



Biblioteca Digital DIBRI -UCSH por [Universidad Católica Silva Henríquez UCSH -DIBRI](#).
Esta obra está bajo una licencia Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 Unported de Creative Commons.
Para ver una copia de esta licencia, visite <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/>

FORO EDUCACIONAL 04

Emociones en la Educación ^{1*}

Juan Casassus*

INTRODUCCIÓN.

¿Por qué hablar de las emociones en la educación? ¿no es esto algo extraño, puesto que la educación ha sido una de las principales expresiones institucionales de la negación de las emociones? ¿no será éste un contrasentido? Recordemos que cuando se crearon los sistemas educativos en Europa hacia mediados del siglo XIX, imperaba una visión positivista del mundo. En ese tiempo la “Razón” era el faro luminoso que inspiraba un futuro de progreso y de felicidad. Después de todo, desde la Grecia antigua, occidente había asumido la visión del ser humano como un animal racional. Y en este centauro, la razón tenía la función de dominar las bajas pasiones emocionales y corporales. Para mantener y preservar esta dominación, los sistemas educativos se inspiraron de las cárceles y de los hospitales para fijar el imperio de la razón sobre el resto de nosotros ². Todos hemos pasado por este sistema carcelario, que niega el cuerpo y las emociones. Durante más de 150 años el sistema educativo se ha constituido y perfeccionado en sus prácticas haciendo como si el cuerpo y las emociones no existieran, afirmando a la razón y la racionalidad como lo único válido a desarrollar, dejando las emociones en el plano de la ceguera.

Pero empeñarse en no ver la realidad, no quiere decir que ella no exista y que finalmente termine por emerger. Afortunadamente hoy eso está ocurriendo. Hoy encontramos que por todas partes se está reconociendo la emergencia de la realidad emocional, y mientras más rápido podamos adaptar nuestras instituciones a ello, más satisfactoria serán nuestras vidas hoy y de la sociedad mañana.

Muchos hablan de que estamos viviendo un periodo dominado por el mundo de la economía. Así hablamos de la globalización, o el de la sociedad del conocimiento, mientras que otros hablan de la sociedad de la información, o la de las redes. Hay mucha validez en estas visiones. Pero notemos que esta es una caracterización externa.

Hay otros que pensamos que estamos viviendo un periodo que se puede caracterizar como uno en el cual se está experimentando una revolución emocional y, como tal, apunta hacia una caracterización interna. Hoy podemos decir que la conciencia emocional y la comprensión emocional pueden transformarse en el faro que nos ilumine el camino que lleva a la democracia, a la paz y la felicidad. ¿Porque la democracia? Porque, como lo señalaba Adam Smith, la empatía es la base emocional de la democracia y sin ella, la sociedad no es sustentable. ¿Por qué la paz y la felicidad? Porque ellas son fundamentalmente estados de ánimo, estados de equilibrio emocional que se pueden lograr.

* Sociólogo, Consultor UNESCO

1 (*Notas a pie de página al final)

La manera de pensar acerca de las emociones está cambiando radicalmente en todos los ámbitos. Para tomar la referencia científica, voy a mencionar algunos de estos cambios que, a mi juicio, nos dan un cuadro apasionante.

1. las emociones son mecanismos de supervivencia que ha evolucionado por miles de años. Esto ya fue notado por Darwin ³ (y uno podría agregar, que siguen evolucionando) No hay nada de blando o Light en esto. Sobrevivir es crucial para vivir y cada una de las emociones tiene un papel en esto. De las emociones depende la supervivencia de cada uno y de la sociedad.

2. las emociones son procesadas por el cerebro en sistemas de redes que nos sirven para anticipar, evaluar y responder a situaciones ⁴. La razón, el pensamiento lógico matemático, opera en secuencias neurológicas fundamentalmente en el hemisferio izquierdo. A diferencia de ella, las emociones son sistemas de redes que vamos nutriendo con nuestras vidas y nos permiten orientarnos más eficazmente, pues perciben antes que la razón y nos ponen en disposición a la acción

3. se conoce mejor las relaciones entre emociones e identidad. La identidad de cada uno, quién uno es, está en gran parte determinado por una parte por la memoria, y por otra parte, por la manera de cómo actuamos y reaccionamos. Una gran parte de las emociones que emergen de las vivencias de nuestras vidas están guardadas en la memoria, en lugares de los cuales no estamos conscientes, y por lo tanto, desde el inconsciente afectan nuestras reacciones ⁵. Con frecuencia estamos movidos por emociones inconscientes (por asociaciones inconscientes) y no sabemos lo que nos está pasando. Por otra parte, lo que hacemos y como lo hacemos es un indicador de quienes somos. Estas acciones son el resultado de nuestra reacción a las situaciones en las que nos encontramos.

4. la inteligencia otrora era considerada como una facultad puramente intelectual. Hoy no solo se reconocen distintos tipos de inteligencia,(inteligencias múltiples IM) como lo señalan Garner ⁶ o Steinberg ⁷, sino que también la noción de inteligencia emocional es ampliamente reconocida ⁸ y se le asigna un espacio cada vez mayor en la medida que avanza la investigación neurológica.

5. las emociones afectan la salud, hasta el punto de marcar la diferencia entre vida y muerte ⁹. Pero las emociones no sólo enferman a través de su efecto psicosomático, ellas también sanan ¹⁰

Estas pocas frases deberían llenarnos de curiosidad e interés por conocer nuestras emociones. Por ejemplo en vez de hablar de la emociones como lo estoy haciendo ahora, detengámonos un instante para hacer un pequeño ejercicio. Sólo démonos un segundo para responder a la pregunta siguiente: ¿cómo estoy? No nos respondamos, “bien”, o “mal”, sino “ansioso”, “triste”, “curioso”, “rabioso”. No es fácil responder a esta pregunta tan simple, y sin embargo, es de ella que se desprende todo.

Lamentablemente, no podemos continuar por esta vía, sino que tenemos que volcarnos al tema de las emociones en la educación propiamente tal.

Este tema tiene varias dimensiones y voy a expresar algunas ideas breves acerca de algunas de ellas, progresando de lo micro a lo macro: es decir aspectos que vinculan las a emociones a los aprendizajes, al pensamiento, al comportamiento, a los docentes, el clima del aula, y las finalidades de la educación.

I. EDUCACIÓN Y APRENDIZAJES.

En la ciencia de la neurobiología, autores como Antonio Damasio ¹¹, Humberto Maturana ¹² y Francisco Varela ¹³ se han dedicado al estudio del sistema neurológico y han establecido que los aprendizajes dependen de las emociones. Apoyados en este dato, psiquiatras como Pekrum, Boegarts, Leduc, Hadjy han estudiado cómo ciertas emociones abren las posibilidades de aprendizaje, mientras que otras las cierran. Si miramos a los obstáculos, hay muchas emociones que inhiben y son amenazas para que pueda ocurrir el aprendizaje en los niños. Por ejemplo, el miedo produce una concentración de la atención, pero por solo unos instantes, muy rápidamente produce vacíos en la atención, produciendo así distracción. (Como dato, en promedio, los niños están distraídos alrededor del 80% del tiempo en que están en clase) El sentirse amenazado, da lugar a un efecto de “giro involutivo” que produce desamparo, haciendo que los niños no se sientan seguros para abrirse a las posibilidades de aprender, de superar sus esquemas mentales anteriores, los lleva a no enfrentar los desafíos que implica el aprendizaje, los deja con el sentimiento que no pueden acceder a sus propias capacidades.

La neurociencia ha descubierto que la educación tradicional (la amenazante) es compatible con la memorización, pero incompatible con el aprendizaje que requiere relacionar, crear y desarrollar pensamientos de orden superior. Pero este campo no es un espacio determinista, como podría sugerirse de algunas prácticas de origen conductista. Ella varía según las personas. Por ejemplo, lo que más se ha estudiado es el efecto de la ansiedad, sin embargo, sus efectos son ambiguos, pues a veces inhiben y otras veces estimulan el desempeño de los niños, eso depende de cada niño o niña.

Investigaciones recientes apuntan a las emociones son un factor importante y estable en la predicción del desempeño de los alumnos. Emociones tales como la vergüenza que sienten los alumnos, la rabia, el aburrimiento, la pena o la desesperanza no son favorables al aprendizaje porque minan el esfuerzo, producen pensamiento irrelevante y distraen. Por otra parte, las emociones favorables como la apertura, el entusiasmo, el gusto por aprender, el orgullo, la esperanza de aprender, son todas emociones favorables al aprendizaje. Pekrum ¹⁴ ha demostrado que las emociones en el campo académico predicen el esfuerzo que los alumnos harán en sus estudios, la determinación de estrategias flexibles de aprendizaje, la manutención y desarrollo de recursos de atención disponibles para el aprendizaje y que culminan en el desempeño académico. Sin embargo, el mundo de las emociones se ha mantenido alejado de la discusión pedagógica y del discurso positivista en el cual se des- envuelve la educación.

II. EMOCIONES Y PENSAMIENTO.

Salovey y Meyer ¹⁵ (los creadores del concepto de inteligencia emocional) así como Le Doux ¹⁶, han mostrado que las emociones son importantes para pensar correctamente. Ellas reorientan, priorizan y dirigen el pensamiento. Facilitan los juicios y las decisiones, facilitan la comprensión de los estados de ánimo, permite analizar las informaciones de origen emocional, y utilizan los estados emocionales para identificar y solucionar problemas.

III. EDUCACIÓN, EMOCIONES Y COMPORTAMIENTO.

Un aspecto importante de la educación tiene que ver con la idea de que la educación debe generar el aprendizaje de conductas sociales. Pero para ello tenemos que comprender cómo ocurre el comportamiento. En este campo, la relación entre emociones y comportamiento es sorprendente. Observemos como pasa. Si estoy enrabado, que hago: grito, me pongo rojo. Hago ese tipo de cosas, pero estando enrabado ¿puedo acariciar? No. Si estoy asustado, mi cuerpo se encoge, y me “voy para adentro” y desde allí miro para afuera. Estando asustado

¿puedo estar alegre? No. Parece que cuando estoy en una emoción, tengo la predisposición para hacer un cierto tipo de cosas, y no estoy predispuesto para hacer otras. Cuando llego con rabia a casa y se acerca mi hija a darme un beso, antes de acariciarla de vuelta, tengo que cambiar mi emoción, tengo que abrirme a la emoción del amor, y luego acariciarla. M Heidegger ¹⁷ ha elaborado sobre esto. El establece que las emociones son una predisposición a la acción. El afirma que detrás de cada acción hay una emoción. En la base, como un soporte, de todo lo que hacemos hay un mundo inconsciente, un mundo de emociones que nos lleva a actuar de tal o tal manera. Si queremos comprender lo que hacemos, si queremos encontrar un sentido en lo que hacemos, tenemos que ser capaces de entrar en nosotros mismos y conocer nuestro mundo emocional. De lo contrario estaremos presos de las programaciones inconscientes en las cuales evolucionan nuestras emociones

Educación, cuerpo emociones y comportamiento. En este mismo ámbito hay que notar un punto importante. Este es que las emociones se experimentan antes en el cuerpo que en la mente. Antes de que la mente influya sobre nuestra acción (si es que logra influenciarla) nuestras acciones están influenciadas no solo por nuestras emociones, sino por las emociones inscritas en nuestro cuerpo. Por ello es importante aprender de nuestro cuerpo, escucharlo, conectarse con él, desarrollar la capacidad de sintonizar con lo que ocurre con nuestros cuerpos, si es que queremos comprender lo que acontece con nuestro mundo emocional, si es que queremos tener control sobre las acciones que realizamos.

IV. LAS EMOCIONES Y LOS DOCENTES.

En relación a los docentes solo voy a mencionar dos aspectos:

i) La educación es una profesión profundamente emocional. Todos (¿todos?) sabemos que es el compromiso emocional de los docentes con sus alumnos es lo que hace la diferencia en la calidad de los resultados de los niños en las escuelas. Las técnicas, por importantes que sean, son solamente un apoyo, útil por cierto, para el profesor comprometido, y un instrumento inútil, para el profesor descomprometido. El trabajo docente, la pedagogía, es una relación, y las relaciones son emocionales. Estas relaciones pueden o deben ser más profundas si es que el enfoque es constructivista, puesto que se supone que el docente está mucho más cerca del alumno y es capaz de conocer su mundo, para poder facilitar el aprendizaje a través de área de desarrollo próximo.

ii) La otra dimensión es el mundo emocional de los docentes. Los docentes en su trabajo, están con su mundo emocional presente: están sus estereotipos, sus atribuciones, sus miedos, sus amores y sus rabias. Esta emocionalidad es compleja. La observación del mundo emocional de los docentes, que está presente en la relación y el estilo pedagógico ha puesto en primera plana la preocupación por el tema de la salud mental de los docentes. Esta es una profesión que ha sufrido mucho, y este es un sufrimiento que pesa.

V. LAS EMOCIONES ENTRE LOS FACTORES MAS IMPORTANTES QUE AFECTAN EL RENDIMIENTO.

Esta área, ya mas macro, considera a las emociones, mas propiamente el clima emocional, con el aprendizaje. En un estudio realizado por UNESCO en 14 países de América Latina ¹⁸ y que analizó los factores que afectan el rendimiento en la segunda mitad del siglo pasado, se identificó por primera vez, que el clima emocional del aula, tenía un gran impacto en el rendimiento de los alumnos. Fue una gran sorpresa notar que tres variables: el tipo de relación del profesor con los alumnos, la relaciones entre los alumnos y el clima de paz o de tolerancia en el aula, explicaba más del 50% de las variaciones del rendimientos entre las escuelas. Esto quiere decir que estas tres dimensiones, por sí solas, explican mejor el rendimiento de los

alumnos que la suma de todas las otras variables reunidas y que son – sin más – las variables que han sido usadas como políticas educativas en reformas educativas en el mundo, incluyendo nuestros países de América Latina. Es interesante notar que esta es la primera vez que esta variable aparece en este tipo de estudios. Tanto ha sido su impacto, que posteriormente, esta variable, bajo el nombre de “disciplina” en el aula fue introducida en el estudio PISA de la OECD.

VI: EMOCIONES Y OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN

Más allá del debate acerca de qué es calidad en educación, si nos atenemos al tratamiento de la calidad como siendo aquella que satisface las demandas de los usuarios (los niños y los padres) y de la sociedad, el sistema educativo y las políticas tienen que estar en sintonía con esas demandas y debe tener una gran conectividad con ellas.

Estas demandas emergen del mundo complejo en el cual se desenvuelven las sociedades contemporáneas. Estas operan en un mundo dominado por la economía y por la globalización. Esto genera una fuerte presión en la cual los padres tienen que trabajar más que antes para darles un nivel de vida “adecuado” a sus hijos. Al hacerlo, le dejan mucho menos tiempo a estar con ellos, lo que estimula el creciente síndrome de abandono en los niños. Igualmente, les consagran mucho menos tiempo a su comunidad, aumentando la fragmentación social. A esto hay que agregar también a que hay más movilidad en el trabajo, y por lo tanto mayor desarraigo. Al mismo tiempo hacemos frente a un aumento de la violencia en todas partes, aunque con distintos grados. Los niños ya no tienen permiso para juntarse con otros en otras casas ni deambular en las calles. Abandono, fragmentación, desarraigo, violencia, todas ellas son fuente de tensión y angustia. En breve, los niños ya no tienen las mismas oportunidades de socialización que tuvieron las generaciones anteriores. Esta tarea de socialización, de humanización que era cubierta por la familia y por los grupos de barrio, esta recayendo en los docentes. Podemos afirmar que la demanda de la sociedad, de los padres y de los niños, hacia la educación – en la práctica aunque no aun en las políticas - ha cambiado. La experiencia de los docentes hoy es que, además de las presiones que vienen del sector de gobierno en cuanto a estándares, mediciones, premios, castigos, lo que se le pide realmente de los docentes es: el cuidado, la contención, la socialización, la formación humana y la protección de los niños. Los docentes dejan gran parte de sus energías a contener a sus alumnos, a sanar sus heridas, y el mismo tiempo a protegerse ellos mismos de la violencia creciente que inunda sus aulas. Todas estas cosas que son del ámbito del desarrollo del mundo emocional y de la búsqueda de equilibrios.

VII. POR UNA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Todo lo anterior ha llevado a la necesidad de desarrollar una Educación Emocional.¹⁹ En este ámbito, (como en cualquier otro) cuando usamos la palabra “educación” lo hacemos en el sentido etimológico de la palabra. Ex duc “sacar de adentro”. En la práctica, de hecho, nadie le enseña nada a otro, sino que es el docente el que facilita que ocurra el aprendizaje, pero es el trabajo del alumno el aprender.

Las competencias emocionales para vivir bien pueden desarrollarse. El conocimiento de qué son y qué ocurre con nuestras emociones puede desarrollarse. No se trata de un conocimiento cognitivo, sino experiencial. Podemos aprender a usar la fuerza de las emociones en un sentido positivo, podemos también comprender cómo modificar nuestros estados de ánimo. A título de ejemplo, lo que hacemos con el cuerpo - soporte de la emoción - puede modificar los estados de ánimo: así, si estamos depresivos, el ejercicio nos estimula; si estamos fatigados, el descanso nos restaura, si estamos ansiosos, la respiración abdominal la elimina. Todas estas capacidades, y por supuesto muchas más, deberían ser parte del bagaje corriente de los docentes. Cada docente sabe que los niños están fatigados y tensos. Ellos saben que su peor problema pedagógico, es cómo motivar a los niños y cómo mantener su la atención, cuando están el 80 % del tiempo en otra partes distraídos.

Con los nuevos aprendizajes emocionales, el cerebro se reconfigura y cambian por lo tanto los impulsos de nuestras acciones. Si tenemos patrones de comportamientos que nos producen problemas a nosotros y a los otros, es bueno saber que podemos aprender a desprogramarlos y modificarlos.

Así como las competencias emocionales para vivir bien se pueden aprender, las competencias emocionales para convivir, también pueden desarrollarse.

Pero para ello se necesita entrar en la conciencia emocional. Mirar su propio mundo emocional, identificar las emociones que tenemos. Esto no es fácil, pues nos distraemos, a veces no queremos ver cómo estamos y la tendencia es evitar mirarlo (como pudimos ver en el pequeño ejercicio que hicimos recién). Pero, si queremos vivir mejor, es importante identificar los patrones de que dominan nuestra acción. Sin embargo, no basta con identificarlos. Hay que ponderarlos y expresarlos, ver cómo se manifiestan en el plano del cuerpo y en el plano psicológico. Para conocerlos, para poder conocerlos en sus múltiples y contradictorias formas, y para poder modificarlos, hay que practicar y practicar mucho.

A la par de la conciencia emocional también tenemos que desarrollar la comprensión emocional. Ser capaz de comprender lo que le ocurre a los otros, aprender a ponerse en su lugar, sentir lo que ellos sienten. En definitiva a empatizar.

Si no entramos en este conocimiento, si vivimos en la inconsciencia emocional, en la incompreensión de nosotros mismos, no sabremos quienes somos, y nos quedaremos sin saber cuáles son nuestras capacidades, y seremos arrastrados por fuerzas desconocidas. Con relación a los otros, en vez de vivir en la comprensión emocional, viviremos en la incompreensión emocional, en el malentendido, y el malentendido es fuente de agresiones y de espirales de violencia.

Con un grupo de investigadores, en los últimos 5 años hemos experimentado y desarrollado un programa de educación emocional que estamos implementando en organizaciones y en escuelas del Ministerio de Educación en Chile. Es interesante notar algunos de los resultados que han ido produciendo el programa. Entre ellos se destacamos algunos: mayor contención de los niños por parte de los docentes, menor derivación a los psicólogos, mayor atención, mejores notas, mayor confianza entre profesores y alumnos, mayor disciplina, mejor relación entre los alumnos, menos violencia, más concentración, menores tensiones.

Conclusiones

Las experiencias en nuestras vidas nutren nuestras redes neurológicas que son las que configuran nuestra memoria emocional. Las emociones, nuestra vivencia y nuestra memoria emocional configuran nuestras vidas cotidianas. Podemos tener acceso a nuestras vidas de manera más clara si tomamos conciencia de nuestro mundo emocional. Si tomamos conciencia de nuestras vidas podemos vivir mejor y ver cómo actuar mejor. Por el contrario, podemos vivir una vida de sufrimiento inútil si nos mantenemos inconscientes de las fuerzas internas que nos configuran.

Todo esto se puede aprender. Por ello, es curioso que nuestros sistemas educativos, en vez de estar preocupados por estimular la empatía, el sentir, la creación, la ingeniosidad, la curiosidad, la compasión, el reconocimiento de la diversidad humana, todos los cuales son las fuentes verdaderas para lograr una sociedad del conocimientos, de la información y de redes, y que también son el polo simétrico de la globalización, las políticas educativas han entrado en la

obsesión de promover la homogeneidad, de crear estándares, de imponer uniformidad, inconscientes del daño que están produciendo.

Quiero terminar expresando mi convencimiento de que independientemente de otros objetivos que se le puedan fijar al sistema educativo su objetivo principal hoy día debería ser el posibilitar que cada niño y cada niña puedan conocerse a sí mismos, para que puedan vivir con mayor confianza en sí y en los otros, en este mundo turbulento. La clave para ello es la comprensión del mundo emocional personal y la comprensión del mundo emocional de los otros. Sólo así la educación podrá cumplir con la promesa implícita que todos llevamos adentro que es de la contribuir la felicidad personal y la convivencia pacífica.

Notas

- 1 Conferencia realizada en Enero 2004 en la UCSH con motivo de la Inauguración del Magister en Educación con Mención en Prevención y Promoción Social.
- 2 Foucault, M. Vigilar y Castigar.
- 3 Darwin, Charles The Expression of Emotions in Man and Animal. Oxford University Press, 1998.
- 4 Rosenthal, Norman. The Emotional Revolution. Citadel Press, 2002.
- 5 Schacter, Daniel. Searching for Memory. Basic Books, 1996
- 6 Garner, Howard. Multiple Intelligences. Basic Books, 1993.
- 7 Robert Steinberg, Beyond IQ. The Press Syndicate of the University of Cambridge, New York, 1985
- 8 Goleman, Daniel. Emotional Intelligence: why it can matter more than IQ. Bantman, 1995
- 9 Bruce, Rabin Stress, Immune function and Health. Wiley Liss, 1999
- 10 Pennebaker, James Opening up: the Healing Power of Expressing Emotions. Guilford Press, 1997.
- 11 Damasio, A. Descartes' Error. Putman, New Cork, 1994
- 12 Maturana, H. Emociones y lenguaje en Educación y Política. Dolmen Santiago de Chile, 1994
- 13 Varela F. El fenómeno de la vida. Dolmen Santiago de Chile, 2000
- 14 Pekrum, Molfenter, Titz, Spangler. Emotions, learning and achievement in university students: longitudinal studies. AERA, New Orleans, Illinois, 2000
- 15 Salovey, P & Meyer, J.M. Emotional Intelligence, en Imagination, Cognition and Personality, Baywood Publishing Co New York, 1990
- 16 Le Doux, Joseph The emotional brain. Touchstone Books, 1998
- 17 Heidegger, M El ser y el tiempo. Trad. Jorge Eduardo Rivera. Editorial Universitaria Santiago de Chile, 1998.
- 18 Casassus J. La Escuela y la (Des) igualdad. LOM, Santiago de Chile, 2003.
- 19 Casassus, Araneda, Antonijevic, Calcagni La Educación Emocional. LOM Editores. Santiago de Chile, 2004