

# Analfabetas emocionales

*Eliana Valera<sup>1</sup>*

*Guiada por MES Claudia Ivone Vázquez Valerdi*

El cuerpo es el templo del alma  
y el alma no es otra cosa  
más que la esencia del hombre

Tiempo, factor perfecto para mecanizar un individuo, manipularlo hasta volverlo dependiente, carente de voz propia e iniciativa, escaso de motivos para deshacerse de su cómoda incomodidad y salir de aquel conformismo que lo mantiene quieto como aparato estático, de vez en cuando lo sacuden sentimientos enclaustrados justos para cegarle el entendimiento, impulsos que apuntan hacia las malas decisiones por no saberlas encausar a un fin benéfico. ¿A caso no es esto ser esclavo de ti mismo? Entonces, ¿cómo puede alguien controlar su entorno y alcanzar sus metas si desconoce el actuar prudente? ¿Cómo es que los impulsos afectan nuestro contexto laboral?

En los últimos años después de la llegada del capitalismo como lo expresa Carlos Marx en (Freire, 1969:23) en sus manuscritos económicos filosóficos de 1844, la propiedad privada provocó la enajenación del trabajo en el hombre, es decir, convirtió su fuerza de trabajo en objeto de compra-venta dando prioridad a la producción y obtener recursos económicos para subsistir olvidándose inclusive de su esencia como ser humano degradando los valores que lo integran en armonía con su entorno natural.

El núcleo familiar es el encargado de proveer a cada miembro de ésta, toda seguridad, confianza, tolerancia y respeto, valores elementales para formar el carácter emocional de un individuo. Coincidiendo con Freire (1969), en la familia inicia la educación empírica, cabe mencionar que educar no se limita a la simple transmisión de conocimientos, en ésta el diálogo es fundamental para el desarrollo íntegro y la orientación en la vida de los menores.

Tanto la protección como la corrección forjan los valores del niño dándole empatía junto a su contexto social pero,...“necesita que ese ambiente sea favorable para que se le dé la experimentación. Una relación de apoyo por parte de los adultos

---

<sup>1</sup> Correo electrónico: [eliana.varela@hotmail.com](mailto:eliana.varela@hotmail.com)

es el factor más necesario para el progreso (Delval: 42)", aunque en la mayoría de los casos no es así.

En el mundo actual los padres abandonan el hogar porque tienen que estar más tiempo laborando, consecuencia de ello es la desintegración individual (muy aparte de la familiar) y por consiguiente la "analfabetización emocional (Baena, 2003:20)", aunque no se culpa a nadie de éste uso inexperto de las emociones que en algunas veces suelen elevarnos y en otras tantas con mayor frecuencia nos sumergen en un vacío sin fondo, pero tampoco hay alguien que se atreva a mejorar la realidad que se vive en nuestra sociedad. Éste problema no es actual pues tiene trascendencia generacional herencia de cada crisis económica que obliga como ya se mencionó, a los padres a estar más tiempo fuera de casa.

Por si fuera poco, de una lista de atenciones del día, el estrés y los conflictos ocupan un lugar antes que el infante. *No molestar a papá, se encuentra cansado*; ni mencionara *mamá siempre anda con prisas*. ¿Quién pues llena los vacíos que genera el silencio por la falta de comunicación? claro, los amigos, que en su mayoría se encuentran igual o peores, actúan bajo la aberración del temperamento o la frialdad de la tristeza, no razonan ni mucho menos analizan, si se enojan simplemente pelean, explotan, como lo menciona Daniel Goleman (2007) en *la Inteligencia emocional*, los sentimientos positivos o negativos son todos ellos impulsos para actuar sobre momentos no planeados que demandan un movimiento tanto físico como mental.

Por naturaleza humana el hombre es pasional, se duele de sí mismo y nunca deja de sentir la necesidad de ser consolado, el problema es cuando no hay quien limite sus emociones, coincidiendo con Goleman D. (2007) la sociedad ha tratado de someter y domesticar la vida emocional a través de leyes, códigos, mandamientos, etc., con tal de regular los excesos de éstas. Como describió Freud en *El malestar en la cultura* (en Goleman, 2007:23) "La sociedad ha tenido que imponerse reglas destinadas a someter las corrientes de exceso emocional que surgen libremente en su interior".

No obstante, a pesar del gran esfuerzo por tratar de mantener un equilibrio emocional, las pasiones aplastan a la razón una y otra vez (Goleman, 2007:23). Esto pasa con todas las personas, no hay distinción de edades, sólo cambia la magnitud de reacción. Retomando el desarrollo del niño apoyado en las amistades sociales y no en la comunicación con sus padres, éste vive reprimido, lo que lo arrastra a tener una vida abundante de errores por tomar decisiones equivocadas, iniciando con la elección

de ser padre siendo a veces aún adolescente, claro está que su decisión no fue asumida a partir del análisis de la situación sino por impulso.

Creando de ésta manera el círculo vicioso de transmitir los arrebatos pasionales en lugar de fomentar los valores en el núcleo de la familia que son los encargados de equilibrar un poco todo el desorden emocional. El joven padre no puede enseñar al niño la tolerancia ni darle las bases que lo cultiven seguro de sí mismo en su entorno familiar, no le presenta un medio adecuado para desarrollarse, Goleman (2007), después cuando se enfrenta al sistema tan materialista donde se olvida que el hombre tiene necesidades y no sólo es un medio de producción, éste pueda desempeñarse de manera uniforme.

El hombre adquiere su comportamiento, primero en casa, más tarde con la sociedad en general hasta llegar al contexto laboral abrumador o incómodo. Dejar de pensar en lo que quieres para obtener lo que necesitas y adoptar la actitud mecánica del resto de la comunidad, cuesta un poco pero así es como se trabaja en el sistema, hecho bastante erróneo incapaz de suprimir la torpeza emocional del hombre, sólo agrava la carencia. Aunque esta forma de trabajo no se discute ya que es el sistema que impera en nuestra sociedad, es de un modelo donde lleva al ser humano a la negación de sí mismo y poner en primera instancia los intereses de quien es dueño de su esfuerzo como lo menciona Freire (1969) en "Pedagogía del oprimido", dejando apariencia de lo innecesario que es invertir tiempo y esfuerzo en la mentalidad del individuo, porque claro, al sistema no le conviene que la sociedad piense, más bien que produzca (Fernández M. conversación personal).

En cuanto un nuevo ciudadano se adhiere al mundo laboral, con lo primero que se topa es el ambiente nada armónico debido a los roces de egos y envidias entre compañeros de área que se debaten todos los días, no podrían faltar los sentimientos de inferioridad, la típica mentalidad acarreada desde casa, -A mi no me toca, que lo haga el otro. Situación que causa rivalidades sin fundamento a su vez genera esterilidad laboral y como consecuencia de ello están presentes los problemas con el jefe por la falta de competencia.

En la realidad, no importa cuán inteligente eres en base al rol como colaborador de una empresa sin distinción de áreas, sino tienes un dominio propio esto puede llevarte al fracaso pues... "Las emociones son contagiosas (Goleman, 2007:143) y fácil de transmitir"; un simple enojo alimentado por un lado con el egoísmo de quien recibe y, por otro, con el orgullo de quien transmite se crea una barrera inquebrantable que impide la capacidad de ofrecer una disculpa para diluir tal

sentimiento, al contrario, tanto el agresor como el agredido disfrutan ver la molestia mutua con el fin de descubrir quien se rinde.

De una forma quizá no tan indirecta, todos los que tienen contacto con personas enfadadas absorben en serie una parte proporcional de éste sentimiento, ¿por qué?, por una simple razón, nadie en el mundo puede cargar con todo el peso solo, entonces dejar caer dicho peso sin ver a quien. Las personas adultas dueñas del arrebató en su infancia como lo describe Goleman en Inteligencia emocional, son propensas a exaltarse con mayor facilidad en el área académica, familiar o laboral.

Una persona poco segura tiene menos posibilidades de crecimiento laboral ya que la competencia en estos tiempos está a la orden del día, el nerviosismo y falta de expresión ponen en duda la capacidad para desempeñar un cargo que demanda responsabilidad. De hecho la inseguridad no permite tomar decisiones claras y confiables por eso es necesaria la figura de autoridad que guíe las acciones del empleado el cual no toma la iniciativa por temor a ser rechazado si comete un error. Al hablar pierde la seguridad presentándose nada confiable ante quien lo evalúa, dando como resultado el no lograr el puesto deseado aunque por supuesto pueden contratarlo en algo menos riesgoso para la empresa pero todo esto frustra a la persona cuando se ve desempeñando un puesto inferior por el cual se ha esforzado en sus estudios académicos.

Debido a esa razón tenemos a infinidad de gente dando malas atenciones o servicios, simplemente no es donde quisieran estar. El trabajo es después de tu casa, en el mejor de los casos, el lugar donde pasas o pasarás más tiempo, no importan los comentarios de los demás cerca de tus elecciones, siempre inclínate por lo que te apasiona. El producto de un trabajo que se disfruta es de mayor calidad que el obligado.

Convivir con gente necesitada de afecto, tolerancia y respeto no es casualidad, millones de adultos y niños sobreviven estando muertos por dentro, ¿cómo exigirle a una sociedad que sea positiva si no hay motivos para serlo? ¿Por qué gritarle a México ¡lucha! cuando no tiene fuerzas para levantarse?, sigamos los pasos de nuestros mayores, lamentemos nuestra suerte que bien lo sabe hacer un mexicano, sigamos esperando al valiente revolucionario portador de la buena nueva, sentados, atentos no se nos vaya a pasar, probablemente ya no tarde. ¿Y qué pasará si eres tú mismo a quien esperas?

## **Bibliografía**

Delval Juan. (Sin fecha). *El desarrollo del hombre*. Índice analítico

Fernández Mónica (Octubre 2011). Conversación personal.

Freire Paulo (1969). *La pedagogía del oprimido*. Ediciones Guernica.

Goleman Daniel (2007). *La inteligencia emocional*. (45ª represión). México, D.F.: Vergara.

Paz Baena (2009). *Cómo desarrollar la inteligencia emocional infantil*. (2da edición). México: Editorial trillas.