

Implementar la educación emocional como asignatura electiva en carreras de ciencias de la salud.

XIMENA MACAYA S.*^a, LUIS NAVARRETE C.**^b

RESUMEN

La educación emocional a través de las competencias emocionales favorece las relaciones sociales e interpersonales, facilita la resolución positiva de conflictos y, además, contribuye a mejorar el rendimiento académico; lo cual hace imprescindible insertarlas en el Curriculum de las Carreras de Educación Superior en el proceso de formación. Considerando que el modelo educativo de las universidades se adscribe a una concepción curricular orientada al desarrollo de competencias específicas y genéricas, dentro de estas últimas se menciona las habilidades interpersonales. Sin embargo, estas competencias no están relacionadas con la afectividad ni el desarrollo emocional, que pone el énfasis en capacitar al estudiante para la vida, que le ayude a tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; para que adquiera, por ejemplo, capacidad para autogenerarse emociones positivas. Por consiguiente, se ha detectado en las carreras del área de la salud una evidente necesidad de incluir las competencias emocionales, en el marco competencial universitario como metacompetencias que permitan generar estrategias de afrontamiento, dado que son profesiones que se desenvuelven en ambientes de estrecha interacción social, que aborda un área compleja de nuestra sociedad, como es la salud. Según diferentes estudios, se revela que estas carreras presentan altos índices de stress, relacionado con el Síndrome de Burnout; que generan falta de motivación, cansancio generalizado, entre otras consecuencias que afectan la salud física y mental de estos profesionales. En consecuencia, una vez detectado el problema y algunas de sus causas, se propone implementar una Asignatura Electiva en Educación Emocional para desarrollar competencias emocionales como conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar.

Palabras clave: Educación emocional, Competencias emocionales, Proceso de aprendizaje.

SUMMARY

Implement emotional education as an elective subject in health sciences programs.

Emotional education through emotional competencies promotes social and interpersonal relationships, facilitates positive conflict resolution and also helps to improve academic performance; which makes essential to insert them into the Curriculum of Higher Education Careers in the training process. Considering that the educational model of universities is ascribed to a curricular conception oriented to the development of specific and generic competences, within these latter are mentioned the interpersonal skills. However, these competences are not related to affectivity or emotional development that emphasizes training the student for life, to help him become aware of the relationship between emotion, cognition and behavior; to acquire, for example, ability to self-generate positive emotions. Therefore, in health sciences programs it has been detected an evident need to include emotional competencies in the university competence framework as a meta-competence that will generate coping strategies, as they are professions that operate in environments with close social interaction which addresses a complex area of our society, such as health. According to different studies, it is revealed that these programs have high rates of stress, related to the Burnout Syndrome, which

Recibido: el 17-08-15, Aceptado: el 04-12-15.

* Departamento Odontopediatría, Facultad de Odontología, Universidad de Concepción. Concepción, Chile.

** Dirección de Desarrollo Estudiantil, Dirección de Docencia, Universidad del Bío- Bío. Concepción, Chile.

a. Profesor de Educación Técnico Profesional, Licenciada en Educación, Magíster © en Educación Universidad de Concepción, Chile. Postítulo © en Educación Emocional y Bienestar, Universidad de Barcelona.

b. Licenciado en Educación Mención en Educación Musical, Magíster © en Educación Universidad de Concepción, Chile.

generate lack of motivation, general fatigue, among other consequences that affect the physical and mental health of these professionals. Consequently, once detected the problem and some of its causes, it is proposed to implement an Elective Course in Emotional Education to develop emotional competences as emotional awareness, emotional regulation, emotional autonomy, social competence and competences for life and wellness.

Key words: Emotional education, Emotional competences, Learning process.

INTRODUCCIÓN

El concepto de educación emocional se define como: «Proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello, se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones, con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social»¹.

Por tanto, la educación emocional en competencias emocionales es un aspecto importante de la ciudadanía efectiva y responsable; su dominio desarrolla una mejor adaptación dentro de un entorno inmediato; y favorece el afrontamiento a las circunstancias de la vida con mayores probabilidades de éxito. Entre los aspectos que se ven favorecidos por las competencias emocionales están los procesos de aprendizaje, las relaciones interpersonales, la solución de problemas, la consecución y mantenimiento de un puesto de trabajo². La competencia emocional pone el énfasis en la interacción entre persona y ambiente, y como consecuencia, confiere más importancia al aprendizaje y desarrollo evolutivo, y con ello su implicancia en procesos de aprendizaje³.

Salovey y Sluyter identifican cinco dimensiones básicas en las competencias emocionales: cooperación, asertividad, responsabilidad, empatía y autocontrol⁴. Encontrar la mejor forma de educarlas es imprescindible, por lo tanto, se hace necesario que se fomenten dentro de un contexto pedagógico, integrándolas al currículum en las carreras de ciencias de la salud. Sin embargo, actualmente esto no sucede, sólo se menciona de manera implícita en los programas, sin que realmente se consideren dentro de los contenidos curriculares. En la actualidad, es preciso reconocer que «*el afecto dentro del currículo constituye hoy una de nuestras asignaturas pendientes*»⁵, especialmente en carreras que preparan para trabajar con personas; en este caso, pacientes que requieren profesionales empáticos y que además el entorno les exige al máximo, por actuar en un área sensible de nuestra sociedad.

Por consiguiente, para mejorar las condiciones de trabajo de los futuros profesionales de la salud, es necesaria la inclusión dentro de la malla curricular de conceptos de inteligencia emocional a lo largo de toda la formación, bajo una mirada de la educación emocional,

para así generar bases de competencias emocionales al nivel personal, las cuales se podrán reproducir a nivel laboral. Incorporar las competencias emocionales en el proceso de enseñanza-aprendizaje, a través de programas, tendría efectos altamente positivos en múltiples situaciones que se realizan a diario en los servicios de salud.

CONTEXTO DE LA EDUCACIÓN UNIVERSITARIA

La educación debe preparar para la vida, o dicho de otra forma, toda educación tiene como finalidad el desarrollo humano⁶. La inclusión de competencias emocionales en la educación superior universitaria, permitiría cumplir esta finalidad. No obstante, se desarrollan las competencias genéricas como objetivos transversales. Sin embargo, éstas requieren que los estudiantes, antes, desarrollen competencias emocionales como la conciencia emocional; comprensión emocional que fomenta la empatía para trabajar, por ejemplo, el área de trabajo en equipo y liderazgo.

Por otra parte, según diversos estudios que avalan esta problemática en las instituciones de educación superior universitaria, existe la necesidad de incorporar las competencias emocionales en la formación de los estudiantes de pregrado, debido a que la falta de éstas evidencia futuros profesionales con un alto nivel intelectual, pero carentes de habilidades sociales y emocionales que les permitan un desarrollo profesional de manera integral⁷.

A partir de este planteamiento, se pueden identificar las siguientes causas y efectos que presenta la educación universitaria, que hace necesaria la educación emocional como intervención en el currículum:

Causas Internas:

- **Modelo Educativo:** Ausencia de una asignatura concreta que potencie el desarrollo de la educación emocional, dentro del modelo educativo universitario en los planes de estudio de las carreras de área de la salud. Sólo se hace mención a habilidades genéricas como objetivos de tipo transversales (por ejemplo: habilidades de aprendizaje, trabajo colaborativo, idiomas extranjeros, entre otros), cuyo propósito sería enfrentar de manera exitosa la futura vida laboral.
- **Docentes:** Los docentes no disponen de herramientas

tas pedagógicas para desarrollar contenidos de educación emocional, en la formación de los profesionales de estas carreras. Considerando que en el caso de las carreras de ciencias de la salud, como por ejemplo enfermería, en algunas situaciones muestran una carencia en habilidades que requieren de inteligencia emocional y verbalizan que no han recibido suficiente capacitación a lo largo del currículo formativo⁸.

- **Estudiantes:** Uno de los principales motivos para promover las competencias emocionales en el aula, son nuestros estudiantes. Los seres humanos somos la unión entre lo cognitivo, lo afectivo, lo social y lo cultural⁹. En este sentido, las pre-condiciones del alumno, hábitos, su entorno social fuera de la universidad, su autoconcepto y las motivaciones individuales que cada alumno tiene; tanto al ingresar a una carrera, como la que mantiene durante el desarrollo de la misma¹⁰, son motivos para desarrollar la educación emocional que repercutirá en el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios, en su calidad de vida, afectando de manera positiva en sus relaciones sociales, en su inserción en la educación superior y en el desarrollo de su futura profesión.

Causas Externas:

- **Políticas basadas en resultados cuantitativos en la educación:** «La opinión de que el éxito académico es producto de habilidades cognitivas, ha dirigido la política educativa durante décadas, y las puntuaciones de los exámenes han tendido a convertirse en el árbitro final del éxito»¹¹. Asimismo, el Sistema Educativo imperante en Chile se basa en un proceso de enseñanza-aprendizaje que se fundamenta en resultados cuantitativos. Esto trae como consecuencia, niveles de exigencia académica que en muchos casos lleva al estudiante a desertar del sistema educativo, ya que no recibe herramientas para desarrollar competencias que le ayuden a manejar situaciones de alto stress y adaptación social, esta última relacionada con el resultado de la interacción entre éste y su contexto. En el país, son escasos los estudios que han intentado modelar y estimar las causas reales por las cuales un estudiante deserta. Lo que prevalece en estos estudios es el intento de caracterizar a la población desertora, construir indicadores de eficiencia y efectividad del proceso formativo y desarrollar estadística descriptiva del fenómeno a través de las distintas cohortes. Esto se traduce en que se trata el problema de la deserción de manera implícita¹⁰.

La situación problema antes descrita, respecto a la falta de educación emocional, se evidencia en las siguientes consecuencias:

Efectos

- **Estudiantes con bajo rendimiento académico:** No se puede eludir la importancia de la cognición en el rendimiento de los estudiantes y se hace lo posible por mejorar su nivel de aprendizaje. No obstante, está demostrado empíricamente que no es suficiente el desarrollo intelectual y que las competencias emocionales influyen tanto en el rendimiento académico como en el ámbito social. La mayoría de los estudios realizados recientemente apoyan la relación existente entre Inteligencia Emocional (en adelante IE) y éxito académico, al igual que la relación entre IE y competencia social⁹. Si el desarrollo intelectual de los estudiantes es importante, así también es necesario desarrollar el sistema emocional, *pues no es la razón lo que nos lleva a la acción sino la emoción*¹². Por lo tanto, es necesario considerar las competencias emocionales y sociales como imprescindibles para enfrentar de manera adecuada las emociones negativas y destructivas que se generan en un contexto competitivo, no sólo académico, sino laboral, ya que no han sido desarrolladas en nuestra cultura debido a que siempre se ha sostenido la creencia que los aspectos emocionales y sociales de los estudiantes pertenecen a su intimidad y, por tanto, son la familia o ellos responsables de su propio desarrollo emocional¹³. Del mismo modo, son varios los estudios que han comprobado que los niveles elevados de estrés, experimentado por los estudiantes de enfermería en sus prácticas clínicas, han contribuido a su inseguridad, baja autoestima, irritabilidad, depresión, trastornos somáticos, trastornos del sueño y agotamiento físico y psicológico; aspectos que afectan a su bienestar personal y pueden influir de forma negativa en su futuro desarrollo profesional⁸.
- **Estudiantes con dificultades afectivas, poco empáticos socialmente:** Las personas emocionalmente competentes tienen la capacidad de percibir, comprender y manejar sus propias emociones (conciencia emocional); además, presentan habilidades de percepción, comprensión y manejo de las emociones de los demás (comprensión emocional)⁹. Casassus, señala que dado que todos vivimos en relaciones y actuamos en un espacio con otros, se da la posibilidad que nos equivoquemos en la comprensión de lo que otros sienten. Esto lleva a la incompreensión emocional, que genera individuos poco empáticos, que no aceptan la emoción del otro y la juzgan desde su propio prisma y no como lo que realmente es, lo que finalmente forma estudiantes individualistas y competitivos¹⁴. En consecuencia, es esperable que los estudiantes emocionalmente poco eficaces presenten mayores niveles de impulsividad y peores habilidades interpersonales y sociales, lo cual favorece el de-

sarrollo de diversos comportamientos antisociales⁹.

· **Clima emocional del aula:** Ibáñez, señala que el contexto interaccional entre profesor-alumno/alumno-alumno, constituye un modo de relación que tiene importantes consecuencias para la formación de los estudiantes, tanto en lo personal como en lo académico¹⁵. La percepción que tienen los estudiantes de sus relaciones interpersonales con los profesores sería lo que mayor impacto tiene en ellos, y no el contenido o materia de estudio. En consecuencia, la importancia de que los docentes se comprometan a desarrollar su propia inteligencia emocional, es decir, ser capaces de expresar sus sentimientos en relación con sus estudiantes, demostrarles respeto, proponer estrategias de automotivación, controlar sus estados de ánimo negativos y manejar adecuadamente sus emociones, exteriorizar su empatía y la capacidad de escucha, cultivar el sentimiento de autoestima en forma estable, tratar convenientemente los conflictos que se producen en el aula; y tener en cuenta que el tono utilizado en el trato a los estudiantes repercute en el desarrollo emocional de éstos, entre otros aspectos¹³.

· **Profesionales con dificultades para enfrentar situaciones de stress laboral:** Se han identificado distintos factores que contribuyen, de manera directa e indirecta, en el grado en que las personas perciben y responden al estrés laboral. Entre ellos, se mencionan las características y habilidades personales. Asimismo, las enfermeras(os), en su labor asistencial diaria, mantienen un contacto continuado con la enfermedad, el dolor, el sufrimiento y la muerte; momentos en los que el desarrollo de habilidades emocionales resultan esenciales, con el fin de minimizar los problemas que se derivan de éstos, tales como altos niveles de estrés, burnout, ansiedad acerca de la muerte o conductas de evitación que pueden afectar la calidad de la atención de enfermería⁸. En estos contextos, se argumenta que la IE del individuo tiene un importante papel en la percepción del estrés laboral y en sus consecuencias, así como en la manera con que se enfrentan las situaciones de estrés¹⁶.

· **Profesionales con dificultades para trabajar en equipo:** Para Bisquerra, Pérez y García, trabajar en equipo supone la colaboración de una serie de personas que pueden tener características muy diferentes respecto a sexo, edad, carácter, temperamento, inteligencia, clase social, ambiente familiar, experiencias previas, formación inicial y continua, actitudes, entre otros¹⁷. Sin embargo, para que este equipo sea efectivo en su funcionamiento, se necesita un buen clima emocional que predisponga a la cooperación, comunicación, confianza, respeto, discreción, sentido

del humor, entre otros. Por ende, estas carreras debieran desarrollar herramientas para trabajar en equipo desde el ámbito emocional, porque es en esta área donde deben utilizar la conciencia emocional y comprensión emocional, para tener buenas experiencias de colaboración en sus futuras profesiones.

PROFESIONALES DE LA SALUD

Considerando que estas profesiones tienen un elevado índice de Síndrome de Burnout, en el caso de enfermería existen numerosos estudios que enfatizan la importancia de la implementación de habilidades de inteligencia emocional, en muchas situaciones profesionales a las que se enfrentan en su práctica diaria⁸. Por otro lado, los estudiantes de Medicina, en su formación de pregrado están expuestos a condiciones similares de estrés laboral a las que se ven enfrentados profesionales médicos. Se ha documentado la prevalencia de un 50% en estudiantes de Medicina con el síndrome de desgaste profesional, conocido como Burnout, siendo necesaria la prevención y aplicación de políticas en la formación de los profesionales médicos, que disminuyan las consecuencias de padecer este síndrome en la formación de pregrado y sus efectos, tanto en la vida personal como para las organizaciones¹⁸. De ahí que es necesario integrar el desarrollo de habilidades emocionales y el autoconocimiento del profesional en formación, todo desde un enfoque sistémico, que logre conjuntar una instrucción académica desde el saber, el hacer y el sentir. Propiciar el desarrollo de la capacidad del médico interno de pregrado para identificar, comprender y regular sus estados emocionales, es indispensable, porque dichas habilidades le permitirán vislumbrar desde una perspectiva más integral su labor asistencial, preparándolo así para un mejor afrontamiento de las complejidades del quehacer médico¹⁹.

CONSIDERACIONES FINALES

Marco et. al., señalan que la persona alfabetizada emocionalmente es aquella que ha desarrollado la inteligencia emocional y las competencias afectivas y que tiene muy en cuenta los sentimientos y emociones propias y ajenas²⁰. La toma de conciencia de las reacciones afectivas (observar, identificar y nombrar) constituye la habilidad emocional fundamental, el cimiento sobre el que se edifican otras habilidades de este tipo, como el autocontrol emocional.

Por otro lado, las competencias emocionales en la educación emocional hacen referencia a la capacidad transformadora de ésta, que resulta de la aparición o el desarrollo de un conjunto de cualidades en las cuales la persona incorpora la conciencia emocional y compren-

sión emocional. El desarrollo de la comprensión emocional o la inteligencia interpersonal es lo que permite trabajar eficazmente con otras personas. Así, la conciencia emocional me permite conocerme, comprenderme y actuar conscientemente. La comprensión emocional me permite conocer, comprender, vincularme y actuar positivamente con otros. Su implementación y desarrollo a través de un programa curricular, pueden conseguir herramientas importantes en los futuros profesionales¹⁴, especialmente en profesionales de carreras que deben valerse con el dolor del ser humano.

Finalmente, hablar de competencias emocionales en la formación académica como parte del curriculum supone un cambio paradigmático, tanto en los docentes como en el estudiantado, respecto de su función y utilidad tanto en el ámbito profesional como personal, sobre todo cuando son estas competencias las que añaden

valor a los profesionales y a las organizaciones que se integrarán. Un alcance aspiracional no menor, y que trasciende a los objetivos de esta revisión, tiene relación con la formación del profesional en la dimensión del «saber ser» (UNESCO, 1994); enfatizando en el «aprender a vivir juntos, aprender a vivir con los demás», como uno de los pilares fundamentales de la educación y su injerencia en la construcción de una sociedad más igualitaria y fraterna.

Por lo tanto, esta revisión bibliográfica es un aporte inicial que fundamenta la importancia de crear programas de formación de habilidades emocionales en el currículo universitario, potenciando así el desarrollo de competencias conductuales de afrontamiento ante situaciones de alta presión emocional, característica de relevancia en el trabajo en contextos clínicos.

BIBLIOGRAFÍA

1. Bisquerra R. Educación Emocional y Bienestar, capítulo 12. Educación Emocional, Editorial Wolter Kluwer, España, 6ª edición, Barcelona 2011: 241-270.
2. Bisquerra R, Pérez N. Las competencias emocionales. Rev. Fac. Educ. UNED Educ. XXI 2007; 10: 61-82.
3. Blanes C, Gisbert V, Díaz P. La importancia de las competencias emocionales en la gestión de unidades organizativas. Rev. 3C Empresa 2014; 3(1): 42-60.
4. Salovey P, Sluyter D. Emotional development and Emotional Intelligence: educational implications. Nueva York: Basic Books 1997: 2-34.
5. Bueno C, Teruel M, Valero A. La Inteligencia Emocional en alumnos de Magisterio: La percepción y comprensión de los sentimientos y las emociones. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado RIFOP 2005; 19(3): 169-194.
6. Bisquerra R. La educación emocional en la formación del profesorado. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado RIFOP 2005; 19(3): 95-114.
7. Souto M. Desarrollo de competencias emocionales en la educación superior. Tesis Doctoral. Departamento de Gestión de Empresas, Universitat Rovira i Virgili, Tarragona, Cataluña, España. 2013: 1-279.
8. Aradilla A. Inteligencia Emocional y variables relacionadas en Enfermería. Tesis Doctoral. Facultad de Psicología, Departamento de Metodología de las Ciencias del Comportamiento, Universitat de Barcelona 2013: 1-181. Disponible en: http://www.tdx.cesca.cat/bitstream/handle/10803/119774/ARA_DILLA_TESIS.pdf?sequence=1. [Consultado el 31 de julio de 2015].
9. Suberviola-Ovejas I. Competencia emocional y rendimiento académico en el alumnado universitario. Revista de Comunicación Vivat Academia 2012; 14(117E): 1-17.
10. Guerra L, Rivera K, Vega N. La relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico de un estudiante de la Educación Superior. Departamento de Informática, Universidad Técnica Federico Santa María 2010. Disponible en: http://www.inf.utfsm.cl/~guerra/publicaciones/Relacion_inteligencia_emocional_y_redimiento_academico.pdf. [Consultado el 3 de Agosto de 2015].
11. Clouder C, Mikulic I, Leibovici-Mühlberger M, Yariv E, et al. Educación Emocional y Social. Análisis Internacional. Informe Fundación Botín 2013: 1-258.
12. Maturana H. Emociones y lenguaje en educación y política, capítulo 1: una mirada a la educación actual desde la perspectiva de la biología del conocimiento. Ed. Dolmen Ensayo Décima Edición, Santiago de Chile 2001.
13. Calle M, Remolina N, Velásquez B. Incidencia de la inteligencia emocional en el proceso de aprendizaje. NOVA Publicación Científica en Ciencias Biomédicas 2011; 9(15): 94-109. Disponible en: <http://unicolmayor.edu.co/publicaciones/index.php/nova/article/view/176>. [Consultado el 6 de Agosto de 2015].
14. Casassus J. La Educación del ser emocional. Capítulo 4: Comprensión Emocional. Editorial Cuarto Propio. Santiago 2007: 131-142.
15. Ibáñez N. Las emociones en el aula. Estudios Pedagógicos 2002; 28: 31-45.
16. Gabel-Shemueli R, Peralta V, Paiva R, Aguirre G. Estrés laboral: relaciones con inteligencia emocional, factores demográficos y ocupacionales. Revista Venezolana de Gerencia 2012; 17 (58): 271-290.
17. Bisquerra R, Pérez J, García E. Inteligencia Emocional en Educación. Capítulo 4: Inteligencia emocional y educación. Editorial Síntesis, Madrid, 2015: 191-258.
18. Ramírez A, Medeiro M, Muñoz C, Ramírez G. Alcances del Síndrome de Burnout en estudiantes de medicina. Revista ANACEM 2012; 6(2): 110-112.
19. Ortiz R, Beltrán B. Inteligencia emocional percibida y desgaste laboral en médicos internos de pregrado. Educ Med 2011; 14(1): 49-55.
20. Marco B, Aguilar T. Educación para la Ciudadanía. Un enfoque basado en el desarrollo de competencias transversales. Capítulo 3: Desarrollo de Competencias en la educación para la ciudadanía. Narcea Ediciones, Madrid, 2003: 32-48.

Correspondencia:

Ximena Macaya S.
 Depto. Odontopediatría
 Facultad de Odontología
 Universidad de Concepción
 Avenida Roosevelt 1550
 Concepción, Chile.
 e-mail: ximencecimacay@udec.cl