

EDITORIAL

Psicología positiva y optimismo pedagógico

Fundada por Martin Seligman hace poco más de una década, la psicología positiva centra hoy todos sus esfuerzos en el desarrollo de líneas de investigación vinculadas con las relaciones positivas, con los proyectos positivos, con las emociones positivas, con la felicidad, con el optimismo, con el agradecimiento, con la resiliencia, con el estudio de los aspectos más valiosos, atractivos y deseables del ser humano, con sus fortalezas más importantes: la creatividad, la curiosidad, la apertura mental, la pasión por el aprendizaje, la capacidad para mirar en perspectiva, la autenticidad, el valor, la persistencia, la vitalidad, la bondad, el amor, la inteligencia social, la justicia, la equidad, el liderazgo, el trabajo en equipo, la capacidad para perdonar, la modestia, la prudencia, la autorregulación, la gratitud, la religiosidad, la esperanza, el humor, y la apreciación de la belleza, la excelencia y la destreza en todos los ámbitos de la vida. Y es que los seres humanos somos algo más que problemas, frustraciones, complejos, fantasmas, malestar, tragedia, dolor, angustia y sufrimiento, aunque también seamos todo esto. Además podemos experimentar emociones hondas, intensas, persistentes y duraderas, capaces de proporcionarnos felicidad y de promover comportamientos placenteros, heroicos, comprometidos y solidarios.

La diferencia entre optimismo y pesimismo, entre esperanza y desesperanza, no es más que una cuestión de actitud. Hay quienes creen que pensar en positivo es estar ciego ante la realidad y que el pesimismo, en consecuencia, supone una posición intelectual superior a la optimista. Tan sólo los pesimistas serían capaces de transformar el mundo, frente a los optimistas, que, además de ser unos ingenuos, están satisfechos y se conforman con lo que hay, incapaces de rebelarse ante el (des)orden social imperante, las injusticias de todo género o las tragedias de la vida. Pero, ¿qué sería de nosotros si no confiamos en que los tiempos venideros nos traerán paz, alegría, amor, prosperidad, solidaridad, justicia, felicidad y una vida mejor para todos; si dejamos de soñar con nuevas metas, conquistas y logros; si renunciamos a las utopías, que, como el horizonte, nos permiten seguir haciendo camino al andar?

Muchos pensaron, desde la ya lejana noche del tiempo, que el hombre jamás podría volar, pero un siglo después de que el primer biplano levantase el vuelo, un fragmento del mismo reposa en la Luna, en el Mar de la Tranquilidad; y es que, como decía Neruda, el poeta del amor y del pueblo, se podrán talar las alamedas

y cortar todas las flores, pero nadie podrá detener las primaveras e impedir que los campos vuelvan a reverdecer.

Existen las pérdidas, los duelos, las enfermedades, la muerte, las catástrofes, las desgracias, las guerras, las decepciones, las injusticias o la insatisfacción del deseo; y nadie puede evitar, por muy optimista que sea, el sufrimiento y las penas que nos acarrea nuestra propia existencia. Pero la mayor parte de nosotros estamos capacitados para convertir las crisis en oportunidades, las dificultades en posibilidades; para afrontar de forma positiva, con optimismo inteligente, las situaciones adversas, para dotarlas de sentido, para vivirlas más como retos y desafíos que como amenazas o fracasos irreparables, para enfrentarlas o esquivarlas, o para reducir su nivel de impacto psicológico.

Por otra parte, las investigaciones sobre el bienestar subjetivo destacan que la felicidad está profundamente conectada con el establecimiento de vínculos significativos y profundos con nuestros semejantes, y que, en consecuencia, tendremos más oportunidades para ser felices y desarrollar una vida en plenitud en la medida en que nos planteemos objetivos, metas y compromisos compartidos y solidarios. En realidad, tales investigaciones no hacen más que confirmar algo que el ser humano conoce desde hace milenios: que la construcción de un mundo feliz no es una cuestión individual, sino un proyecto social y colectivo.

Todas estas cuestiones, que conforman el eje central sobre el que pivota la presente monografía, nos ofrecen una excelente oportunidad para tomar postura a favor de una pedagogía del optimismo y de la esperanza, capaz de generar importantes avances educativos, sociales y de crecimiento personal. Frente a la cultura de la queja que propagan los agoreros y catastrofistas de siempre, nosotros estamos convencidos de que la institución escolar tiene hoy una importante misión que cumplir: llevar a las aulas el aprendizaje de las fortalezas humanas y del optimismo inteligente, y poner todo ello al servicio de la construcción de un mundo más pacífico, más justo, más solidario y mejor para todos.

El Consejo de Redacción