras de la mente, se puede vislumbrar la presencia de la contextualización y la distribución, cuando hace referencia a la inteligencia espacial, pero que ponía el acento en investigar lo que ocurría dentro del cráneo, y que sería en la década de los 90’s que incluiría en el estudio de la inteligencia la contextualización y la distribución.

Inteligencias múltiples

Es importante recordar que Gardner publicó en 1993 la obra *Multiple intelligences. The Theory in practice*, que fue traducida al español en 1995. En un principio distingue las inteligencias: musical, cinético corporal, lógico-matemática, lingüística, espacial, interpersonal e

intrapersonal, y será en 2001 cuando añada la inteligencia existencial y la inteligencia naturalista (Bisquerra, 2012).

La inteligencia interpersonal es conceptualizada como la capacidad que tienen las personas de comprender a los demás e interactuar de forma eficaz con ellas y la inteligencia intrapersonal hace referencia a la capacidad que tiene una persona de formar una percepción precisa de sí misma y a partir de él organizar y dirigir su vida (L. Campbell, B. Campbell y D. Dickenson; 2004).

De dichas inteligencias la interpersonal y la intrapersonal serán las que retomaremos en este ensayo, pues consideramos son las que tienen relación más directa con la inteligencia emocional.

Inteligencia emocional

Iniciemos este espacio recordando cómo se conceptualizan los términos emoción e inteligencia emocional. Bisquerra (2012), considera que: La emoción es una respuesta compleja del organismo ante los estímulos que toda persona recibe continuamente. Su complejidad estriba en que incluye varios aspectos simultáneamente, como los neurofisiológicos, comportamentales y cognitivos.

Y que la inteligencia emocional, es entendida como la capacidad que tiene la persona para tomar conciencia de sus emociones y de las de los demás, para así regularlas de forma apropiada.

Señalando que los antecedentes de la inteligencia emocional los podemos identificar en obras que aborden los temas de inteligencia y emoción.

En los apartados anteriores hemos referido algunos antecedentes relacionados con la inteligencia, así que ahora nos centraremos en obras que hacen énfasis en la emoción. Bisquerra (2012) señala que algunos antecedentes los encontramos:

En el counseling, con autores como Abraham Maslow y Carl Rogers (counselor-cliente).

En el año 1966 con un artículo titulado “Inteligencia emocional y emancipación” que publica B. Leuner, en el cual plantea que muchas mujeres no asumen un rol social determinado derivado de que tienen baja inteligencia emocional. Lo anterior nos invita a redoblar esfuerzos en la formación de nuestras y nuestros estudiantes.

En el trabajo de Payne en 1986, titulado “A study of emotion: Developing emotional intelligence; self integration; relating to fear, pain and desire”, quien plantea la necesidad de enseñar en las escuelas temas como emoción e inteligencia.

Considera que es con los artículos publicados por Mayer y Salovey en el año 1990 y 1997, titulado *Emotional*

Intelligence, donde surge el interés por la inteligencia emocional con un enfoque educativo. En dicho artículo se habla de la Inteligencia emocional y el modelo propuesto por los autores.

En 2011 escriben otro artículo Titulado Emotional Intelligence en el que señalan que han desarrollado la Prueba de Inteligencia o MSCIT (Mayer-Salovey-Caruso) que es una escala de 141 elementos que mide: a) la percepción de las emociones; b) el uso las emociones para facilitar el pensamiento; c) La comprensión de las emociones; y d) manejo de las emociones, cuatro áreas que corresponden a las ramas de su modelo.

Howard y otros investigadores realizaron el Proyecto Zero en la Universidad de Harvard en Estados Unidos de Norteamérica en la década de los 80's, que culminó con la publicación de la obra titulada Frames of Minds en 1983.

La Inteligencia Emocional tendrá auge en 1995, cuando se le da mayor publicidad con la obra de Daniel Goleman cuyo título es Inteligencia Emocional y que se convirtió en un Best Seller, y fue éste quien popularizó las aportaciones de Salovey y Mayer.

Bisquerra escribe qué son las emociones, tipos de emociones y cómo la educación emocional puede ayudar a gestionar adecuadamente las emociones de los estudiantes y actuar.

Ellos son algunos de los autores que ponen en la mesa de discusión el tema de la inteligencia emocional, de la que hoy se abordarán algunos aspectos, pues por ser un tema complejo e interdisciplinar, no se puede agotar en este trabajo.

El concepto de inteligencia emocional, según Bisquerra (2012) nos remite a:

La frase "conócete a ti mismo" (Marías, 1980) que muchos identificamos con el pensamiento de Sócrates, implica que cada persona ha de tomar conciencia de las emociones que se producen en él, según Bisquerra, el "conocerse a sí mismo" es la clave de la inteligencia emocional.

Lo anterior conlleva la tarea de regular dichas emociones, desarrollar habilidades para no responder con furia ante un evento, sino de manera calmada, potenciando así una mejor relación interpersonal. En el proceso de enseñanza y de aprendizaje es fundamental que el docente regule sus emociones, pues ello le permitirá generar un ambiente de armonía, de confianza y de respeto mutuo en el aula, sin duda, el ejemplo es la mejor estrategia de enseñanza. Otro aspecto involucrado, es la empatía, término que deriva del inglés empathy Repetto, E. (1992), cualidad que

permite que una persona perciba cuando otra persona necesita o desea "algo". Luego entonces, en el proceso de enseñanza y de aprendizaje, si el docente es empático con sus estudiantes, potenciará el proceso de enseñanza del estudiante.

El establecer buenas relaciones con los demás implica gestionar las emociones, y ello potencia el desarrollo de la competencia social que es una de las bases del liderazgo y eficiencia interpersonal.

Lo interesante, parafraseando a Bisquerra, es que se propone una inteligencia emocional con múltiples aplicaciones en el ámbito educativo, que puede guiarnos al aprendizaje de las denominadas competencias emocionales y que éstas pueden ser aprendidas.

Competencias emocionales

Ahora bien, el término competencia tiene diversos significados. Para Perrenoud (2007) "El concepto de competencia representará aquí una capacidad para movilizar varios recursos cognitivos para hacer frente a un tipo de situaciones".

Las competencias según Tobón (2006) "se entienden como actuaciones integrales para identificar, interpretar, argumentar y resolver problemas del contexto con idoneidad y ética".

Bisquerra (2012) escribe, "La competencia es el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia".

La competencia emocional, según Bisquerra (2012), es entendida como "el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales".

Entre las denominadas competencias emocionales se pueden distinguir: 1) las capacidades de autorreflexión (que implicaría hablar de inteligencia intrapersonal): la persona identifica sus emociones y las regula apropiadamente. 2) habilidad que tiene una persona para reconocer lo que otras están pensando y sintiendo (que hace referencia a la inteligencia interpersonal).

Luego entonces, las preguntas podrían ser; ¿Qué estrategias puede utilizar el docente para promover las inteligencias interpersonal e intrapersonal? ¿Qué actividades realizar en el aula para promover la inteligencia emocional?

Las respuestas son múltiples y variadas, pero para el presente ensayo se considerarán algunas de las propuestas sugeridas por L. Campbell L., B. Campbell y D. Dickenson (2004), en el capítulo 6 de la obra titulada Inteligencias Múltiples: Usos prácticos para la enseñanza

y el aprendizaje, en el cual señalan que promover el aprendizaje cooperativo en el aula, realizando actividades como el rompecabezas y los debates cooperativos sobre literatura, son recursos eficaces en el desarrollo de la denominada inteligencia interpersonal.

También sugieren trabajar en el manejo de conflictos, para ello los docentes pueden utilizar el Proceso de manejo de conflictos de Gordon, así como la técnica de solución de problemas.

Para promover la inteligencia intrapersonal los autores proponen actividades orientadas a temas como: autoestima, la fijación de metas, habilidades para el procesamiento emocional, entre otros. Hacen énfasis en que los docentes no han de esperar cambios inmediatos en los alumnos, pues el autoconocimiento precisa de una vida orientada a dicho aprendizaje. Asimismo señalan la importancia de considerar las diferencias personales y culturales de los estudiantes, pues algunos se motivan cuando el grupo les reconoce sus habilidades, en tanto otros prefieren el feedback, así como la interacción individual. Los autores dan ejemplos de resultados obtenidos cuando se utilizaron los denominados Círculos de elogio, Reconocimiento individual, Apoyo entre pares, la importancia de formar Redes de apoyo entre pares, con el propósito de potenciar la autoestima.

La fijación de logros y metas, puede trabajarse con los instrumentos que los autores denominan Relevamiento de los intereses de los alumnos y Planilla de objetivos individuales del alumno, que permiten al docente identificar las áreas de interés de los estudiantes y así planear estrategias individualizadas de enseñanza.

Otro aspecto a trabajar es la metacognición, para promover habilidades del pensamiento, que permitan al estudiante reflexionar acerca de sus experiencias de aprendizaje, de su papel como sujeto de aprendizaje.

Respecto de la necesidad de brindar educación emocional en el aula sugieren utilizar lo que denominan Inventario de sentimientos. Explican cómo a través de las artes, los estudiantes pueden manifestar sus sentimientos, por ejemplo las artes visuales (imágenes, videos), la música (para relajarse antes de un examen), el Juego de roles (dramatizaciones). Actividades que a consideración del docente podrán realizarse. Por ello es necesario que los docentes reciban formación en temas relacionados con la psicología del adolescente (o del niño, según sea el nivel educativo en el cual labore el docente). Educar para promover los valores como la paz, la justicia, el altruismo, la autodisciplina, la tolerancia, la honestidad, el respeto, permite al estudiante interactuar con esquemas de valores diferentes y comprender que es factible fortalecer sus inteligencias interpersonal e intrapersonal.

Siguiendo la explicación de Bisquerra (2012), si del concepto de inteligencia emocional deriva el desarrollo de las denominadas competencias emocionales, entonces

identificando las inteligencias múltiples del estudiante podemos promover el desarrollo de competencias emocionales para potenciar el aprendizaje. En virtud de que un estudiante que identifica sus emociones y aprende a regularlas, será capaz de prevenir el estrés y la ansiedad que un nuevo aprendizaje implica. Así, durante los exámenes podrá tener buen éxito y en el supuesto que un estudiante no apruebe un examen, con entrenamiento podrá afrontar el evento y centrarse en establecer las estrategias necesarias para acreditar el curso.

Bisquerra nos sugiere realizar 10 sesiones a lo largo de un semestre, en las cuales se desarrollen actividades, talleres, ejercicios. Éste autor también propone, que la educación emocional esté presente en toda actividad tutorial. Algunas de las actividades que se pueden realizar para promover la educación emocional son: "Siento y pienso", "las emociones de los demás", "Emociones, causas y consecuencias", en esta oportunidad, sólo haremos referencia a la primera. La que titula "Siento y pienso", cuyo objetivo es que el estudiante tome conciencia de qué pensamiento está presente entre una emoción y un comportamiento. El instrumento que se le entrega al estudiante es una hoja en la cual se le plantea una situación a partir de preguntas: ¿Cómo se siente ante ello? ¿Qué piensa? y ¿Qué haría ante esa situación? Posteriormente se le explica por qué se producen determinados comportamientos, haciendo énfasis en la importancia de un adecuado control emocional.

Se considera importante que antes de aplicar las estrategias mencionadas con antelación, el docente realice un diagnóstico al inicio del curso, de los estilos de aprendizaje (Valdez, V. y Machorro, M.A. (2014) y de las inteligencias múltiples que los estudiantes han desarrollado, para evaluar el avance a mediados y finales de curso, lo cual posibilitará instrumentar acciones de mejora.

Inteligencia emocional en el proceso de aprendizaje

Lo señalado en los rubros anteriores, hace sentido si el propósito de los docentes es promover el aprendizaje significativo de los estudiantes considerando la relevancia de las emociones en los actores del proceso de enseñanza y de aprendizaje, dado que las emociones del estudiante y del docente (García; 2012) se ponen en práctica durante cada sesión-clase. Si el docente promueve emociones positivas como el amor, la felicidad, entonces se generará un ambiente propicio. Pero si el docente genera emociones negativas como el miedo, la ansiedad, la ira, la hostilidad estará generando un ambiente poco propicio para promover el aprendizaje significativo, entendido éste, como aquél que se promueve cuando los contenidos están relacionados con lo que el

alumno ya sabe, la relación no ha de ser arbitraria, como lo señala Ausubel (Díaz Barriga; 2010).

Lo anterior, implica que los docentes tengamos formación en psicología del adolescente y en educación emocional para potenciar el desarrollo de la inteligencia emocional en nuestros estudiantes y posteriormente las competencias socioemocionales, con el propósito de que reciban una educación integral, que les permita gestionar sus emociones de manera adecuada para: resolver problemas de la vida cotidiana, en el ámbito escolar, en el ámbito laboral y mejorar su rendimiento académico.

Si lo analizamos, las competencias emocionales se ponen en práctica cuando los docentes utilizan la técnica de trabajo colaborativo (Díaz Barriga; 2010), solicitando a los estudiantes realicen actividades en pequeños grupos, demostrando sus habilidades a partir de los diferentes estilos de aprendizaje y las inteligencias múltiples que han desarrollado, lo que se requiere entonces es estar consciente de ello, para promover el desarrollo, monitorear, mejorar y evaluar la inteligencia emocional, lo que requiere la formación de los docentes (tutores, psicólogos, trabajadoras sociales y directivos, pero eso será motivo de otro ensayo).

Por ejemplo, cuando un estudiante no gusta de trabajar en equipo porque le resulta complicado relacionarse con sus compañeras y compañeros, tendrá escasa o nula participación en los equipos a los cuales el docente lo integre, su actitud puede ser de rechazo o agresión hacia los compañeros o hacia el docente, lo anterior en detrimento de su proceso de aprendizaje, de las relaciones con los integrantes del grupo, de su rendimiento académico e incluso puede decidir abandonar la institución educativa. Pero si los docentes realizan ejercicios para que ese estudiante identifique por qué no se siente cómodo participando en equipo, tendrá la oportunidad de explicarlo y evitar la actitud agresiva, lo cual le permitirá reflexionar acerca del origen de ello y a sus compañeros y docentes conocer, comprender y establecer estrategias para apoyarle: Ello puede motivarle y propiciar el desarrollo de la inteligencia emocional, así como su aprendizaje significativo; y a los distintos colectivos (compañeros y docentes) con los que interactúe.

Conclusiones

En la actualidad se requiere una reflexión profunda acerca de la importancia de desarrollar la inteligencia emocional y brindar educación emocional a los estudiantes para generar emociones positivas que les motiven a: aprender, conocerse, identificar sus capacidades y habilidades, confiar en ellos, respetar a las personas y el medio ambiente. Ahora bien, para brindar educación emocional al estudiantado, es indispensable que el docente se forme en dicha área.

Sí, el docente tiene un papel importante en ese proceso de aprendizaje de los estudiantes, pues si gestiona adecuadamente sus emociones, los estudiantes se percatarán de ello y desearán aprender inteligencia emocional para gestionar adecuadamente sus emociones, lo cual tributará a su aprendizaje significativo, pues un estudiante motivado deseará aprender y que mejor que con un docente cuya inteligencia emocional lo motive a ello.

La educación emocional permitirá desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes, potenciará sus habilidades sociales, tributará a su formación disciplinar, dotándolos de estrategias para resolver problemas académicos, en la vida privada y en el campo laboral, de allí su importancia.

Referencias

- [1] Bisquerra, R. (2012). *Orientación, tutoría y educación emocional*. España. Síntesis.
- Campbell L., Campbell, B. y Dickenson, D. (2004). *Inteligencias Múltiples: Usos prácticos para la enseñanza y el aprendizaje*. Buenos Aires, Argentina. Troquel.
- [2] Díaz Barriga, F. (2010). Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Una interpretación constructivista. México, Mc Graw – Hill.
- [3]García, J.A. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje, Educación, Vol. 36, núm. 1. *Recuperado de redalyc.org/pdf/440/44023984007*
- [4]Gardner, H. (2016). *Estructuras de la Mente: La teoría de las inteligencias múltiples*. México: FCE)
- [5] Goleman, D. (2003). *Inteligencia emocional*. México. Vergara.
- [6] Goleman, D. y Senge, P. (2017).
- [7]Johnson, A. (2003). El desarrollo de las habilidades del pensamiento: aplicación y planificación para cada disciplina. Buenos Aires, Argentina. Troquel.
- [8]Marías, J. (1980). *Historia de la Filosofía*. México. ALIANZA Editorial.
- [9]Mayer, J., Salovey, P. & Caruso, D. and Cherskasskiy (2011). Emotional Intelligence. *Recuperado de http://ei.yale.edu/wp-content/uploads/2013/09/pub312_EIchapter2011final.pdf*.
- [10]Perrenoud, PH. (2007). *Diez nuevas competencias para enseñar*. España, Graó.
- [11]Repetto, E. (1992), *Fundamentos de orientación: La empatía en el proceso orientador*. Madrid, España. Morata.
- [12]Tobón, S., et. al. (2006). *Competencias, calidad y educación superior*. Bogotá, Colombia. Magisterio.
- [13]Valdez, V. y Machorro, M.A. (2014). El desarrollo de aprendizaje autónomo a partir de la identificación de los estilos de aprendizaje. *Boletín Científico de la Preparatoria Número 4, UAEH. Vol. 2, Núm. 4.*
- [14]Recuperado de <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/prepa4/article/view/1904>