Emozioen garrantzia

Alde betetik, esan beharra dago, gizakiak arrazoiaz gain, gorputzez eta emozioez eratua dagoela eta hiru faktore horiek haur baten heziketan kontutan hartu beharrekoak direla; eta beste alde batetik, nire ustez, zoriontasunera heltzeko bidea emozioetan dagoela.

Izan ere, zoriontasuna norberaren ezagutza pertsonalean eta besteekiko ditugun harremanetan oinarritzen da. Hori dela eta, bakoitzak bere emozioak ezagutzea, hau da, zer sentitzen duen ezagutzea oso garrantzitsua da norberaren burua ezagutzeko, onartzeko eta maitatzeko. Gainera, aurrerago aipatu dudan bezala, besteekiko ditugun harremanak baita ere oso garrantzitsuak dira eta harreman horiek hain zuzen, bestenganako ditugun sentimenduek eta emozioek baldintzatzen dituzte. Jarraian bi faktore garrantzitsu horiek, hau da, norberaren ezagutza edota emozioen kontzientzia eta harremanen garrantzia sakonago azalduko ditut.

Lehenik eta behin, aipatzekoa da, emozioen kontzientzia hartzea oso funtsezkoa dela, alegia, norberak sentitzen duen horretaz jabetzen garenean egoera desberdinetara hobeto moldatzeko eta baita arazoei erraztasun handiagorekin aurre egiteko ere gai gara.

Horrez gain norbera bere emozioen jabe denean, hauek gidatzeko gai izango da, hau da, norberaren emozioak eta bulkadak erregulatzeko, eta jokatu baino lehen pentsatzeko gauza izango da.

Beste oinarrizko gaitasun bat da, emozioak onartzea eta ulertzea, bai zureak eta bai besteenak: jakitea emozioek zer espresio dituzten, zer kausa, zer ondorio. Eta ulertzea, gauza beraren aurrean denek ez dutela berdina sentitzen. Besteen emozioen aurrean enpatia adieraztea ere funtsezkoa da. Enpatia da besteen emozioak sentitzeko, ulertzeko gaitasuna, eta honek pertsonen arteko harremanak errazten ditu.

Beraz, guzti hau esanda, uste dut eskoletan lehenik eta behin haurren emozioak landu behar ditugula eta behin horien jabe direnean, zenbait jakintza eskuratzea errazagoa egingo zaie, bakoitzak zertarako ikasi nahi duen jakingo baitu; alegia, Euskal Autonomia Erkidegoko curriculumean agertzen diren zortzi oinarrizko konpetentziek baino garrantzi handiagoa emozioen kontzientzia izatea dela deritzot. Hori dela eta, zortzi konpetentzia horiei emozioez kontziente izateko gaitasuna gehituko nieke hau oinarrizkoena bilakatuz. Gainera era horretan, haurrak beraien buruei zenbait helburu edota meta proposatuko dizkie eta horrek haurren motibazio piztea eragingo du gainerako konpetentziak erraztasun handiagoz eskuratuz.

Hori dela eta, eskoletan emozioak behar bezala lantzen badira inolako presarik gabe, alde batetik, gelan haurren artean harreman armoniatsu bat gauzatuko da eta horrela ikasleek edukiak eraginkortasun handiagoz ikasiko dituzte eta beste alde batetik, haurrei zoriontsu izaten irakasten zaie.