

## Alfabetización emocional, una propuesta para el desarrollo social

Daneika Mieses

En la actualidad se habla de que la alfabetización es importante porque ayuda a la sobrevivencia personal, se dice que es un factor de desarrollo social y de convivencia. Es lugar común decir que todo el mundo debe tener acceso a la educación porque es la base social para erradicar la pobreza, tener paz y democracia. Sin ánimos de discutir esta verdad, solo quiero plantear la interrogante sobre lo que significa estar alfabetizado hoy día. Considero que ya no se puede decir que alguien esté “alfabetizado” por el hecho de saber descifrar las letras y sílabas.

Yo considero que la alfabetización es la capacidad de los individuos para transmitir a otros su interioridad, sus emociones y pensamientos. Una persona analfabeta es aquella que no tiene la capacidad de empatizar con otros, lo cual representa una grave dificultad y fuente de profundo malestar psicológico a nivel personal y que incide en la convivencia de un colectivo.

Si echamos un vistazo a la educación actual, nos preguntamos si dentro del curriculum hay un espacio para la educación emocional, para la inteligencia emocional, en otras palabras, para la alfabetización emocional. Mi idea es que la alfabetización es hoy día una necesidad básica y fundamental, más que nunca, los alumnos de un centro escolar necesitan desarrollar sus capacidades emocionales para su bienestar psicológico y el de los demás, lo cual repercute en el desarrollo de la sociedad. Lamentablemente, queda mucho camino por descubrir sobre esta especie de analfabetismo que consiste en no tener nada que expresarle al mundo.

A una persona con este tipo de analfabetismo se le hace imposible gestionar sus emociones, afrontar situaciones difíciles de la vida, solucionar conflictos interpersonales adecuadamente, mostrarse socialmente competente ante el mundo de la escritura, y aprender a ser feliz con consigo mismo tanto como con la sociedad. Este individuo no es capaz de identificar un texto de otro y no identificarlo sino sentirlo, entenderlo, vivirlo y sobre todo crearlo. Nunca se han preguntado cómo es la vida de cientos de individuos analfabetas emocionales que desean profundamente poder leer y escribir. Es

fácil imaginarse el profundo aislamiento y la vergüenza que se derivan de esta incapacidad para comunicarse y conectarse emocionalmente con otras personas.

Este analfabetismo hace sufrir emocionalmente porque escribir es un acto de traducción individual, es decir, un acto capaz de interpretar las emociones y sacarlas a relucir descubriendo a otros nuestro mundo interior. Sin la posibilidad de este válvula o de esta vía de expresión, el individuo se halla como ante un muro, una barrera que no puede salvar. Es una serie de autismo, en el cual el individuo no puede dar a conocer lo que siente, no puede desahogarse y lo peor de todo es que a pesar de tener urgente necesidad de hacer crítica y valorar todo lo que le rodea no encuentra la vía para hacer esto posible, la escritura. Sin una educación en este sentido, no tiene posibilidad de hacerlo. En este sentido, el alfabetismo es, entre otras cosas, la “capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien nuestras emociones, en nosotros mismos”, en palabras del psicólogo norteamericano Daniel Goleman (1999). También es la base para estar desarrollado en la sociedad, ya que si los individuos no tienen forma de expresar sus ideas, dar a conocer sus emociones y entenderse realmente entre sí, el individuo se siente vacío y solo. Una sociedad se construye con personas que busquen el conocimiento y que tengan la capacidad de relucir lo que sienten y poder controlar todo su mundo interior, no de personas vacías, aisladas de lo que les rodea.

Coleman, David. 1999. La práctica de la inteligencia emocional. Barcelona: Editorial Kairos.