

JESSICA HOFFMAN

La doctora Jessica Hoffmann es investigadora posdoctoral asociada en el Yale Center for Emotional Intelligence (Centro de Inteligencia Emocional de Yale) y psicóloga clínica. Es jefa de proyecto de las iniciativas de Educación Secundaria del Centro, incluyendo RULER e InspirED, que son dos programas que promueven que los estudiantes y los profesores de instituto se familiaricen con el aprendizaje social y emocional para incentivar la creación de entornos seguros y enriquecedores en los que todos tengan la oportunidad de alcanzar su potencial máximo. La doctora Hoffmann se licenció en Psicología y Sociología en la Universidad de Brandeis y cursó los estudios de máster y de doctorado en Psicología Clínica en la Universidad Case Western Reserve. Allí recibió la dotación Cora Unger Brisky del Schubert Center for Child Studies por su trabajo de investigación en intervenciones escolares que fomentan el pensamiento creativo, así como la capacidad de adaptación y afrontamiento. Actualmente sus investigaciones se concentran en las emociones de los adolescentes. En concreto, en el impacto del aprendizaje social y emocional dentro del ambiente escolar, en la resolución creativa de conflictos y en la capacidad de gestionar las emociones. Jessica Hoffmann también ha colaborado con colegas de Italia, España y México y ha publicado en revistas como *The Creativity Research Journal* y *The Journal of Cross-Cultural Psychology*. Por último, la doctora Hoffmann es una gran aficionada a la hípica y compagina su trabajo en Yale con competiciones ecuestres regionales y nacionales.

Enseñando inteligencia emocional y creatividad a través del arte en el Centro Botín

Las habilidades emocionales, como puede ser la capacidad para canalizar la inspiración o para gestionar la ansiedad, potencian la creatividad. Por otro lado, realizar actividades creativas refuerza las habilidades emocionales, como la tolerancia a la frustración y la perseverancia. No obstante, lo más importante es que tanto la creatividad como las habilidades emocionales pueden enseñarse y aplicarse en el día a día. Hemos diseñado cuatro cursos sobre creatividad e inteligencia emocional a través del arte visual, en los que transmitir estos conocimientos. Los cuatro cursos, planificados para adultos, niños, adolescentes y familias, se han puesto a prueba en el Centro Botín y se ha determinado que enseñar esta combinación única de habilidades tiene un gran impacto en los participantes. Al final del curso, los niños demostraron haber adquirido conocimientos sobre técnicas de pensamiento creativo; las familias eran más conscientes de la capacidad creativa de cada uno de sus miembros; y los adolescentes mostraron mayor capacidad para describir sus emociones. El nivel de satisfacción general en relación a los cursos fue muy alto. Asimismo, gracias a este proyecto de investigación, quedo demostrado que enseñar habilidades emocionales y creativas conjuntamente, al tiempo que se aprovecha el poder del arte, tiene un efecto exponencial.