

Educación Emocional, una exigencia del coronavirus

Por [Álvaro Marchesi](#) 16 abril 2020

0



Fotografía: Jaeyeon Sim

No es fácil abordar este tema en unos breves párrafos. **El objetivo de estas líneas va a limitarse a ofrecer algunas pistas para favorecer la reflexión y las decisiones con el fin de que la educación socioemocional llegue a situarse entre las preocupaciones principales de un centro educativo y también de las administraciones públicas.** Si siempre ha sido importante, hoy lo es aún más en estos tiempos de coronavirus y de confinamiento.

Sobre la educación social y emocional

Una primera y excelente referencia sobre este tema es el [documento impulsado por la Unión Europea sobre la Educación socioemocional](#). Se estructura en cuatro partes principales: el significado de la educación socioemocional y sus principales competencias; su impacto en el desarrollo y el aprendizaje de los alumnos; las estrategias más adecuadas para su implementación; y las experiencias en los sistemas educativos de los países de la Unión Europea.

Este informe no lo hemos encontrado en castellano. Como alternativa, pueden consultarse las [sugerencias de Rafael Bisquerra sobre la educación emocional](#):

El análisis de la situación de la dimensión social y emocional en un buen número de países conduce a comprobar la disparidad de competencias propuestas y las diferentes perspectivas y estrategias. Las referencias pueden ser el bienestar personal, la educación para la ciudadanía, la educación afectiva y sexual, la educación para la salud, los derechos humanos, la convivencia o la prevención del acoso escolar, entre otras.

La opción del documento de la UE, compartida en este texto, es que la denominación de “educación social y emocional” es la más completa e integradora, pues puede incluir gran parte de otros programas educativos específicos también valiosos. Su definición

apunta al proceso educativo que favorece el desarrollo de competencias emocionales y sociales para comprender las propias emociones y las de los demás, para expresarlas y regularlas, para establecer relaciones sociales satisfactorias y para ser capaz de enfrentarse a los problemas sociales y personales de uno mismo y de los otros.

Competencias principales

La propuesta que formulamos, y en este punto nos apartamos del texto de la UE, es organizar la educación socioemocional en torno a seis competencias: conocimiento de las emociones propias, conocimiento de las emociones de los otros, capacidad de regular las emociones, capacidad de mantener relaciones sociales positivas, habilidades para el trabajo en equipo y conductas prosociales

1. Conocimiento de las emociones propias

Ser capaz de tomar conciencia de las emociones personales, así como poder nombrarlas y expresarlas. Comprender las situaciones o condiciones internas y externas que nos provocan las emociones, tanto aquellas positivas como negativas, lo que facilitará su regulación y autocontrol. Construir un autoconocimiento y una autoestima adecuada.

2. Conocimiento de las emociones de los otros

La dimensión principal de esta competencia será la teoría de la mente afectiva o empatía entendida como “la capacidad de identificar lo que la otra persona piensa o siente y responder antes sus pensamientos y sentimientos con una emoción adecuada” (Baron-Cohen).

3. Capacidad de regular las emociones propias

Competencia para controlar las emociones y orientarlas hacia el bienestar personal y social y hacia el logro de los objetivos acordados. Supone confianza y capacidad de superar las dificultades. El fortalecimiento de la función ejecutiva -una dimensión cognitiva, nos nos olvidemos- es una estrategia necesaria. El arte, la música, el teatro, el deporte y la relajación son actividades también beneficiosas para la regulación emocional.

4. Ser capaz de mantener relaciones sociales y vínculos de amistad así como habilidades para la gestión de conflictos

Capacidad para establecer relaciones positivas con los compañeros y de mantener vínculos estables amistosos. Ser capaz de favorecer un clima de convivencia y de resolver los conflictos de forma negociada. Establecer una comunicación afectiva y sexual responsable.

5. Habilidades para el trabajo en equipo

Flexibilidad e iniciativa. Capacidad de conocer el punto de vista de los otros y de colaborar con ellos para avanzar en la tarea propuesta. Capacidad de comprender situaciones problema, proponer alternativas y acordar soluciones.

6. Conductas prosociales

Capacidad de tener conciencia social y de cuidar de los otros. Sentimiento de pertenencia a la comunidad y a los grupos culturales de referencia. Desarrollar actividades al servicio de la comunidad.

Establecidas las competencias que han de ser desarrolladas, es necesario abordar la parte más complicada: cómo se incorpora la educación social y emocional en los centros educativos. Lo vamos a hacer en dos ámbitos estrechamente relacionados: en el conjunto de la escuela y en el aula, en donde proponemos un tiempo semanal para la participación, la reflexión y la expresión de los alumnos.

El objetivo final, no lo perdamos de vista, es alcanzar un mayor equilibrio personal que nos permita desarrollar nuestros proyectos, progresar en nuestros conocimientos y colaborar con los otros para mejorar nuestro bienestar personal y el de aquellos que nos rodean.

El enfoque del conjunto de la escuela

La educación social y emocional debe situarse en un nivel similar a la enseñanza de las competencias habitualmente incorporadas en los centros docentes. No solo por su enorme importancia para el bienestar de los alumnos, sino por sus efectos beneficiosos para el conjunto de aprendizajes que se plantean en la escuela.

Por ello, es preciso movilizar al conjunto de la escuela para avanzar en estos objetivos. No es, por tanto, tarea exclusiva de los tutores, fundamentales por otra parte, o de docentes sensibles y competentes, sino que es necesario que cada uno de los sectores que constituyen la comunidad educativa sea consciente de la importancia de su participación activa.

Equipo directivo

El equipo directivo ha de estar convencido de que uno de sus ejes prioritarios de actuación es conseguir que toda la escuela se comprometa con el desarrollo del bienestar social y emocional de sus alumnos.

Los buenos líderes escolares deberían incorporar el objetivo del bienestar escolar entre las prioridades de la comunidad educativa y reflexionar de forma habitual sobre los retos existentes. [Ver artículo sobre líderes competentes en educación.](#)

Docentes

Han de preocuparse por el desarrollo socioemocional de sus alumnos y actuar en consecuencia en su enseñanza. Ello supone sensibilidad ante estos temas, pero también una suficiente competencia para favorecer la educación emocional de todos los alumnos.

Las autoridades educativas y los equipos directivos han de preocuparse por facilitar el [bienestar socioemocional de los profesores y profesoras](#). Ello es una condición indispensable para crear un clima de confianza y serenidad en el centro y en las aulas que favorezca las competencias emocionales de los alumnos.

Familias

Deben estar informadas de los objetivos y de las estrategias que el centro se plantea para el desarrollo socioemocional, manifestar sus opiniones y colaborar con las decisiones que finalmente se adopten. La cooperación entre la familia y el centro docente en este ámbito es un valor imprescindible.

Alumnos

Tienen que sentirse partícipes de estos objetivos compartidos por toda la comunidad educativa. **Las actividades favorecedoras del desarrollo socioemocional adecuadas a su edad y los mecanismos de participación que el centro establezca son iniciativas necesarias para que los alumnos sean**

protagonistas en la búsqueda de su bienestar y del de sus compañeros. La hora semanal para la reflexión sobre estos temas contribuiría poderosamente a estos objetivos.

El aula: la necesidad de un tiempo semanal

Posiblemente el lector o lectora se eche las manos a la cabeza cuando lea que se propone un tiempo semanal para la educación social y emocional. ¿Otra asignatura? No, por favor. Mi propuesta es más prudente: **dedicar la hora de la tutoría, lo que supone que no sería una materia en sentido clásico, pues no tendría ni unos contenidos obligatorios ni una evaluación final, lo que permite una gran flexibilidad.** Sin embargo, sí contaría con unos ejes curriculares orientativos, materiales y modelos disponibles, orientación a los docentes, formación y encuentros para intercambiar experiencias.

Currículo

Un currículo básico es necesario para orientar el trabajo de los docentes en función de la edad de los alumnos. Las cinco competencias que se han apuntado anteriormente podrían servir de referencia para el diseño curricular de esta materia.

Metodología

Es una dimensión del currículo muy importante. No se trata de dar información, aunque en ocasiones sea necesaria, sino partir de las experiencias y preocupaciones de los alumnos y favorecer su expresión, el trabajo en equipo, el diálogo y la

reflexión. Por tanto, un enfoque activo y participativo es imprescindible.

Formación del profesorado

Una educación socioemocional bien planteada necesita que los docentes estén preparados, que haya materiales variados disponibles y que exista una preocupación de las autoridades educativas y de los equipos directivos para que esta materia sea bien enseñada. Ello supone que los profesores mejor preparados en este ámbito sean los tutores.

Evaluación

La materia de educación socioemocional tendría una evaluación continua y formativa, pero no se traduciría en calificaciones de los alumnos como en el resto de las asignaturas.

Se podría pensar que de esta forma se devalúan estas enseñanzas. No nos parece que esto vaya a suceder si el centro le otorga la importancia que merece. Además, incorporar una calificación individual a los alumnos sería un obstáculo para la comunicación espontánea, la expresión emocional y la reflexión compartida de los alumnos sobre estos temas.

Un mensaje final. La educación social y emocional debería ser razonable, es decir, no podría estar separada del fortalecimiento de la razón. Lo ha expresado mucho mejor Ignacio Morgado en un [artículo en El País](#) hace unos años:

La razón sin emociones sería como un general sin ejército. La emoción sin razón sería como un coche sin frenos. Van de la mano, se necesitan, son inseparables.