

Ciudadanía global: educar las habilidades emocionales

Creo que la habilidad, la capacidad de ser inteligente utilizando nuestras emociones, entender lo que sentimos y por qué es importante cómo se sienten otros y usarlo en nuestras relaciones, es totalmente necesaria para que funcione bien un matrimonio, la vida en general, el trabajo... En definitiva, es esencial para la felicidad. (...) Las habilidades que te distinguirán se hallan en el campo de la inteligencia emocional. ¿Puedes persuadir, autogestionarte, empatizar? Creo que el currículo escolar debería reflejar esto. (...) Es importante darse cuenta de que cada emoción tiene su lugar, cada emoción es un mensaje clave. El problema empieza cuando las emociones se vuelven muy fuertes o están muy fuera de lugar, son inapropiadas, o duran demasiado tiempo. (...) Tener inteligencia emocional es, principalmente, escuchar qué te dicen las emociones, y asegurarte de que puedes manejarlo. (...) No diría que los errores y frustraciones son oportunidades de aprender; diría que lo importante es cómo se manejan los errores y las frustraciones. Equivocarse si no aprendes de ello, no ayuda tanto. (...) Si eres capaz de ver la oportunidad que hay en esa situación, aunque estés muy enfadado por algo, controla tus emociones y sigue adelante. (...) La gente que cumple sus objetivos no se detiene por los obstáculos, los contratiempos y las frustraciones. Aprenden a seguir adelante. Eso es valioso para los niños.

Daniel Goleman, psicólogo y escritor estadounidense, autor del libro *Inteligencia emocional*

De la emoción a la reflexión

Enseñar a regular las emociones y actuar con criterio

Identificar, regular y saber expresar las emociones es clave en la educación de niños, niñas y jóvenes porque:

1. Las emociones favorecen la [enseñanza y el aprendizaje](#).
2. Las emociones [nos conectan con los demás](#) y con el entorno.
3. La inteligencia emocional es una [revolución trascendental](#) para la calidad de vida.

¿Cómo educar las habilidades emocionales?

La Fundación SM y SM impulsamos en nuestros proyectos educativos, sociales y de servicios una **ciudadanía global basada en el cultivo de las habilidades emocionales** de las niñas, los niños y los jóvenes en todos los ámbitos de la vida.

Estas son algunas pautas de línea editorial de referencia

- Dar a conocer las [habilidades o competencias emocionales básicas](#).
- Identificar un [vocabulario amplio](#) para expresar sentimientos y emociones.
- Hacer uso de materiales que fomentan la [inclusión en el ámbito emocional](#).
- [Aplicar estrategias](#) para el fomento de las habilidades emocionales.
- Animar al docente a practicar [hábitos diarios](#) de cuidado de las emociones.
- Destacar la importancia de la [actitud empática](#) para el bienestar de los demás.
- Conectar las habilidades emocionales con la [detección y la denuncia del acoso](#).
- Facilitar a las familias herramientas para abordar las [emociones en el hogar](#).
- Analizar [estudios científicos](#) que vinculan la gestión de emociones con el bienestar.
- Impulsar la [formación para el profesorado](#) en educación emocional.
- Dar a conocer [publicaciones de SM para docentes](#) sobre educación emocional.
- Difundir [nuestros libros de LIJ](#) relacionados con las emociones.
- Conocer iniciativas de la Fundación SM centradas en el [bienestar emocional](#).

Nadie sabe más que todos juntos

¿Tienes dudas, sugerencias, aportaciones o quieres profundizar en este tema de línea editorial? Pon en común tus inquietudes en el Grupo Línea editorial de Yammer o contacta con el [equipo de Línea editorial](#) de la Dirección Corporativa de Educación.