

- Podem educar emocionalment als nens?
- La genètica i les influències emocionals negatives de la primera infància, predestinen el caràcter del nen?
- Com pot ajudar un mestre a desenvolupar la intel·ligència emocional dels seus alumnes?

Carta a un maestro

En los años veinte del siglo pasado había un maestro en Argel. Era uno de esos maestros de la escuela republicana francesa que entendían la docencia como la misión de acompañar a los alumnos en su tránsito hacia la plena ciudadanía. Tenía más de treinta en su clase. Entre ellos un niño huérfano de padre, que vivía con su madre analfabeta, un hermano un poco mayor y una abuela cascarrabias empeñada en que los niños comenzaran a trabajar cuanto antes. ¿Acaso podían aprender algo útil huroneando entre los libros? Por si acaso, en casa no había ni uno. Aquel niño era tan pobre que vivía su pasión por el fútbol desde la ingrata posición de portero, el puesto en el que menos se desgastan los zapatos. Su madre lo había educado para que, sin perder la conciencia de su si-

(Article d'opinió a LA VANGUARDIA, del dimecres 3, març de 2010, (pàgina 19))

tuación económica, no se rindiera al fatalismo de la miseria. Era, aparentemente, otro niño travieso al que le gustaba liberar a los animales de la perrera y tenía los puños preparados por si tenía que enfrentarse a un matón de patio. Su lengua no era el francés, sino el *pataouète*, el dialecto hablado en Argelia. Pero su maestro era un maestro. ¿Y qué es un maestro sino el celoso amante de lo mejor que podemos llegar a ser? Lo ayudó a dejar de ser extranjero en su propia lengua, le logró una beca y lo guió por la fascinación de la palabra. En clase, al acabar las lecciones, escuchaba con la imaginación encendida el capítulo de la novela que su maestro leía con voz bien timbrada como gesto de despedida.

El día que se presentó al examen para el acceso a la secundaria, se limpió los zapatos de portero hasta dejarlos relucien-

tes. En la puerta del liceo lo esperaba su maestro, con un croissant en la mano, por si no había desayunado lo suficiente. Este maestro cabal se llamaba Louis Germain.

Treinta años después, a finales de noviembre de 1957, Germain recibió una carta fechada en París. Era de su alumno, que había obtenido el Nobel de literatura. La leyó emocionado: "Sin usted, sin la mano afectuosa que tendió al niño pobre que era yo, sin su enseñanza y su ejemplo, no hubiera sucedido nada de todo esto". Firmaba, Albert Camus.

Luego Camus hizo una descripción deliciosa de su maestro en *El primer hombre*, la novela inconclusa que llevaba en el coche en el que murió, recordando que fue él quien le hizo sentirse digno de descubrir el mundo. No conozco un elogio más digno para un maestro.●



APÉNDICE D

EL CONSORCIO W.T. GRANT: LOS COMPONENTES ACTIVOS DE LOS PROGRAMAS DE PREVENCIÓN

Los componentes fundamentales de los programas realmente eficaces son los siguientes:

HABILIDADES EMOCIONALES

- Identificar y etiquetar sentimientos.
- Expresar los sentimientos.
- Evaluar la intensidad de los sentimientos.
- Controlar los sentimientos.
- Demorar la gratificación.
- Controlar los impulsos.
- Reducir el estrés.
- Conocer la diferencia entre los sentimientos y las acciones.

HABILIDADES COGNITIVAS

- Hablar con uno mismo: mantener un «diálogo interno» como forma de afrontar un tema, u oponerse o reforzar la propia conducta.
- Saber leer e interpretar indicadores sociales: reconocer, por

ejemplo, las influencias sociales sobre la conducta y verse a uno mismo bajo la perspectiva más amplia de la comunidad.

- Dividir en pasos el proceso de toma de decisiones y de resolución de problemas: por ejemplo, dominar los impulsos, establecer objetivos, determinar acciones alternativas, anticipar consecuencias, etcétera.
- Comprender el punto de vista de los demás.
- Comprender las normas de conducta (lo que es y lo que no es una conducta aceptable).
- Mantener una actitud positiva ante la vida.
- Conciencia de uno mismo: por ejemplo, desarrollar esperanzas realistas sobre uno mismo.

HABILIDADES DE CONDUCTA

- No verbales: comunicarse a través del contacto visual, la expresión facial, el tono de voz, los gestos, etcétera.
- Verbales: enviar mensajes claros, responder eficazmente a la crítica, resistir las influencias negativas, escuchar a los demás, participar en grupos de compañeros positivos.

Fuente: W.T. Grant Consortium of the School-Based Promotion of Social Competence, «Drug and Alcohol Prevention Curricula», en J. David Hawkins *et al.*, *Communities That Care* (San Francisco: Jossey-Bass, 1992).

COMPONENTS
ACTIUS DELS
PROGRAMES DE
PREVENCIÓ
(Intel·ligència
emocional
Daniel Goleman
Apèndix D, pàg. 448)



INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

AUTOCONCIÈNCIA EMOCIONAL

- Mejor reconocimiento y designación de las emociones.
- Mayor comprensión de las causas de los sentimientos.
- Reconocimiento de las diferencias existentes entre los sentimientos y las acciones.

CONTROL DE LAS EMOCIONES

- Mayor tolerancia a la frustración y mejor manejo de la ira.
- Menos agresiones verbales, menos peleas y menos interrupciones en clase.
- Mayor capacidad de expresar el enfado de una manera adecuada, sin necesidad de llegar a las manos.
- Menos índice de suspensiones y expulsiones.
- Conducta menos agresiva y menos autodestructiva.
- Sentimientos más positivos con respecto a uno mismo, la escuela y la familia.
- Mejor control del estrés.
- Menor sensación de aislamiento y de ansiedad social.

APROVECHAMIENTO PRODUCTIVO DE LAS EMOCIONES

- Mayor responsabilidad.
- Capacidad de concentración y de prestar atención a la tarea que se lleve a cabo.
- Menor impulsividad y mayor autocontrol.
- Mejora de las puntuaciones obtenidas en los tests de rendimiento.

EMPATÍA: LA COMPREENSIÓN DE LAS EMOCIONES

- Capacidad de asumir el punto de vista de otra persona.
- Mayor empatía y sensibilidad hacia los sentimientos de los demás.
- Mayor capacidad de escuchar al otro.

DIRIGIR LAS RELACIONES

- Mayor capacidad de analizar y comprender las relaciones.
- Mejora en la capacidad de resolver conflictos y negociar desacuerdos.
- Mejora en la solución de los problemas de relación.
- Mayor afirmatividad y destreza en la comunicación.
- Mayor popularidad y sociabilidad. Amistad y compromiso con los compañeros.
- Mayor atractivo social.
- Más preocupación y consideración hacia los demás.
- Más sociables y armoniosos en los grupos.
- Más participativos, cooperadores y solidarios.
- Más democráticos en el trato con los demás.

RESULTATS DE
L'APRENENTATGE
SOCIAL I
EMOCIONAL
(*Intel·ligència
emocional*
Daniel Goleman
Apèndix F, pàg. 452)