



Autora:

Mayte Romero Soriano.

Criminóloga y Trabajadora Social

## "Desde pequeño...se cría el arbolico"

Desde pequeños nos enseñan infinidad de conceptos académicos, nos enseñan a leer, a resolver un problema matemático, nos enseñan conceptos sobre la tierra y los animales. Pero... ¿qué pasa con el interior de la persona? ¿No creéis que es igual de importante o más incluso el **desarrollo personal y emocional**? El desarrollo de la conciencia de uno mismo, nuestra autovalía, y sobre todo reconocer los sentimientos que invaden a cada uno de nosotros.



A esto último lo denominan **Inteligencia Emocional (IE)**, y consiste en saber reconocer lo que sentimos, conocer lo que pasa no solo por nuestro cuerpo, sino también por nuestra mente, ser conscientes de qué pasa en cada momento dentro de nosotros, porque se desatan ciertas emociones en momentos determinados de nuestra vida. La Inteligencia Emocional nos ayuda a regular los sentimientos negativos tratando de aprender y potenciar emociones en positivo, lo cual ayuda a una felicidad óptima y a ser **emocionalmente saludables**.



Por lo tanto, podríamos decir que la IE es algo que atañe a los adultos como responsables de transmitir a los más pequeños, no solo ciertos **valores** que favorezcan en el niño la integración y cohesión en la sociedad de forma positiva, sino también una buena base de reconocimiento de sus emociones.

Traigo aquí a colación, esa **responsabilidad como adultos**, independientemente de la profesión que ejerzamos, si es o no con niños con los que trabajamos, hemos de ser adultos conscientes de que somos **un modelo**, un ejemplo constante a seguir, pues para quién no lo sepa todavía, los niños aprenden por observación, esto quiere decir, que aprenden por lo que ven en sus mayores, en psicología se le llama **aprendizaje vicario** (de Bandura). Se trata de una responsabilidad de acompañamiento, orientación personal sobre lo que uno quiere y lo que no quiere, pues esta segunda parte también es muy importante para ir perfilando el camino de la felicidad personal.

Tenemos la obligación de dar a los más pequeños herramientas necesarias para conocerse a sí mismos, recursos que les ayuden a pensar por uno mismo, para que sean capaces de tomar decisiones y aprender del error. Esto significa ayudarles en el camino de la búsqueda de sus objetivos y sueños, de mostrarles que no van a ser mejor persona porque escojan una carrera o decidan trabajar sin estudiar. Enseñémosles que uno es mejor persona cuando está seguro de sí mismo sin hacer daño a los demás, cuando lucha por lo que quiere conseguir, mostrémosles que el éxito no es tener más coches ni más dinero, su éxito será lo que ellos decidan que sea su éxito.

Antes de enseñarles a ser **grandes profesionales**, es fundamental que les revelemos la importancia de ser una **gran persona**, que sepa lo que significa la palabra respeto, que sea segura de sí misma, humilde, agradecida, persistente en sus cometidos y metas, y lo más importante, que sepa buscar el camino hacia su felicidad. ¿Quién nos enseña esto? La educación no formal está en el olvido, los valores morales, la calidad como persona, es algo que tristemente se está perdiendo.

Adulto, no lo olvides...

Valores proactivos + Inteligencia Emocional = Niños saludables y emocionalmente felices



Fotografías: Juanjo Muñoz (photography)

Doy las gracias a mi gran amiga, María Martí Polo por su apoyo y gran ayuda en la redacción del artículo. Gracias María!

