

Desarrollo emocional: impacto en el desarrollo humano

Emotional development: impact on human development

GLORIA MULSOW G.*



RESUMEN – El presente artículo pretende generar espacios de reflexión en torno al hecho que el desarrollo emocional impacta el desarrollo humano y a la vez se ve impactado por éste. Lo que la persona aporta, a través de su constitución y herencia, al medio en el que se desenvuelve, le permite si las condiciones están dadas elaborar competencias socio-emocionales que le posibilitarán desenvolverse mejor y alcanzar una vida de calidad. El desarrollo humano no sólo debe ser sostenible sino que debe permitir que la persona se auto sostenga, en un medio cambiante, dinámico y globalizado.

Descriptores – Desarrollo humano; desarrollo emocional; calidad de vida; desarrollo humano sostenible.

ABSTRACT – This article claims to generate spaces for reflexion about the impact of emotional development on the human one as well as human development impacts on the emotional one. What the persons gives to the enviroment in which she/he is, through his/her constitution and inheritance, allows in favorable conditions to develop socio-emotional skills so that person will be able to develop in a better way and to reach a life quality. Human development must not only be supporting but also must give the person the necessary things or tools to be self – supporting in a dinamic, global enviroment in constant change.

Key words – Human development; emotional development; life quality, supporting human development.

INTRODUCCIÓN

Existe cada vez un consenso mayor, en el sentido de considerar el Desarrollo Humano como el centro de todo proceso de desarrollo, de que en tiempos de ajustes, repercusiones bélicas y globalizantes y proyecciones económicas, es necesario crear espacios que faciliten el desarrollo humano. para las personas que ofrezcan servicios de ayuda.

También existe acuerdo en estimar que el desarrollo emocional, hoy día, tiene un valor incalculable para hacer frente a una sociedad avasallante, convulsionada y competitiva, generadora muchas veces de la pérdida de salud y de principios valóricos universales.

Desde una perspectiva psicológica el Desarrollo Humano y el Desarrollo Emocional están muy vinculados. Muchos científicos creen que nuestras emociones humanas han evolucionado fundamentalmente como un mecanismo de defensa y de supervivencia. Los tiempos modernos han impactado nuestras emociones y en cierta medida han bloqueado su intento evolutivo (GOLEMAN, 2000).

El presente artículo se esboza permitiéndose generar un espacio de reflexión para actuar como mediadores desde las distintas profesiones de servicio al otro, en el contexto de las dimensiones del conocimiento considerando el bien-saber, el bien-hacer, el bien-estar y el bien-ser.

1 DESARROLLO EMOCIONAL: UNA MIRADA CIENTÍFICA

El término inteligencia emocional fue utilizado por primera vez en el año 1990 por los psicólogos Saloney y Mayer, de la Universidad de Harvard y New Hampshire respectivamente. Fue empleado el concepto para describir cualidades emocionales como: empatía, expresión y comprensión de los sentimientos, control del genio, independencia, capacidad de adaptación, simpatía, capacidad para resolver problemas en forma interpersonal, persistencia, cordialidad, amabilidad y respeto (GOLEMAN, 2000).

Para comprender en qué consiste el desarrollo emocional, es necesario señalar algunos aspectos sobre

* Dr. en Psicología, mención Desarrollo Humano (U. de Valencia España). Docente Instituto Filosofía y Estudios Educativos, Universidad Austral de Chile. E-mail: <gmulsow@uach.cl>.

Artigo recebido em: setembro/2005. Aprovado em: fevereiro/2006.

neuroanatomía de las emociones, sin pretender ahondar como especialista en el tema.

Los científicos abordan permanentemente la parte pensante del cerebro, aludiendo a la corteza (o neocorteza) diferenciándola de la parte emocional del cerebro para la que señalan el sistema límbico. Pero lo que realmente define la inteligencia emocional es la interacción, la relación entre ambas corteza y sistema límbico (GOLEMAN, 2000).

Aunque se estima que la corteza constituye la parte pensante del cerebro, desempeña también un papel importante para comprender la inteligencia emocional, ya que nos permite tener sentimientos sobre nuestros sentimientos, vale decir, podemos discernir, analizar el por qué sentimos lo que sentimos y luego actuar al respecto (SHAPIRO, 1997).

El sistema límbico, que con mucha frecuencia se lo considera como la parte emocional del cerebro, se encuentra situado entre los dos hemisferios cerebrales y tiene la tarea de regular nuestras emociones e impulsos. Este sistema límbico incluye el hipocampo y es aquí donde se produce el aprendizaje emocional y donde se almacenan los recuerdos emocionales, en la *amígdala cerebral* concebida como el centro de control emocional del cerebro.

Joseph Le Doux, neurólogo del Centro para la Ciencia Neurológica de la Universidad de Nueva York, fue el primero que descubrió el rol clave que juega la amígdala en el cerebro emocional (PAPALIA, 2000).

Convencionalmente en neurología se ha planteado que los sentidos ojo y oído y otros órganos sensoriales llevan las señales recibidas al tálamo y de ahí a zonas de la neocorteza para su procesamiento sensorial, donde las señales se unen para formar objetos a medida que son percibidos. Sin embargo, Le Doux descubrió un conjunto más pequeño de neuronas que conducen las señales desde el tálamo hasta la amígdala además de las que hacen el recorrido más largo de neuronas a la corteza. Este recorrido más corto permite a la amígdala recibir algunas entradas directas de los sentidos y empezar a dar una respuesta antes de que queden registradas por la neocorteza. Es lo que muchas veces el actuar humano no tiene una explicación valedera y se denomina reacción.

Las investigaciones de Le Doux y sus colaboradores parecen sugerir que el hipocampo está más comprometido en el registro y dar sentido a las pautas de percepción que a las reacciones emocionales. Mientras el hipocampo recuerda los hechos y datos simples, la amígdala retiene el *clima emocional* que rodea y acompaña tales datos y hechos, se constituye como el “*disco duro*” de la información emocional registrada, y por ende vivida (GOLEMAN, 2000).

2 DESARROLLO HUMANO: UNA MIRADA MULTIDIMENSIONAL

Por supuesto que el Desarrollo Humano ha tenido lugar desde que los seres humanos existen, aunque en un comienzo los estudios se centraron preferentemente en los niños y niñas. Hoy, los estudios están centrados en los adultos y las personas en etapas de vida más avanzadas, y en la mujer.

El estudio científico formal del Desarrollo Humano es relativamente novel y los cambios en la forma en que perciben los adultos a los niños y jóvenes son particularmente dramáticos. Ello, por la aceleración de los cambios sociales, culturales e históricos a los que se ven enfrentados y deben afrontar, los seres humanos hoy.

Desde una perspectiva psicológica se define el Desarrollo Humano como la evolución, crecimiento global de las personas (PAPALIA, 2000). Una perspectiva educativa y social del Desarrollo Humano considera a las personas como un centro principal de atención a quienes se les debe otorgar oportunidades concretas para un desarrollo equilibrado e integral. Al respecto se manejan a nivel mundial indicadores para medir el grado de Desarrollo Humano como la *longevidad*; esperanza de vida al nacer; *los conocimientos*: el índice de logro educativo, años de escolaridad; y *los ingresos*: ingreso per capita que le permite sustentarse económicamente accediendo a una independencia parcial y/o global (GONZÁLEZ, 1996).

Esta perspectiva socio-educativa es además el resultado de una actividad creadora inconsciente del individuo. Tal proceso se expresa y concreta en la asociación con los demás. Es en la comunidad donde las potencialidades humanas pueden realizarse.

Lo anterior implica que la educación es fundamental en la formación del ser humano. Este no es fácilmente comprendido, ya que, no sólo hay variadas determinantes en su comportamiento, sino que existen vaguedades y gran fluidez de su vida psíquica y una exclusividad del aspecto espiritual de su ser, planteado en la actualidad por la psicología transpersonal, hacen difícil la investigación científica entendida sólo en términos cuantitativos (MASLOW, 1991).

Poco a poco y paso a paso, las ciencias empíricas han comprendido que es necesario volverse hacia el estudio interior del ser humano lo que lleva a observar y evaluar los comportamientos de las personas a lo largo de su ciclo vital no sólo a la luz de un coeficiente intelectual sino que además equilibrado con el coeficiente emocional (MONTESSORI, 1991).

El Desarrollo Humano puede concebirse también como un proceso con dos caras. Una de ellas la *formación de las capacidades humanas* tales como

mejoramiento de la salud, el conocimiento y las habilidades. Y, la otra cara, sería *el uso que hacen las personas de las capacidades que han adquirido* para el ocio, para propósitos productivos o como seres activos en asuntos culturales, sociales, históricos y políticos. Si no se logra un balance entre estas dos caras del Desarrollo Humano puede resultar un nivel de frustración humana considerable.

Desde una perspectiva mundial “macro” se hace alusión al “Desarrollo Humano sostenible” el que se estima como un desarrollo que, según autores humanistas entre ellos Bronfenbrenner, (1997):

- no sólo genera un crecimiento económico sino que éste distribuye sus beneficios equitativamente, o al menos se intenta desde las organizaciones gubernamentales.
- regenera el medio ambiente, en vez de destruirlo, o al menos se toman medidas para su logro.
- potencia a las personas en lugar de utilizarlas y/o marginarlas.

El Desarrollo Humano sostenible es un proceso que involucra a muchos, requiriendo su compromiso ya que implica que el ser humano se posiciona en el centro del proceso de desarrollo y que las actividades de las generaciones actuales no va a reducir las oportunidades y las opciones de las generaciones venideras.

Una perspectiva ecológica del Desarrollo Humano, según Urie Bronfenbrenner consiste en un cambio perdurable en la forma como una persona se relaciona con el medio y como lo percibe. Hablamos de *micro-sistema* cuando nos referimos al entorno más inmediato en el que una persona funciona (relaciones familiares, con pares, entorno laboral, etc.) y *mesosistema* a la relación que se da entre dos o más sistemas en los cuales la persona está contextualizada y participa activamente.

Se habla o hace referencia al *ecosistema* a aquellos entornos en los cuales no participamos pero sí se recibe la influencia.

Y el *macro sistema* aquel que contiene a los otros sistemas y desde el cual se establecen los mecanismos reguladores (BRONFENBRENNER, 1997)

3 DESARROLLO EMOCIONAL: IMPACTO EN EL DESARROLLO HUMANO

El hombre, es ante todo un ser social. Lo cual depende de su ambiente social no sólo para sobrevivir físicamente, sino para su desarrollo psíquico y espiritual. La herencia cultural, la que no puede concebirse sin la sociedad, proporciona a los seres humanos contenido y forma a su existencia.

La continuidad en la historia humana es una continuidad cultural basada en la interacción. Es un “*hacerse*

con otros”. Es en este aspecto donde el desarrollo emocional receptiona elementos desde el mundo externo para constituirse desde lo propio, e impactar en el desarrollo humano. Por ello, desde esta perspectiva humanista es necesario considerar que toda persona desde su proceso de individuación puede convertirse en persona y ser perfectible.

La psicología moderna se inicia con la convicción de que el comportamiento humano no es puramente accidental, sino que está determinado por algo, es decir, ocurre en un contexto establecido (PAPALIA, 2000)

Al vivir en este contexto, el ser humano vive situaciones las que a medida que se desarrolla a través de su ciclo vital se tornan más complejas, lo cual hace que su comportamiento sea a su vez más diferenciado, varía de persona a persona acorde con los intereses, habilidades y circunstancias vitales propios. Esto, nos parece el resorte de aprendizaje para desarrollarse en el contexto de cada persona en la perspectiva humanista del desarrollo humano

Es en comunidad que el hombre se convierte en persona humana ya que ahí se desarrollan sus potencialidades, pone a prueba su expresión emocional y alcanza o no manejo sobre ellas según el contexto en el que se desenvuelve y ello repercute en su Desarrollo Humano global (GOTTMAN, 1997).

El hombre ha desarrollado una sicósfera que es dinámica y cambiante y hoy más que ayer, a raíz de los cambios socio culturales y de los impactos de la globalización. Como este comportamiento no está determinado por la herencia, el ser humano puede proyectarse en un camino trascendente, la autorrealización. Es decir puede optar por satisfacer necesidades del ser o metanecesidades (MASLOW, 1997).

De acuerdo con la perspectiva biologicista, las emociones surgen de las influencias corporales (vías neuronales límbicas, tasas de descarga neuronal y la retroalimentación facial). Para la perspectiva cognitiva, las emociones surgen de los recursos cognitivos, memoriza a medida que la persona impone o interpreta personalmente el significado de un hecho, situación estímulo (REEVÉ, 2001). Ambas posturas han encontrado una gran gama de datos empíricos para apoyar su posición teórica.

Sobre el hecho de que las personas casi siempre interpretan la auto-relevancia y el significado que tiene un acontecimiento para ellos, se llega a la conclusión que la evolución se da primero que la experiencia emocional (GOLEMANN, 2000).

Según, Maslow las metanecesidades, apuntan a la búsqueda de la verdad, belleza, justicia, compromiso, satisfacción espiritual entre otras. Las que no se desarrollan o se accede a satisfacerlas mientras las

necesidades básicas o primarias no estén satisfechas, es decir “cuando hay hambre y no hay trabajo” según Maslow, no se accede a optar por los caminos autorrealizantes, siempre y cuando no se haya evolucionado en esos aspectos, es decir si se han logrado no se pierden, se enfrentan las adversidades de forma distinta.

Conjugando las posturas teóricas planteadas tanto a nivel del Desarrollo Humano como del Emocional, se puede deducir que si bien es cierto que la constitución y herencia a la que accede una persona es fundamental no es menos cierto que el contexto donde se desarrolla ejerce también una poderosa influencia y afecta el Desarrollo Humano.

La articulación entre ambos aspectos persona-medio es vital para generar espacios que permitan un buen desarrollo emocional, el que a su vez conllevará a la persona a situarse en su contexto desarrollando competencias socio-emocionales que le permitirán afrontar al medio con las características actuales; dinámico, cambiante, competitivo y globalizante, con competencias personales adecuadas a dicho contexto.

La familia es también un agente constructor de estos aspectos socio-emocionales al ofrecer modelos que sean compatibles con la realidad vital, y de generar oportunidades para desarrollarse emocionalmente.

El seno familiar es una unidad o instancia que ofrece contención afectiva, a través de la cual se sustenta el desarrollo emocional de las personas y es en ella donde se encuentran los espacios que favorecen o entorpecen este desarrollo con el cual se hará frente a las situaciones vitales cotidianas, y aquellas de corte no normativo y que afrontamos de acuerdo al momento en que se viven y con las herramientas adquiridas en el seno familiar, sumándose las potencialidades propias de cada ser humano.

Padres y madres censuradores, opresores y castigadores generan un desarrollo emocional disfuncional y deficitario en estrategias y competencias emocionales para enfrentar y afrontar los tiempos actuales, independiente en muchos casos del tipo de constitución familiar.

Tomar en serio las emociones de las personas, es una capacidad que se desarrolla a lo largo del ciclo vital, exige empatía una aguda capacidad de escuchar y una disposición para observar los hechos desde la perspectiva del otro, sin perder la propia (REEVÉ, 2001).

El conflicto es un hecho de la vida diaria y también de la familia. Se entienden como aspectos, situaciones que generan preocupación y sobre los cuales se deben tomar decisiones. Cuando hay competencias emocionales desarrolladas se afronta de mejor manera las dificultades, lo que redundará en una mejor calidad de vida, tanto para uno, como para las personas que configuran y participan en nuestro entorno cercano.

Para lograr un Desarrollo Humano más armónico desde la perspectiva de la persona como ser evolutivo e interactivo es necesario desarrollar vínculos emocionales apropiados principalmente con los seres cercanos, los que nos permitirán generar espacios vinculantes con otros, pero a la vez sentir la contención afectiva que nos favorezca al momento de aprender el manejo de las emociones y no la inhibición de las mismas, pudiendo otorgar a otros la contención afectiva necesaria para establecer relaciones interpersonales significativas (ERIKSON, 1994).

Los estudios revelan que aquellas personas que han tenido un vínculo emocional de respeto, de acogida, de valoración por parte de su familia, han sido capaces de desenvolverse en mejores condiciones en la escolaridad, en los contactos sociales y sus vidas son más satisfactorias y con calidad (GOTTMAN, 1997).

CONCLUSIONES

El Desarrollo Humano entendido como un proceso de ampliación de las opciones de las personas conjugando aspectos fundamentales como: lo constitucional de cada ser, la herencia y la interacción de estos elementos con el medio en el cual se desarrolla, aunado al proceso evolutivo propio del Desarrollo Humano de las personas, permitiría tener acceso a los recursos necesarios para mantener un nivel de vida decente que favorezca un bien ser, bien-estar, bien hacer y un bien saber.

Lo anterior, relacionado con un desarrollo emocional armónico, permitiría a la persona afrontar con mejores estrategias los impactos de una postmodernidad, donde la globalización ejerce una influencia que puede o no afectar de manera negativa su desenvolvimiento.

Las opciones esenciales a través de las cuales se define el Desarrollo Humano, desde una postura sustentable y sostenible: *llevar una vida saludable, adquirir conocimientos, y tener acceso a los recursos necesarios*, para mantener un nivel de vida que permita satisfacer las necesidades básicas, ayudará a favorecer un buen desarrollo en todo sentido. Sin embargo, si estas opciones esenciales no están a mano, otras oportunidades serán inaccesibles.

Si se tiene presente lo anterior, se podrá generar espacios y oportunidades de desarrollo emocional desde la cuna, lo cual redundará en tener personas capaces de resolver problemas socio-emocionales en todos los ámbitos, partiendo de lo cotidiano, pudiendo acceder así, a una mejor calidad de vida.

Pero también, se debe tener presente que las opciones mencionadas son infinitas y pueden cambiar con el tiempo. Permittiéndonos reflexionar en el sentido que se debe estar atentos y concientes para ofrecer

oportunidades y espacios de desarrollo emocional acorde a las personas, al medio y a los tiempos.

REFERENCIAS

- BRONFENBRENNER, U. **El sentido ecológico del desarrollo humano**. México: Paidós, 1997
- ERICKSON, E. **Ciclo vital completado**. Buenos Aires: Paidós, 1994.
- GOLEMAN, D. **Inteligencia emocional**. Santiago de Chile: Javier Vergara Editor, 2000.
- GONZALEZ, L. **Estudio del logro educativo en el índice de desarrollo humano en América Latina y el Caribe**. Santiago de Chile: Oficina Regional de Educación de la UNESCO, 1996.
- GOTTMAN, F. **Los mejores padres**. Santiago de Chile: Javier Vergara Editores, 1997.
- MASLOW, A. **Motivación y personalidad**. Buenos Aires: Troquel, 1999.
- MASLOW, A. et al. **Más allá del ego**. Buenos Aires: Troquel, 1999.
- MONTESORI, M. **Desarrollo humano**. México: Editorial Diana, 1997.
- PAPALIA, D. **Psicología**. México: McGraw-Hill, 2000.
- REEVE, J. **Motivación y emoción**. México: McGraw-Hill, 2001.
- SHAPIRO, L. **Inteligencia emocional de los niños**. Santiago de Chile: Javier Vergara, 1997.
- STEINER, C. **La educación emocional**. Buenos Aires: Javier Vergara, 1997.