

Desarrollando la inteligencia emocional para la enseñanza

Developing Emotional Intelligence for teaching

Mayté Cadena González

Universidad Autónoma de Campeche

maytecadena@hotmail.com

María Alejandra Sarmiento Bojórquez

Universidad Autónoma de Campeche

alejandrasar@hotmail.com

Nadia Kassandra May Acosta

Universidad Autónoma de Campeche

nmayxx@hotmail.com

Resumen

Hoy en día los medios de comunicación han ido innovando la forma en que el alumno aprende, las tecnologías de la información han abierto un abanico muy grande de posibilidades para buscar información al instante, desde cualquier lugar y en cualquier dispositivo electrónico. Los docentes a su vez exigimos el aprendizaje de la información, sin embargo realmente ¿estamos contribuyendo a su formación integral?; necesitamos aplicar estrategias que contribuya a desarrollar sus habilidades académicas, pero también que propicien en él la aptitud tanto personal como social, para que alcance éxito en la vida.

Esta investigación proyectiva propone estrategias que el docente debe utilizar para desarrollar la Inteligencia Emocional en alumnos e impacte en el proceso del aprendizaje, logrando convertir la cantidad de información que se le da en un conocimiento significativo.

La inteligencia emocional implica, entre otras habilidades, ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones; para desarrollar la inteligencia emocional el alumno debe: expresar sus emociones, decir lo que piense, aplicar el esquema de valores, reconocer aciertos y desaciertos, leer libros de superación

personal, adoptar una actitud de... yo puedo, trabajar en equipo para fomentar cooperación. Queremos que el alumno no solamente tenga éxito académicamente, si no también éxito en su vida.

Abstract

Today the media have been innovating the way that students learn, the information technologies have opened up a huge range of possibilities to find information instantly, anywhere and on any electronic device. Teachers in turn demand the learning of information, but there is a question: Are we really contributing to their comprehensive training?; we need to implement strategies to help develop their academic skills, but also conduce them both personal and social fitness, to achieve success in life.

This projective research proposes strategies that teachers should use to develop emotional intelligence in students and impact their learning process, managing to convert the amount of information given to them in a meaningful knowledge.

Emotional intelligence involves, among other skills, being able to motivate and persist in the face disappointments; to develop emotional intelligence the student must: express their emotions, say what they think, apply the scheme of values, recognize success and blunder, read self-improvement books, adopt an attitude of ..."I can", work together to promote cooperation. We want students not only succeed academically, but also we want them to success in life.

Palabras clave / key words: Inteligencia emocional, información, aprendizaje, enseñanza / Emotional intelligence, information, learning, teaching.

Introducción

Nos ha tocado vivir en una era tecnológica donde la información fluye a gran velocidad. La cantidad de información que se maneja es impresionante, por lo cual en ocasiones hasta nos confunde, si esta situación nos pasa a nosotros como docentes, ¿qué podemos esperar de nuestros alumnos?; el reto actual que enfrenta el docente es hacer que de manera racional el alumno comprenda las nuevas formas de apropiarse de los conocimientos. La sociedad exige no solamente que las personas estén

altamente preparadas para una actividad productiva, sino que también se integren a la sociedad. Esto implica un ser inteligente emocionalmente.

Los docentes tienen la responsabilidad de emplear el método adecuado para hacer que el alumno se apropie de la gran cantidad de conocimientos que se imparten en el aula y así cumplir con el proceso enseñanza-aprendizaje, pero también buscan propiciar en él una actitud positiva y encontrar la aptitud necesaria para lograr que tengan éxito en la vida.

En los últimos años se ha utilizado lo que se conoce como Inteligencia Emocional (IE) para aplicarlo en el desarrollo de las aptitudes emocionales en los estudiantes y así lograr elevar el rendimiento escolar.

Este trabajo es una propuesta de las estrategias que el docente debe utilizar para el desarrollo de la Inteligencia Emocional en los alumnos y esta llegue al proceso del aprendizaje.

Comenzaremos por definir el objetivo de la investigación y luego por entender ¿qué es la información, el aprendizaje y la inteligencia emocional?, para luego proponer estrategias para el desarrollo de la Inteligencia Emocional.

OBJETIVO

Esta investigación proyectiva propone estrategias que el docente debe utilizar para desarrollar la Inteligencia Emocional en alumnos e impacte en el proceso del aprendizaje, logrando convertir la cantidad de información que se le da en un conocimiento significativo.

INFORMACIÓN

La Real Academia Española define la información como la adquisición de conocimientos que permiten ampliar o precisar lo que se poseen sobre una materia determinada (RAE, 2015). A lo largo de nuestra vida recibimos una gran cantidad de información que nos será útil para nuestro crecimiento personal.

Académicamente la información que recibimos en las escuelas es una serie de datos que el alumno tiene que aprender en cada asignatura en el transcurso de su vida escolar, este aprendizaje tiene que ser evaluado para corroborar si realmente se ha aprendido.

Para aprender el alumno tiene que lograr convertir la cantidad de datos que se le da, en un conocimiento significativo. Sabemos que “Los datos más su significado es lo que se concibe como información” (GONZÁLEZ ROMERO, 1999), sin embargo cuando a un alumno le damos estos datos y su significado, no estamos seguros de que él aprenda y que cuando lo examinamos no estemos provocando en él una desmotivación personal. ¿De qué nos sirve atiborrar al alumno de información que a veces no logra comprender? ¿Nos importa el alumno como ser humano? o ¿Solo es un instrumento más en nuestro salón de clase para el desarrollo de nuestra actividad profesional?

No basta con que el alumno tenga información sino tiene que saber discernir entre lo bueno y lo malo, lo que le interesa y lo que no, lo que le gusta y lo que no le agrada, también es importante su parte emocional.

“No podemos seguir construyendo gente con mentes de altos alcances intelectuales, pero analfabetas emocionales” (LADRÓN DE GUEVARA, 2014)

Hoy en día con las nuevas tecnologías de la información y comunicación los estudiantes tienen un abanico de posibilidades para obtener información a cualquier hora del día y en cualquier lugar. Pero también el maestro se enfrenta al reto de poder guiar al alumno hacia la obtención de información confiable, sin saturación y sin que presione demasiado, para poder fomentar un desarrollo en el alumno tanto académicamente, como emocionalmente.

APRENDIZAJE

Centrándonos en el área de educación hemos mencionado que alumno tiene que aprender; según en el informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la educación en el siglo XXI, se mencionan los cuatro pilares de la educación: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser (UNESCO, 2015). Si la Educación consiste en aprender, entonces ¿qué es el aprendizaje?; la mayoría de los autores coinciden en señalar que es un proceso donde se adquieren ciertos tipos de conocimientos. Una definición más específica es:

“... proceso mediante el cual una persona adquiere destrezas o habilidades prácticas (motoras o intelectuales), incorpora contenidos informativos o adopta nuevas estrategias de conocimiento y/o acción” (GARZA & LEVENTHAL, 2004)

El hecho de adquirir significa que las personas ya tienen ciertas destrezas o habilidades naturales, innatas, así como también presentan cierto tipo de conocimiento; pero estos no son suficientes para poder subsistir en una sociedad que continuamente está evolucionando, por lo que es necesario el seguir aprendiendo; este proceso puede ser mediante la propia experiencia o a través de la educación formal, que es la que se desarrolla en las escuelas.

El aprendizaje depende de tener una buena actitud, para desarrollar una aptitud. Hay que saber diferenciar entre ambas, la actitud se define como la disposición de ánimo manifestada de algún modo y la aptitud es la capacidad para operar competentemente en una determinada actividad (RAE, 2015). La aptitud se puede adquirir a través del estudio y la constancia se puede ser apto para determinada actividad; la actitud es una conducta que puede ser modificada por las personas, podemos decir que es la manera de cómo enfrentar diferentes situaciones.

En el ámbito escolar y de manera general para poder aprender es necesario que las personas quieran y estén dispuestas a ello; influyen sus estados de ánimo, sus emociones y sus intereses particulares. Si el alumno está motivado en el estudio, le será más fácil comprender y retener el conocimiento; sino tiene interés en el estudio le será difícil poder aprender. Por lo tanto se requiere que esté preparado emocionalmente.

“... hay personas que son pensadores naturales,... por sí mismos se enseñan a manejar las estructuras lógicas con gran afectividad, existen otras que... requieren de algún tipo de monitoreo para que puedan desarrollar habilidades que los preparen a aprender a aprender,...”. (GARZA & LEVENTHAL, 2004)

Es aquí donde el docente juega un papel muy importante entre la información y la enseñanza-aprendizaje. Su rol es guiar al alumno para que desarrolle sus habilidades tanto cognitivas como afectivas; conociendo sus emociones, su manera de sentir y pensar, así como la manera de socializar, pueden entenderse mejor y apropiarse de los conocimientos eficazmente.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

A partir de los años 90's se ha venido utilizando el termino inteligencia emocional como sinónimo de éxito en la vida. Los grandes estudiosos del tema indican que las emociones juegan un papel importante en el desarrollo de todo ser humano. Para Howard Gardner la IE es la forma de conectar las emociones con uno mismo; desde el punto de vista de Daniel Goleman, la inteligencia emocional implica la capacidad de una persona para desarrollar "habilidades tales como ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones; controlar el impulso y demorar la gratificación, regular el humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar; mostrar empatía y abrigar esperanzas" (GOLEMAN, 2007). Es la forma en que la persona interactúa con otras, donde entran en juego sus sentimientos sus actitudes, habilidades, destrezas... que lo ayudan a establecer una relación con el mundo.

En este mismo sentido y aplicando este concepto, dentro de las instituciones educativas, el alumno podrá dirigir, encauzar y aplicar sus conocimientos permitiendo que las emociones trabajen a favor de su personalidad, de esta forma se pueden guiar las actitudes de su vida hacia pensamientos y hábitos constructivos, lograr el éxito en todos los aspectos. A causa de las emociones, los pensamientos y las acciones se entrelazan y permiten un desarrollo positivo.

Gran parte del aprendizaje formal se obtiene a partir de las exposiciones en las aulas; es decir el maestro da la información necesaria de un tema en particular y cada alumno capta lo más importante para él; lo que llama su atención, lo que le agrada, por lo que siente curiosidad. Esto hace que los alumnos procesen diversa información y quizá el maestro se esmera en dar toda esta cantidad de datos pero la otra parte es la aptitud que desarrollará el alumno para apropiarse del conocimiento y luego para proyectarlo socialmente hablando.

La gran cantidad de datos que se les da para que el alumno adquiera cierta aptitud, la manera como lo aprende y la actitud con la que recibe la información nos llevan a replantear la forma en que enseñamos. Sabemos que no todos nuestros "mejores" alumnos llegarán a tener éxito de manera profesional ni en su vida personal, pero debemos hacer lo necesario para que sea la mayor parte de ellos los que si alcance su meta propuesta.

DESARROLLANDO LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Es importante como docentes brindarles la información necesaria para que el alumno aprenda, pero también hay que motivarlos, ayudándolos a desarrollar sus aptitudes personales. ¿Cómo podemos ayudarlos?

Primero tenemos que conocer que la inteligencia emocional, la podemos trabajar en dos partes:

La aptitud personal (conocimiento y manejo de uno mismo).

- Autoconocimiento. Conocimiento de los propios estados internos, preferencias, recursos e intuiciones.
- Autorregulación. Manejo de los propios estados internos, impulsos y recursos.
- Motivación. Tendencias emocionales que guían o faciliten la obtención de metas.

La aptitud social (conocimiento e influencia positiva en los demás)

- Empatía. Captación de sentimientos, necesidades e intereses ajenos.
- Habilidades sociales. Poder convivir con los demás de manera armónica e inducir en los demás la respuesta deseable.

¿Cómo podemos aplicarlo en el aula? Si podemos. No es necesario crear un curso a parte, ni alargar nuestro programa de estudio dándoles más información. Podemos incluirlo en cualquier área de conocimiento.

Para poder lograr que el alumno tenga una aptitud personal y social debemos hacer que:

- exprese sus emociones
- diga lo que piense
- aplique el esquema de valores
- reconozca sus aciertos y desaciertos
- lea de libros de superación personal
- adopte una actitud de ... yo puedo
- trabaje en equipo para fomentar el trabajo cooperativo

- tenga actitud mental positiva

Como maestros tenemos que:

- crearles conciencia de que nadie es perfecto
- fijarle metas a corto plazo en cuanto al ámbito académico
- realzar las acciones positivas que realicen
- ser flexibles con ellos
- inducir la creatividad
- fomentar la actitud mental positiva
- hacer que descubran sus limitaciones
- aplicar el uso de valores como: responsabilidad, honestidad, respeto, justicia ...
- establecer una buena comunicación alumno-maestro

Debemos tratar de que el alumno:

- se conozca interior y exteriormente
- sea asertivo
- satisfaga sus necesidades básicas y necesidades secundarias
- desarrolle sus potencialidades humanas
- trabaje proyectos para ser emprendedor
- se proponga retos
- desarrolle su proyecto de vida
- respete las opiniones de cada uno
- acepte a los demás tal como son
- aprenda a escuchar mientras expone
- tenga sensibilidad hacia lo que otros dicen
- ayude a sus compañeros
- dar y aceptar críticas constructivas

De esta manera le creamos una conciencia emocional y podemos felicitarlo u observar sus desaciertos. Debemos elegir las palabras y expresiones para poder incidir en su autoestima. Él se sentirá más seguro y quizá para el próximo tema podrá emitir sin miedo sus opiniones. El tema a tratar (información) podrá procesarla de manera más conciente apropiándose del conocimiento (aprende) y en algún momento de su vida podrá recrearlo.

Cuando se trabaja en el salón de clases el alumno recibe información por diversos medios, cada uno capta la información de diferente manera según su interés, es por eso que el maestro debe planear cuidadosamente las sesiones de clase para que favorezcan la percepción, atención, la motivación, el procesamiento de la información, la memoria y el aprendizaje.

“La educación no consiste en rellenar la mente de los demás con ideas ajenas, sino en estimularla para que produzca sus propias ideas, ayudándolos a creer que pueden y podrán” (LADRÓN DE GUEVARA, 2014)

De nada nos sirve darles día a día información, si él no se siente seguro, sino logra expresar o emitir una opinión en el salón de clases. Nos interesa que el alumno procese la información pero que también colabore y pueda ser capaz de emitir un juicio acerca del tema, que pueda convivir en armonía con sus compañeros, que pueda admitir una equivocación y rectificar su error, apoyar a sus compañeros de manera personal como académicamente.

CONCLUSIÓN

Hoy en día nos sorprendemos de mirar que la tecnología avanza rápidamente y nosotros estamos inmersos en ella, tenemos información prácticamente a la mano, no hay excusas para no investigar o estudiar; sin embargo también nos sorprende como es que jóvenes puedan perder el tiempo con el uso de esta tecnología, llenándose de información que no le dan uso o peor aun, utilizándola para cometer ilícitos, siendo alguno de ellos jóvenes destacados académicamente.

Es necesario como docentes preparar a nuestros alumnos, a que aprendan a percibir y descubrir su lado humano, no solo limitarnos a darles la información y evaluando contenidos temáticos a través de exámenes, haciéndoles memorizar la información dada, para después olvidarla cuando pasen al próximo

curso escolar; lo que realmente queremos o nos debería importar, es el hecho que los jóvenes puedan estar motivados, que amen y disfruten la vida, que cada día de clases sea para ellos un nuevo reto, en el cual estén involucrados los conocimientos (información) que les da el maestro, el trabajo en equipo, el respeto hacia los demás, el poder proyectar de alguna manera lo aprendido a su vida personal, familiar o escolar.

Tenemos que mantenerlos motivados para que puedan captar fácilmente la información que les damos, que se apropien del conocimiento de una manera saludable, sin tanta presión, que no sientan que es una obligación, sino al contrario que lo sientan como un nuevo descubrimiento que les permitirá abrir nuevas puertas.

El desarrollo de la aptitud personal y social nos permitirá trabajar armoniosamente en el salón de clases, e incidir en un aprendizaje significativo.

Lo importante es que nuestros alumnos descubran el modo más fácil de desempeñarse para encauzar su vida y sus aspiraciones, el equilibrio de las emociones conduce a la armonía, satisfacción y al éxito.

Bibliografía

GARZA, R. M., & LEVENTHAL, S. (2004). *Aprender cómo aprender* (Tercera ed.). México: Trillas.

GOLEMAN, D. (2007). *La inteligencia emocional*. México: Javier Vergara Editor.

GONZÁLEZ ROMERO, V. M. (1999). *Medios y modos de aprendizaje en el siglo XXI*. México: Universidad de Guadalajara.

LADRÓN DE GUEVARA, L. (2014). *Reingeniería del éxito educativo*. México: Frovel Editorial.

RAE. (14 de Agosto de 2015). *Diccionario de la Real Academia Española*. Obtenido de <http://dle.rae.es/?id=LXrOqrN>

UNESCO. (18 de septiembre de 2015). *unesco.org*. Obtenido de http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS_S.PDF