

Estrategias para la educación emocional del alumnado

Miguel Ángel Pradas Val
Fotos: Clara Pellicer



Vivencias emocionales y estados de ánimo nos acompañan inevitablemente y tienen notable repercusión en la cotidianidad de la vida escolar. De hecho, en el contexto de la educación actual, se suele considerar que el itinerario académico del alumnado está asociado a su competencia para comprender, regular y expresar de forma apropiada los fenómenos emocionales que experimenta.

Ya desde la década de los 80 se inicia una renovada reflexión sobre las emociones y el papel que desempeñan a lo largo de nuestra vida, por lo que no sorprende que las últimas reformas educativas en nuestro país inviten a repensar la educación y a reconocer la presencia e intervención constantes de las emociones en la formación de las personas. Se postula así que, junto al progreso en las dimensiones cognitivas indispensables para la comprensión y el dominio de los conocimientos valiosos en cada contexto cultural, el sistema educativo debe integrar estrategias para la educación emocional del alumnado, de manera que le permitan conducir su vida y realizar su propio proyecto personal disponiendo con plenitud de todas sus capacidades, y logrando cierto bienestar personal y social.

Considerando este referente contextual, un nuevo momento del tejer y destejer entre adquisición tradicional de conocimientos y educación emocional, el libro *Educación física emocional. De la teoría a la práctica* -presentado por su autora en Andorra, su localidad de nacimiento, el 27 de diciembre de 2011- no

trata únicamente un tema de moda, sino que plantea un reto pedagógico aún sin resolver y que nos hace vacilar sobre la verdadera contribución de nuestra intervención pedagógica sobre la promoción del bienestar de las personas. El esfuerzo innovador de Irene Pellicer, autora del libro, que responde a necesidades socio-educativas no atendidas desde la educación física convencional, constituye un método de trabajo singular nacido de su propia formación disciplinar y pedagógica y de su experiencia vital. La clarificadora fundamentación teórica sobre la educación física emocional se apoya principalmente en el trabajo de Rafael Bisquerra y precede en el texto a su programa de intervención didáctica. Una aplicación práctica experimentada con alumnado de secundaria e integrado con actividades de enseñanza-aprendizaje de conciencia emocional, regulación emocional, autonomía, competencia social y habilidades para la vida y el pleno bienestar, asociadas a los diferentes bloques de contenidos que el currículo establece dentro del área de Educación física.

En esta dialéctica entre teoría y práctica destacan dos componentes relevantes: que las dimensiones emocionales de nuestra conducta son educables y que el vínculo entre la acción motriz y las emociones es estrecho. De hecho, la práctica de actividades físicas y deportivas no es neutra emocionalmente: pocas

disciplinas académicas pueden solicitar una implicación emocional de tal intensidad y dejar en nuestra memoria instantes de vida inolvidables.

Convencida de que un aspecto clave en la intervención educativa es la competencia afectiva y emocional del docente, la autora nos ofrece un último apartado con una serie de instrumentos que pueden guiar al profesorado para mejorar su propia competencia emocional.

El camino enriquecedor que podemos recorrer en nuestra práctica docente siguiendo este título, no obstante, no está exento de dificultades: no resulta fácil otorgar una dimensión adecuada a la competencia emocional en los currículos; la acción educativa eficaz en este terreno debería ser continuada, estructurada y global; los instrumentos de evaluación de las competencias emocionales del alumnado se nos presentan aún complejos, incompletos y/o insuficientes. Además, es de esperar que la literatura que va saliendo sobre este tema vaya acompañada de evidencias científicas del impacto de la educación emocional de cara a fomentar aprendizajes que promuevan una mejor convivencia y un completo bienestar personal y social.



Presentación en Andorra del libro *Educación física emocional*, de Irene Pellicer.