


<p>ASENSIO, J. M., GARCÍA, J., NÚÑEZ, L., LARROSA J. (Coords) (2006): <i>La vida emocional. Las emociones y la formación de la identidad humana.</i> Barcelona. Ariel.</p>	
---	--

Comenzaré en esta reseña retomando algunas palabras de su contraportada. “*En el libro se propone situar el punto de mira en las acciones que permiten comunicarnos y que posibilitan las acciones humanitarias: la mente narrativa*”. El libro nos conduce y guía a través de los diferentes capítulos que distintos especialistas han elaborado sobre diversos aspectos relacionados con la educación y las emociones.

Todo su contenido gira en torno a la importancia del sistema emocional y al papel que éste juega en la vida de todo ser humano.

La sencillez del lenguaje así como la organización de su contenido presentan un libro de fácil lectura apta para todo aquel público que quiera adentrarse en el mundo de las emociones y promover acciones comunicativas que posibiliten actividades humanitarias, donde tenga cabida la tolerancia, la solidaridad y la igualdad.

Por otro lado cabe hacer mención, que la originalidad y utilidad del libro se centra en el interés de sus autores por promover e incluir en un primer plano la educación de los sentimientos, puesto que a lo largo de la historia este tema se ha dispuesto en un segundo plano, donde lo único importante era el aspecto cognitivo sin darnos cuenta de que para conseguir una mejor vida y educación es necesario saber encontrar el equilibrio entre lo emocional y lo cognitivo.

Cada capítulo se plantea desde una óptica integral sobre la educación emocional, conduciendo al lector a reflexionar en torno a éste desde temáticas específicas, por lo que es posible un lectura libre e independiente. No obstante, con cada capítulo, el libro va abriendo al lector nuevas perspectivas y áreas para la reflexión personal sobre el complejo mundo de las emociones.

Los contenidos del libro se articulan en torno a cuatro temáticas de gran interés con respecto a las emociones. Desde cuestiones de índole más general tales como el cerebro y la mente emocional y el efecto que tienen los contextos socioculturales en que se producen y se transmiten las emociones hasta temáticas más específicas tales como la educación y emociones desde una perspectiva pedagógica, donde se destacan diferentes propuestas para educar las emociones.

En la primera parte: “*Emociones, desarrollo humano y relaciones educativas*”, los autores Asensio, Acarín y Romero ponen de manifiesto que la razón y los sentimientos no tienen porque separarse y para ello utilizan una gran variedad de argumentaciones que nos conlleva a pensar en los peligros que correrían nuestras vidas si la racionalidad se aleja de los sentimientos. Hay que entender y tomar conciencia de que el desarrollo emocional y el cognitivo contribuyen, ambos, al desarrollo de la personalidad la cual engloba a la empatía, la tolerancia, compasión, adoptar una actitud positiva ante la vida que nos rodea...).

En la segunda parte: “*El desequilibrio del sistema emocional y su repercusión en la teoría y práctica de la educación*”, los autores García Carrasco, Canal, Bernal y Martín, ponen de manifiesto la disfuncionalidad emocional en la investigación pedagógica y se centra principalmente en el conocimiento de las funciones mentales, cognitivas y emotivas y para ello “*estudian el estado emocional de la experiencia emocional, cuando éste se encuentra desorganizado, cuando la contribución al Sistema Persona es disfuncional, anormal o patológico, cuando se transforma en meteoro que erosiona y desmorona la identidad del sujeto, cuando se torna en impedimento para la realización de sus metas y en bruma interior que impide encontrar sentido y posibilidades*”, (pág. 74).

Se presentan diversos problemas emocionales tanto en las instituciones como en el contexto cotidiano de las personas y en paralelo a ello se hace referencia a la necesidad de considerar el contexto cultural como mediador principal para la adquisición y transmisión de las emociones y sentimientos porque a pesar de que “*la época presente suele presentarse como la de las revoluciones tecnocientíficas también se presenta con sus propias características emocionales*” (pág. 85).

Esta segunda parte del libro culmina con la reflexión sobre la complejidad del sistema emocional y la importancia de realizar estudios sobre él cuando se encuentra trastornado.

La tercera parte, “*Emociones y educación: una perspectiva pedagógica*”, los autores Nuñez Cubero, Bisquerra Alzina, G. Monteagudo y G. Moar, abordan la necesidad de que la institución educativa incorpore los sentimientos dentro de sus contenidos.

La educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente y es un complemento indispensable del desarrollo cognitivo, por este motivo se propone que el desarrollo de conocimientos y competencias sobre las emociones con el objetivo de capacitar al alumnado para afrontar mejor los retos que se les plantean a lo largo de la vida, para ello es necesario que algunos de los objetivos principales de la educación emocional sean:

- El desarrollo de una competencia emocional.
- Habilidades de autorregulación.
- El desarrollo de una actitud positiva hacia las propias emociones y hacia la de los demás.

- Generar un mayor conocimiento sobre las propias emociones.

Por otro lado se pone de manifiesto que la cultura occidental está muy dominada por el racionalismo centrandolo en la escuela de esta forma en el dominio cognitivo, es decir, en los contenidos, dándole siempre una gran importancia a la inteligencia provocando una educación discriminatoria en el orden social. Se le ha dado un excesivo valor a lo racional dejando en un segundo plano lo emocional.

Dentro de esta tercera parte también se presentan una serie de propuestas pedagógicas para educar los sentimientos y emociones como por ejemplo los métodos autobiográficos que es uno de los instrumentos más útiles para plasmar los diferentes acontecimientos de nuestras vidas e indagar sobre los significados de los sentimientos y emociones que ello genera en la propia persona. Se trata de una herramienta que sirve para trabajar el mundo personal, familiar y social puesto que *“las historias de vida, empleadas en el ámbito de la formación, favorecen un trabajo en profundidad del mundo personal de los educandos, integrando las dimensiones cognitivas, operativas y afectivas”* (pág. 208).

Por último, en la cuarta parte, *“Las emociones en la cultura”*, los autores Larrosa, Mélich y Romañá, abordan en tres ensayos la relación entre emociones, cultura y educación.

En el primer ensayo se realiza un recorrido histórico sobre como han sido las relaciones entre lo cognitivo y las emociones con un cierto matiz filosófico.

En el segundo ensayo se plasma la utilización de técnicas teatrales como el melodrama como una de las formas más prácticas para la expresión de nuestros deseos, emociones y sentimientos.

Por último y tomando como referencia las palabras de la introducción del libro, en el tercer ensayo se *“aborda la pasión maternal a partir de algunos testimonios literarios, de algunas fuentes iconográficas y de algunas tensiones que pueden percibirse en los estudios femeninos y feministas de la actualidad”* (pág 118), es decir, hace referencia a las distintas formas de entender la maternidad y de su influencia en la educación emocional.

Para terminar con esta reseña, señalar que este libro tiene la gran virtud de despertar inquietudes, abrir interrogantes y en definitiva estimular el pensamiento y emociones del lector. Plasma una serie de claves impulsando la formación de la ciudadanía y en concreto, su desarrollo emocional y moral, a través de las diferentes argumentaciones y reflexiones.

Luisa Vega Caro (Universidad de Sevilla, España)