

Manuel Segura Morales

106

**ENSEÑAR A CONVIVIR
NO ES TAN DIFÍCIL**

**Para quienes no saben qué hacer
con sus hijos, o con sus alumnos**

8ª edición

Crecimiento personal
COLECCIÓN

Serendipit

Desclée De Brouwer 

ÍNDICE

Prólogo	11
1. Necesitamos una inteligencia específica para relacionarnos	15
<i>“Oleadas” en educación. Las ocho inteligencias de Gardner. Inteligencia intrapersonal e interpersonal y la “inteligencia emocional” de Goleman. Inteligencia no es sólo enviar una nave sonda a Marte o componer música como Mozart. Para relacionarnos necesitamos una inteligencia específica.</i>	
2. Para resolver conflictos hay que saber pensar.	25
<i>Para resolver conflictos hay que diagnosticarlos bien, ser capaz de imaginar alternativas, prever consecuencias de esas alternativas, saber ponerse en el lugar del otro, precisar los propios objetivos ordenándolos por prioridades y saber buscar los medios para conseguir esos objetivos. Trabajos de De Bono con el pensamiento lateral y de Spivack, Shure y Platt en habilidades para la resolución de conflictos. Los grandes problemas mundiales se podrían resolver con estas técnicas.</i>	

3. Buenas noticias: podemos mejorar 33
El pensamiento causal se ejercita distinguiendo entre hechos y habladorías e informándose bien para no descuidar ningún aspecto. El pensamiento alternativo se aprende buscando todas las salidas posibles. El pensamiento consecuencial es difícil, pero se aprende mirando más lejos. El pensamiento de perspectiva consiste en ponerse en el lugar del otro y se puede ejercitar cada día. Al pensamiento medios-fin se llega teniendo una clara jerarquía de valores, ejercitándose en planificar y no dejándose llevar del pesimismo.
4. Aprender con historietas y películas. 43
Cada historia, gráfica o cinematográfica, plantea un problema. Ver todas las soluciones posibles, pues no todas son iguales, al tener distintas consecuencias. Saber ponerse en la piel de los personajes. Buscar medios para llegar al fin deseado.
5. El pensamiento crítico es indispensable. 49
Ver las dos caras de la moneda. Ponerse en el lugar del otro, determinar bien de qué discutimos, anticipar sus razones. Conocer las técnicas que usa la propaganda: la del rebaño, la transferencia, el testimonio, la presión indirecta, el humor. Chispazos de ingenio.
6. Sin educación moral no hay educación.
 Enfoques de la moral. 59
Qué es moral y qué son valores morales. Ética y moral. Necesidad de la moral para relacionarnos. El enfoque religioso afirma que Dios revela y exige la moral (Judaísmo, Cristianismo, Budismo, Islam). El enfoque racionalista: es moral lo que el consenso de la razón determina como tal (Kant, la Ilustración, la Declaración Universal de los Derechos Humanos). El enfoque cognitivo evolutivo de Piaget y Kohlberg: es moral lo que en cada etapa del crecimiento se ve como moral.



7. Hay escalones en el crecimiento moral:
 los seis estadios. 67

Primero Heteronomía: estadio premoral que es normal en los niños pequeños y es trágico o amoral en los adultos delincuentes. Segundo Individualismo: es egoísmo mutuo, es ley del Tali6n; ya es un estadio moral y, bien asimilado, es incompatible con la delincuencia. Tercero Expectativas interpersonales: la adolescencia y el deseo de agradar, de ser aceptado; hacer lo que los otros esperan de m3. Cuarto Sistema social y conciencia: binomio compromiso-responsabilidad; comienza la autonom3a moral; es estadio maduro y adulto. Quinto, Contrato social: reconocimiento pr3ctico, con hechos, de que todos tienen derecho a la vida y a la libertad; se lucha porque todos puedan ejercer ese derecho. Sexto Principios 3ticos universales: todos somos iguales o hermanos; se vive la Regla de Oro; su pr3ctica es la cumbre de la moralidad.

8. Dilemas morales en nuestras vidas. 75

Crecimiento moral por el planteamiento de dilemas. Algunos dilemas para pensar: Lord Jim, Eutanasia, Novia de dos, Agn6stico en colegio religioso, Producto farmac3utico peligroso, Novia receptiva. Sinceramente, 3cu3al ser3a mi actitud ante esos dilemas? 3En qu3 estadio moral pienso que estoy? Frases morales inacabadas, a modo de minidilemas.

9. Habilidades sociales:
 no s6lo cortes3a, sino eficacia y justicia. 89

*Equivalen a **asertividad** y no son sino el resultado de las habilidades cognitivas y del crecimiento moral. Saber escuchar. Hacer un elogio. Pedir un favor. Disculparse. Presentar una queja. Decir que no. Responder al fracaso. Ponerse de acuerdo o negociar. Se aprenden por imitaci6n y por ensayo.*



10. El mundo mágico de las emociones 103

Saber reconocer y saber expresar los principales sentimientos. Comunicación no verbal. Alexitimia. Sentimientos agradables y adecuados. Sentimientos múltiples simultáneos. Alegría, tristeza y sus afines. Esperanza, desengaño, desesperación. Miedo, valentía, vergüenza, fobias. Deseo, desgana, asco. Envidia, celos, solidaridad. Ira, odio, rencor, angustia, serenidad. Orgullo, soberbia, humildad, sencillez. Amor que mueve el sol y las estrellas. Controlar la ira. Vencer el miedo y las fobias. Resistir la depresión. ¿Psicología o filosofía?

Bibliografía 131



PRÓLOGO

El título de este libro no ha sido difícil de inventar. Ha bastado prestar atención a lo que dicen algunos padres cuando hablan de sus hijos y no pocos profesores cuando hablan de los alumnos más conflictivos: “no sé qué hacer con él”. Es una frase muy oída y en muchas bocas distintas.

Algunas veces, esas quejas se refieren específicamente a alguna materia de estudios, como matemáticas o inglés; pero con mucha mayor frecuencia se refieren a la conducta general del niño, del adolescente o del joven. Se refieren a su indolencia, a su falta de responsabilidad, a su carácter violento, a su rebeldía, a su desprecio de las normas de la casa o del colegio o instituto. En algunos casos, pueden llegar a referirse a problemas más graves, como el consumo de drogas o la delincuencia.

Para esos padres cansados de luchar inútilmente con sus hijos, para esos profesores aburridos de la insolencia egoísta de algunos de sus alumnos, se ha escrito con cariño este libro.

No se trata de un libro técnico de Psicología, ni de materiales pensados para ser utilizados en clase. Excelentes libros sobre psicología educativa hay muchos, algunos en esta misma colección Serendipity.



Materiales para clase y tutorías hay muchos y muy buenos: yo mismo he puesto a disposición de los profesores de Secundaria una carpeta llamada *Ser persona y relacionarse* y para los profesores de Primaria un libro llamado *Relacionarnos bien*, publicado en primer lugar por la Consejería de Educación de Canarias y ahora puesto al alcance de todos por una editorial nacional, como se cita en la Bibliografía. Ambos materiales, los de Primaria y Secundaria, han sido traducidos al catalán. Este libro que ahora tienes en tus manos, aunque aconseja algunos ejercicios prácticos y algunas actividades divertidas, para realizarlos con los hijos o los alumnos, no es “un libro de clase”, sino un libro para leer tranquilamente, para disfrutarlo y para cobrar ánimos y encontrar caminos nuevos.

Lo que intentamos con estas páginas es explicar a los padres y profesores que para que sus hijos o sus alumnos se vayan haciendo personas, hay que enseñarles a convivir, a relacionarse bien con los demás, sin agresividad y sin manipulaciones, sino con eficacia y con justicia. Hay que enseñarles a convivir, con sus compañeros y con nosotros, y esa enseñanza no es tan difícil. Es más una cuestión de paciencia que de mucha ciencia, más de sentido común que de teorías, más de firmeza y serenidad que de vacilaciones y de ceder ante los caprichos. Es una cuestión de amor y de alegría, a pesar de las dificultades.

Enseñar a convivir no es tan difícil. Pero muchas veces es largo y entretenido, porque, en esa educación para la convivencia, para la sana relación, tenemos que tener en cuenta cuatro factores. Primero, hay que enseñar a pensar y eso supone: saber plantear bien los problemas, buscar el mayor número posible de soluciones alternativas a ese problema, aprender a prever las consecuencias de lo que vamos a hacer o vamos a decir, saber ponernos en el lugar del otro y ver las cosas como él o ella las ve, trazarse objetivos y saber planificar cómo conseguirlos. En segundo lugar, hay que desarrollar un juicio moral práctico, para respetar a los otros, para desear agradecerles y para conseguir una incipiente responsabilidad. Sin esta faceta moral, no tendremos personas, sino robots eficaces o manipuladores sin vergüen-



za. En tercer lugar hay que adquirir una cierta práctica en las habilidades sociales básicas: saber escuchar, saber pedir un favor, disculparse eficazmente y con gracia, resistir las presiones de otros, saber presentar una queja, poder negociar con eficacia y justicia. Por último, para convivir bien, hay que conocer las propias emociones, saber motivarse para actuar y aprender a controlar las emociones que nos pueden desbordar.

El menú es amplio, pero apetitoso. Para conseguir que nuestros hijos o alumnos desarrollen esos cuatro elementos de la educación para la convivencia, se ha escrito este libro. Leyéndolo con paz y siguiendo sus sugerencias, se habrá encontrado un camino seguro y esperamos que ameno y alegre, para lo que nos habíamos propuesto. La experiencia de muchos años, con alumnos difíciles y con profesores deseosos de “hacer algo” por esos alumnos, demuestra que el camino que se aconseja en este libro es un camino seguro, que da magníficos resultados y que resulta entretenido y bien aceptado por los niños y jóvenes.

Espero que estas páginas te resulten amenas e instructivas. Se han escrito pensando en ti. Hay soluciones. ¡Ánimo!



1

NECESITAMOS UNA INTELIGENCIA ESPECÍFICA PARA RELACIONARNOS

Todo este libro trata de cómo relacionarnos bien. Está escrito con sencillez, sin más pretensiones que ayudar un poco a los padres en la educación de sus hijos y a los profesores en la formación de sus alumnos. Ayudarles en un aspecto clave de esa educación de hijos y alumnos: precisamente en el aspecto de relacionarse bien con los demás y convertirse así en personas. “El hombre es un animal que se relaciona”, dijo Aristóteles¹; el saber relacionarnos bien es lo que nos hace humanos.

Cuatro oleadas en educación

Es bueno recordar, al principio de nuestro camino, que en el campo de la teoría de la educación se han producido en los últimos años cuatro grandes oleadas, cada una de las cuales intentaba determinar cuál es el factor básico de una buena educación. Explicar aquí esas cuatro oleadas, nos dará un marco de referencia y nos hará ver desde el principio que educar a los hijos y alumnos, aunque no sea fácil, tampoco es un misterio incomprensible, sino algo que se puede conseguir, con paciencia y sabiendo bien hacia dónde queremos ir.

1. ARISTÓTELES, *Metafísica*, Edición trilingüe, Madrid, Gredos 1990.



Recordemos esas cuatro oleadas. La *primera* fue el descubrimiento de la importancia de *aprender a pensar*. Más que proponer muchos contenidos e informaciones, lo importante será enseñar a los hijos y alumnos a pensar. Con esa filosofía surgieron varios programas internacionales, que conservan hasta ahora toda su vitalidad y su eficacia: el programa de filosofía en el aula, de Matthew Lipman²; el programa para la revolución de la inteligencia, de la Universidad de Harvard³; el programa de enriquecimiento intelectual (PEI) del profesor Feuerstein⁴ en Israel; el método CORT y los trabajos sobre lógica fluida y pensamiento lateral, de Edward De Bono⁵; las originales ideas de Howard Gardner⁶ sobre las inteligencias múltiples, de las que luego hablaremos, y muchos otros programas. Grandes teóricos de la educación han llegado a decir que la escuela del tercer milenio, o al menos del siglo XXI, será “la escuela de enseñar a pensar”, como finalidad absolutamente prioritaria. En esta línea de enseñar a pensar están los famosísimos libros *Más Platón y menos prozac* y *Pregúntale a Platón*, ambos de Marinoff (ver nota 7) de Marinoff⁷ y *El mundo de Sofía*, de Gaarder⁸.

La *segunda* oleada fue la del entrenamiento en *habilidades sociales*. Desde los libros, ya clásicos, de Goldstein⁹ y Michelson¹⁰, han apareci-

2. LIPMAN, M., *La Filosofía en el aula*, Madrid, de la Torre 1992.

3. UNIVERSIDAD DE HARVARD, *programa para la revolución de la inteligencia*.

4. FEUERSTEIN, R. y HOFFMAN, M., *Programa de Enriquecimiento Instrumental*, Madrid, Bruño 1992.

5. DE BONO, E., *Seis sombreros para pensar*, Barcelona, Granica 1988; *Enseñar a pensar*, Barcelona, Plaza y Janés 1991; *Pensamiento lateral*, Barcelona, Paidós empresa 1991.

6. GARDNER, H., *La mente no escolarizada: cómo piensan los niños, cómo deberían enseñar las escuelas*, Barcelona Paidós 1993; *Inteligencias múltiples*, Barcelona, Paidós 1995; *La inteligencia reformulada*, Barcelona, Paidós 2001.

7. MARINOFF, L., *Más Platón y menos prozac*, Barcelona, 2000; *Pregúntale a Platón*, Barcelona, Círculo de Lectores 2003.

8. GAARDER, J., *El mundo de Sofía*, Madrid, Siruela 1994.

9. GOLDSTEIN, A. P., *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*, Barcelona, Martínez Roca 1989.

10. MICHELSON, L., *Las habilidades sociales en la infancia*, Barcelona, Martínez Roca 1987.



do y siguen apareciendo cada año excelentes programas y estudios sobre habilidades sociales, como los magistrales de Caballo¹¹ o los excelentes de Gil y León¹², o de Moraleda¹³, o los de Trianes¹⁴ y colaboradores. En muchos de esos programas se insiste preferentemente en los aspectos motrices de las habilidades sociales: la distancia que hay que guardar, la mirada, el tono de voz. En unos, el enfoque es conductista, al subrayar que el dominio de las habilidades sociales produce siempre un refuerzo positivo: la atención y el aprecio de los demás, es decir el éxito social. Otros, como Caballo, insisten más bien en la asertividad como centro y meta de todas las habilidades sociales. Este me parece que es el enfoque más profundo y más acertado. Ser asertivo quiere decir ser justo y eficaz en la relación interpersonal, evitando los dos extremos, el de la pasividad tímida (que es callarnos o no hacer nada cuando deberíamos hablar o actuar) y el de la agresividad violenta (que es insultar o agredir a otros, sin respetar su dignidad y sus derechos). Esa asertividad es lo que consigue, no sólo el éxito social, sino también la satisfacción personal profunda. Hay que intentar ser asertivos siempre, ya que es la única forma plenamente humana de relacionarse. Pero no se llega a la asertividad sólo con un cursillo sobre los aspectos motrices de las habilidades sociales. Lo veremos más abajo.

La tercera oleada ha sido el descubrimiento de la trascendencia de la *educación emocional*. A partir de Goleman¹⁵ y de su libro *Inteligencia emocional*, muchos han intentado aplicar sus ideas a mejorar la educación emocional de niños, adolescentes y jóvenes. Autores como Salovey, anterior a Goleman, Mark Greenberg con su famoso

11. CABALLO, V. E., *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*, Madrid, Siglo XXI 1991.

12. GIL, F. y LEÓN, J. M., *Habilidades. Teoría, investigación e intervención*, Madrid, Síntesis 1998.

13. MORALEDA, M., *Educación la competencia social. Un programa para la tutoría con adolescentes*. Madrid, CCS 1998.

14. TRIANES, M. V. y col., *Competencia social: su educación y tratamiento*, Madrid, Pirámide 1997.

15. GOLEMAN, D., *Inteligencia emocional*, Barcelona, Kairós 1996.



programa "Paths", Le Doux¹⁶ con *El cerebro emocional*, Csikszentmihalyi¹⁷ con *Fluir, flow*, el completo *Diccionario de los sentimientos* de José A. Marina y M. López Penas¹⁸, el práctico *Desconóctete a ti mismo* de Güell y Muñoz¹⁹, o el bien argumentado *Sedúctete para seducir* de Bach y Darder²⁰, van en esa dirección. En esa misma línea, pero con un sentido práctico, de ejercicios y reflexiones para trabajar con los hijos y con los alumnos, yo mismo he publicado, con la colaboración de Margarita Arcas²¹, un librito sencillo, pero que me parece útil, llamado *Educación de las emociones y los sentimientos*. Lo que está claro actualmente, en este campo de la educación emocional, es que el trabajo educativo, en la familia y en la escuela, no tiene como objeto reprimir las emociones, sino conocerlas, saberlas utilizar para el desarrollo y la motivación personal y también aprender a controlarlas cuando amenacen con desbordarnos. Es un paso gigantesco haber introducido seriamente en el campo de la psicología y de la educación un mundo, el de las emociones, que antes se reservaba más bien a la literatura y al arte.

La cuarta oleada que estamos viviendo es la concerniente a los valores y, muy en concreto, a los *valores morales*. Fue una preocupación antigua en educación, pues ya inquietó vivamente a Sócrates. Pero estamos redescubriendo su importancia en nuestro mundo anómico. Esta educación en valores morales, no necesariamente vinculada a las creencias religiosas, mereció la atención de Piaget²² y la

16. LE DOUX, J., *El cerebro emocional*, Barcelona, Ariel/Planeta 1999.

17. CSIKSZENTMIHALYI, M., *Fluir, Flow*, Barcelona, Kairós 1997.

18. MARINA, J. A. y LÓPEZ PENAS, M., *Diccionario de los sentimientos*, Barcelona, Anagrama 1999.

19. GÜELL, M. y MUÑOZ, J., *Desconóctete a ti mismo. Programa de alfabetización emocional*, Barcelona, Paidós 1999.

20. BACH, E. y DARDER, P., *Sedúctete para seducir*, Barcelona, Paidós 2002.

21. SEGURA, M. y ARCAS, M., *Educación de las emociones y los sentimientos*, Madrid, Narcea 2003.

22. HERSH, R. y col., *El crecimiento moral; de Piaget a Kohlberg*, Madrid, Narcea 1998 (2ª).



dedicación total de su discípulo Kohlberg²³ y vuelve a reclamar actualmente una atención preferente en el esfuerzo educativo. Sin remontarnos a Max Scheler y Hartmann, habría que recordar entre nosotros a Aranguren²⁴, Fernando Savater²⁵, Adela Cortina²⁶ y tantos otros.

Cada una de estas cuatro oleadas, la de pensar, la de habilidades sociales, la emocional y la de valores, ha determinado la aparición de programas educativos concretos, algunos de los cuales acabo de mencionar. Los desengaños que todos hemos vivido, en mayor o menor grado, en estos últimos años con esa clase de programas, no se deben a que el programa en sí fuera malo, sino a que era incompleto. Hemos enseñado, por ejemplo, las habilidades sociales, descuidando el crecimiento moral: con eso hemos obtenido a veces, para sorpresa nuestra, “delinquentes hábiles”, que usaban las habilidades sociales no para relacionarse bien y asertivamente, sino para manipular a otros. Algunos han insistido en la educación emocional, pero no han tenido mucho éxito cuando a los alumnos les faltaban las destrezas cognitivas básicas, de pensamiento alternativo, o consecuencial, o de perspectiva. La deficiencia de esos programas es que eran parciales, que sólo se fijaban en un aspecto.

Por ahí va precisamente la solución, por tener en cuenta los cuatro aspectos, ya que las cuatro “olas” son acertadas y responden a facetas básicas de la educación del ser humano. Las cuatro. Por eso, en un programa educativo eficaz tienen que ir esos cuatro elementos juntos. Hace falta tener en cuenta, al mismo tiempo, lo cognitivo, lo emocional, las habilidades sociales y el crecimiento moral. Si uno de esos pilares falla, todo se cae. Todo programa simplificador no dará resultado.

23. KOHLBERG, L. y col., *La educación moral según Kohlberg*, Barcelona, Gedisa 1997.

24. ARANGUREN, J. L., *Ética y Política*, Madrid, Guadarrama 1968.

25. SAVATER, F., *Ética para Amador*, Barcelona, Ariel 1993.

26. CORTINA, A., *La ética de la sociedad civil*, Madrid, Alauda 1994.

