

Unidad didáctica 4:

Educación emocional y afectiva en los centros educativos

Introducción

Las emociones y su abordaje en las aulas

- **Educación infantil y primaria.**
 - Autoconciencia emocional.
 - Búsqueda de soluciones.
- **Educación secundaria.**
 - Autoconciencia emocional.
 - Búsqueda de soluciones.
 - Marginación.
 - Educación afectiva y sexual.
 - Búsqueda de soluciones.

Bibliografía

COMPETENCIAS

- Ser capaz de dotar de herramientas que mejoren la autoestima y consolidación de la identidad personal.
- Saber comunicar principios y prácticas no sexistas.

INTRODUCCIÓN

Es fácil constatar el olvido de los sentimientos en el currículo. Tradicionalmente, solo los aspectos cognitivos del pensamiento han sido ejercitados intencionadamente en el aprendizaje formal, mientras que los afectivos han sido relegados o ignorados.

No se enseñan recursos para alcanzar un mayor bienestar ni individual ni colectivo, puesto que la enseñanza intenta desarrollar aquellos aspectos que se considera que preparan mejor para el aprendizaje de las cosas consideradas más importantes. La cuestión sería: ¿importantes para qué? La respuesta tradicional es la de que son importantes para el mundo laboral o para transmitir nuestra cultura a través de las generaciones.

Así, la enseñanza siempre hace referencia a objetos, sucesos y fenómenos que suceden en el exterior, en lo público, mientras que obvia las relaciones interpersonales y privadas.

Tendríamos que preguntarnos por qué ocurre esto. Habría que mirar hacia atrás, y remontarnos a los orígenes de lo que hoy son materias curriculares: “Matemáticas”, “Física”, “Gramática”, “Historia”... son palabras de origen griego. Fueron los filósofos griegos quienes eligieron lo que se podía pensar y era digno de ser estudiado. Pero la sociedad griega era elitista, esclavista y androcéntrica, en la que solo tenían derecho al voto algunos varones, pero no las mujeres ni los esclavos. El desprecio por las tareas ligadas a la vida cotidiana y por los trabajos manuales era evidente, ya que se alejaban de la especulación filosófica, considerada como una de las labores más dignas entre los ciudadanos.

Así, podemos afirmar que, aunque muchos de esos valores ya no son los nuestros, la enseñanza actual considera lo que resulta digno de ser aprendido. Frente a las dicotomías entre: público y privado, científico y cotidiano, cognitivo y afectivo, la enseñanza se decanta por lo público, lo científico y lo cognitivo, se enseña todo lo que se considera útil para la vida pública, que se cree que desarrolla los aspectos cognitivos del pensamiento vinculados a lo científico.

¿Y cuál es entonces la solución? Pues esta no pasa por añadir, a modo de nuevas materias curriculares, asignaturas en las que se desarrollen los sentimientos y se aprenda a resolver conflictos de una manera descontextualizada y que aumenten más la carga docente, sino que habría que integrar los saberes, reorganizar la metodología de la enseñanza de manera que los sentimientos y los conflictos no queden fuera de ella.

Analizar un problema significa diferenciar los elementos que lo componen, así como diferenciar sus causas de sus manifestaciones. Hay que indagar sobre los orígenes del problema, teniendo en cuenta los sentimientos de las personas implicadas.

Una vez realizados estos aprendizajes, se ayudará al alumnado a analizar sus propios problemas y a descubrir cuáles son las mejores soluciones, teniendo siempre presente que el profesorado no debe ser quien las proporcione, porque ello inhibe la autonomía y la capacidad de reflexión del alumnado. Cuando se hayan propuesto diversas soluciones, se le indicará que analice las consecuencias de las propuestas realizadas para que anticipe el resultado al que va a conducirlo. (Sastre y Moreno, 2015)

LAS EMOCIONES Y SU ABORDAJE EN LAS AULAS

Educación infantil y primaria

- Autoconciencia emocional

Los objetivos que se proponen pasan por que el alumnado tome conciencia de sus propios estados de ánimo: qué hace una persona cuando está contenta con un grupo de gente, cómo se sienten cuando un compañero o una compañera está alegre...

Existen causas (para la manifestación de la tristeza, por ejemplo) que no son exclusivas de un sexo. Así, se pueden hacer este tipo de preguntas:

- ✓ Hay niñas que se entristecen cuando la profesora o el profesor las riñe. ¿Los niños también se ponen tristes cuando les riñen?
- ✓ Algunos niños se ponen tristes cuando un amigo suyo no les deja jugar. ¿Hay alguna niña que se ponga triste cuando sus amigas no les dejan jugar?

Sin embargo, puede resultar útil que se hagan preguntas que les permita reconocer a niñas y a niños el derecho a que manifiesten abiertamente su tristeza. La finalidad es la de que el alumnado elabore modelos de expresión de sentimientos libres de connotaciones de género. El análisis puede ayudarse de preguntas como:

- ✓ Hay niñas que lloran cuando están tristes. ¿Los niños también pueden llorar cuando están tristes?
- ✓ Si un niño llora cuando está triste, ¿deja de ser un niño?
- ✓ Hay niños que esconden la cara entre los brazos cuando están tristes. ¿También hay niñas que hagan lo mismo cuando están tristes?
- ✓ Si una niña esconde la cara entre los brazos, ¿deja de ser niña?

- ✓ Encerrarse en su habitación cuando está triste, ¿lo puede hacer una niña? ¿Y un niño?

Es habitual en estas edades tempranas que el alumnado proponga paliar los sentimientos negativos de manera indiscriminada a la persona que sufre. Por ello, los alumnos y las alumnas deben tomar conciencia de que es necesario que exista una relación entre la causa del sentimiento y los medios que se proponen para paliarlo.

La propuesta más frecuente es la de hacer regalos para contrarrestar los sentimientos negativos. Más adelante en el tiempo las propuestas recurren a la televisión o al ordenador para eludir la tristeza. Como estas no tienen que ver con las causas, hay que hacerles ver que solo tienen eficacia a muy corto plazo.

De esta forma, lo que se pretende es que **tomen conciencia de la utilidad de analizar y expresar los propios sentimientos, de detectar y respetar la manifestación de los sentimientos ajenos y de construirse como seres activos, con capacidad para incidir sobre las causas de dichos sentimientos.** Estos aprendizajes adquirirán todo su sentido cuando permitan afrontar la variada problemática afectiva y emocional inherente a la vida cotidiana.

Se trata de incorporar los sentimientos, los estados de ánimo y las emociones que acompañan las relaciones interpersonales, como una faceta más de la compleja realidad física y social de la que formamos parte.

- **Búsqueda de soluciones.**

Cuando se trata de buscar soluciones a los problemas, el alumnado de diferentes edades normalmente propone severos castigos o medidas represivas dirigidas a las personas que aparecen como culpables (por ejemplo, si hablan se propone como solución la expulsión de clase). También son frecuentes las que se encuentran en los mismos términos: empujar a la persona que ha empujado, dejar de lado a una persona que no nos ha hecho caso en un momento determinado...

Otra que suele proponerse es la del recurso a la autoridad de la persona adulta, en cuyas manos se deposita la solución al problema (por ejemplo “decírselo a la profe”).

No faltan tampoco las soluciones mágicas y los finales felices. Intentar resolver el conflicto dándose la mano, perdonándose, siendo amigos o no volviéndose a pelear. Supone explícitamente el deseo de que el problema se arregle de manera favorable, pero no deja de ser una fórmula vacía de contenido.

Por último, las hay que sugieren, incluso, que sea la víctima la que modifique la conducta. Por ejemplo, cuando los niños que juegan al fútbol invaden el espacio de las niñas que juegan a la cuerda, se propone que sean ellas “las que se vayan a la otra punta del patio, así no las volverán a molestar más”.

Es por tanto imprescindible que el profesorado introduzca **elementos de reflexión para que se cuestionen las soluciones mágicas, las represivas, las sexistas o las arbitrarias que no tienen ninguna relación con las causas.** A partir de aquí, andar el camino para iniciar la búsqueda de otro tipo de soluciones más

igualitarias. Por ejemplo, un tipo de conducta muy frecuente en los niños y que perjudica al alumnado consiste en pasarse casi exclusivamente la pelota entre ellos, excluyendo del juego a las niñas. Para contrarrestar esta conducta se puede repetir el juego prohibiendo tirar la pelota a personas del mismo sexo.

Educación secundaria

- **Autoconciencia emocional**

El profesorado de estos niveles no debe tener como objetivo indicarle al alumnado ni qué, ni cómo deben pensar o actuar. La meta es **despertar el interés en compartir los problemas y las soluciones**.

Las actividades propuestas requieren que el alumnado reconstruya una experiencia vital que le produjo inquietud y malestar. Se puede pedir que expliquen por escrito la situación más injusta que hayan vivido en el curso anterior. Existen tres preguntas que pueden ayudar: “¿qué ocurrió?”, “¿cómo te sentiste?” y “¿cómo crees que se sintió la otra persona?”.

Es importante aprovechar el debate que pueda surgir a partir de la lectura de los relatos con preguntas como:

- ✓ ¿Por qué creéis que, en tantos casos, la persona que se siente agredida se refugia en sus sentimientos de tristeza y decepción y no expresa las críticas que hace mentalmente a quien le agrede?
- ✓ ¿Qué posibilidad tenía la víctima de modificar el curso de los hechos?
- ✓ ¿A quiénes hubiera podido pedir ayuda?
- ✓ ¿Qué pensáis que os conviene aprender para saber defender, de forma eficaz y no violenta, vuestros derechos?

- **Búsqueda de soluciones.**

Es el momento para explicar la **necesidad de aprender a analizar y resolver conflictos de la mejor manera posible**. Las diferencias entre los textos escritos por las chicas y los escritos por los chicos permiten abordar la igualdad de oportunidad entre ambos grupos. Se pueden seleccionar y comentar las narraciones más idóneas, como por ejemplo:

- ✓ No es justo que solo se les pida a las chicas que cuiden de sus hermanos y hermanas, ni que solo ellas tengan que participar de los cuidados de la casa. No es justo para nadie exigir en ellas lo que se inhibe en ellos.
- ✓ La privación de afecto es vivida con dolor tanto por ellas como por ellos. Hay que dejar claro que la educación de los sentimientos no es, ni solo ni principalmente, una cuestión “femenina”. Conviene que unas y otros aprendan a conocer las repercusiones emocionales de sus comportamientos.

- ✓ Cuando se da un conflicto de intereses, las mujeres y las chicas tienen una mayor tendencia a renunciar a sus deseos que los hombres y los chicos. Habría que analizar por qué.

Padecer una injusticia despierta, en chicos y en chicas, un universo de emociones y sentimientos que ambos grupos deben aprender a encauzar y expresar adecuadamente.

- **Marginación**

La marginación es una de las problemáticas que más malestar suele causar entre el alumnado de Educación Secundaria. Quienes la padecen, tienen sentimientos de soledad, abandono, impotencia, injusticia y pérdida de autoestima. Todo ello sumerge a las víctimas en estado de indefensión que es difícil de superar sin ayuda de terceros. Etnia, nivel cultural de la familia, sexo, procedencia de distinto centro de educación primaria, etc. son pretextos con los que se enmascara el rechazo.

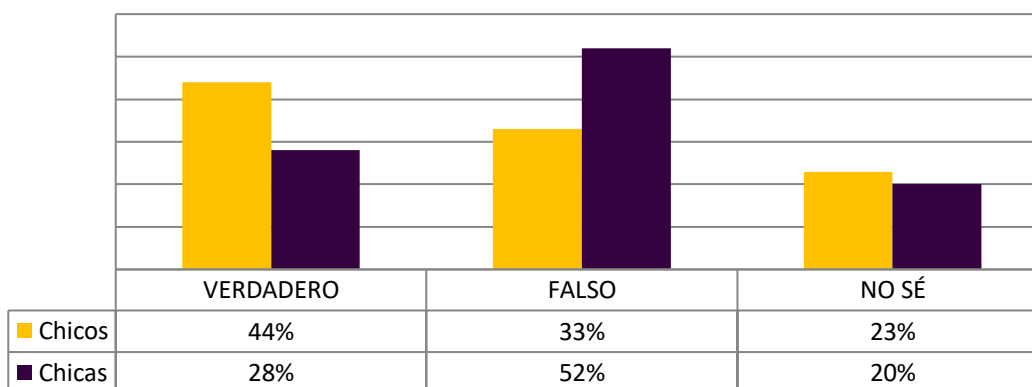
Para ello, el profesorado puede leer tres conflictos que entren en esta categoría y hacer preguntas del tipo: “¿qué has sentido mientras se leía el conflicto?”, “¿crees que en tu clase hay alguna persona que se sienta de esta forma?”, “¿cómo empieza el problema?”...

Finalmente se piensa en qué cosas positivas se pueden hacer para que las personas se sientan integradas y a gusto.

- **Educación afectiva y sexual.**

En 2017, la entidad castellano manchega *Ipsos Géneris* testó la opinión, acerca del amor y la sexualidad, de 1.122 adolescentes de la región, 587 chicas y 535 chicos, con edades comprendidas entre los 14 y los 16 años. La pregunta de si **el amor debe suponer una relación de entrega total**, arrojó los siguientes resultados:

- ✓ 3 de cada 10 chicos entrevistados afirmaba que es falso el que una relación de amor requiera una entrega total.
- ✓ 5 de cada 10 chicas entrevistadas afirmaba que es falso el que una relación de amor requiera una entrega total.



La identificación del **amor como entrega absoluta** viene dada por las expectativas y prescripciones sociales que promueven la televisión, bloggers, youtubers, y medios de comunicación de masas. El riesgo de concebir el amor de esta manera está en que se disculpa la pérdida de otros roles para asumir solo el de “pareja de alguien”, lo que a medio y largo plazo supone un deterioro de la red de apoyos y la asunción de un estado de dependencia que abona un terreno propicio para los abusos.

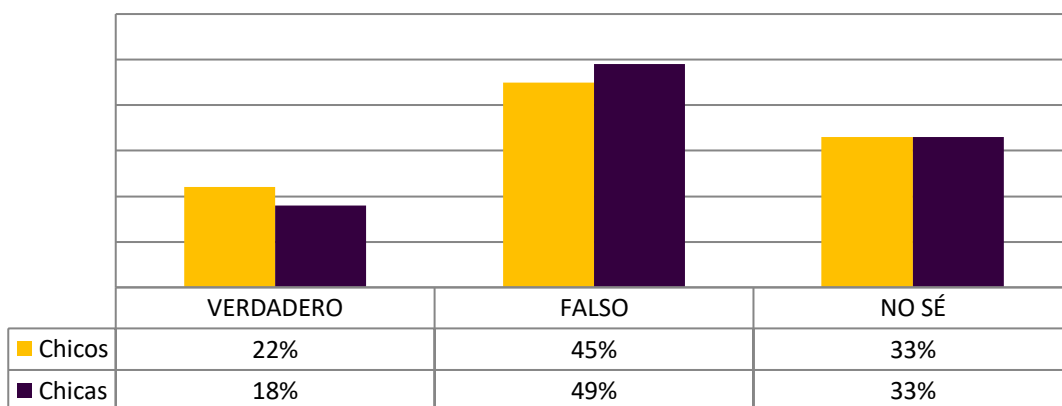
Al analizarlo desde un punto de vista cualitativo, descubrimos que **las mujeres, experimentan una “injusticia del amor”**, ya que aunque este puede resultar muy valioso para los hombres, la cultura patriarcal terminará disculpando a estos, y no a aquellas, si no termina convirtiéndose en el sentido de sus vidas.

Dicho de otra manera, puede que para nuestros adolescentes, independientemente de ser chicas o chicos, la entrega absoluta sea importante, pero su diferente socialización conducirá a que en **los chicos se disculpe el que no puedan ponerla en práctica**, mientras que, dado el papel que reserva el patriarcado a las mujeres, acabe siendo una norma que solo rija a las mismas, **sin que se exija reciprocidad, en una idea del amor incompatible con la igualdad**.

En este sentido, es preciso seguir promocionando entre las personas jóvenes los valores que el feminismo ha tratado de incorporar en este terreno, como son los de la **integridad, coherencia, honestidad y lealtad**, en el afán de **construir una ética del amor** que haga que las mujeres dejen de experimentarlo como problema e injusticia. (De Miguel, 2015)

Por otro lado, La pregunta de si **los chicos tienen más deseo sexual que las chicas**, arrojó estos otros resultados:

- ✓ Entre 4 y 5 chicos de cada 10 entrevistados afirman que es falso que tengan más deseo sexual que una chica, solo por su sexo.
- ✓ 5 de cada 10 chicas entrevistadas afirman que es falso que los chicos tengan más deseo sexual, solo por su sexo.



Bajo el pretexto de que hombres y mujeres tenemos “distintas naturalezas”, a los hombres se les socializa en que han de ser independientes, dominantes e inexpresivos, además de poseer una **sexualidad poderosa y activa**; mientras que las mujeres son socializadas en poseer rasgos de dependencia, afectividad y expresividad.

Ya en el origen de nuestra civilización, el sexo debía encajar en el orden social que privilegiaba a los ciudadanos respecto a los esclavos, los extranjeros y las mujeres. De manera tal que **los primeros debían mostrarse activos, dominantes y agresivos**, con el único límite que suponía mostrar lealtad hacia los demás ciudadanos masculinos, **so pena de perder su estatus**.

Hoy es la pornografía, omnipresente a través de Internet, la industria encargada de “normalizar” un modelo de sexualidad desprovisto de elección, reciprocidad y emociones, en el que **la atracción sexual se basa en la deshumanización de las mujeres que aparecen**.

Las jóvenes no están encontrando argumentos con los que oponerse a este modelo de sexualidad, y **lo están demandando**. Urge poner en valor principios, que sirvan a ambos sexos, con los que puedan construir itinerarios alternativos, así: **la firmeza, la autoestima, el autocontrol y la empatía**. (De Miguel, 2015)

- **Búsqueda de soluciones.**

Para las chicas la práctica de la sexualidad está en gran parte enajenada, viene presionada por el ambiente, requerida por las necesidades y deseos masculinos y por la mirada ajena. La mayor parte de las chicas se inician sexualmente alrededor de los 15 años, pero no porque deseen hacerlo por sí mismas, guiadas por un deseo propio, sino “porque toca” y toca con aquél que es más insistente, muestra un deseo irrefrenable llamándola estrecha o la amenaza con irse con otra. Las chicas actuales, en el fondo, hacen lo mismo que hicieron sus abuelas: atender antes al deseo masculino que al suyo propio y no velar por su propio placer, seguridad e integridad, accediendo a mantener relaciones de riesgo (para la salud, para la afectividad o para un embarazo) o prácticas no satisfactorias solo “porque él quiere o no quiere”.

Los chicos siguen convencidos de que enamorarse es poder hacer el amor cuando y con quien ellos quieran. Piensan aún que la testosterona rige este tipo de relaciones sin que ellos deban ni puedan hacer nada al respecto, solo buscar y encontrar a la chica que se preste a hacerlo con ellos, cuando ellos lo deseen.

De hecho, hablar de amor no quiere decir lo mismo para las chicas que para los chicos, ni cuando se lo cuentan unas a unas u otros a otros, ni cuando establecen una conversación “íntima” a dos. Parece ser que cuando los chicos quieren huir de la intimidad buscan sexo y cuando las chicas desean intimidad buscan sexo.

Ellas y ellos crecen juntos pero de espaldas y desde luego no inventan nuevos modelos con los que poder ser y relacionarse como iguales y pares. Más tarde, no demasiado, encontrarán serios escollos en su vida de relación mixta: en el ámbito laboral y representativo y en el ámbito relacional y familiar.

Esta diferencia entre unas y otros ha dado lugar a que pensemos que es necesario presentar a todo el alumnado la necesidad de aprender a equilibrar los deseos, expectativas y comportamientos individuales con los de la pareja y no aceptar que el deseo de compartir una relación dé lugar al menoscabo de la dignidad que toda persona merece.

Para conseguir esto pueden servir preguntas de este tipo:

- ✓ ¿Os molesta que se diga que el amor es ciego? ¿Por qué ciego? ¿Por qué no se habla de lo que ve el amor?
- ✓ ¿Creéis que cuando una persona se enamora puede estar segura de que ha encontrado su “media naranja”? ¿Por qué “media”?
- ✓ ¿No sería mejor buscar a una persona entera, con opiniones, deseos y sentimientos propios?
- ✓ ¿Qué actividades os producen más satisfacción? ¿Cómo son las personas con las que compartís dichas actividades? ¿Qué actividades os gusta compartir con vuestra pareja?
- ✓ ¿Creéis que cuando una persona se enamora tiene que dejar de ser ella?
- ✓ ¿Hay cosas que no deberíais aceptar de nadie y mucho menos de vuestra pareja? ¿Cuáles?
- ✓ ¿Qué metáforas podríais utilizar para expresar individualidad y generosidad de los seres en sus relaciones amorosas?

BIBLIOGRAFÍA

- CANTO, Jesús; MONTILLA, Verónica (2008). *Dinámica de grupos y autoconciencia emocional*. Málaga: Aljibe.
- DE MIGUEL, Ana (2015). *Neoliberalismo sexual, el mito de la libre elección*. Madrid: Feminos Cátedra.
- SASTRE, Genoveva; MORENO, Montserrat (2015). *Resolución de conflictos y aprendizaje emocional. Una perspectiva de género*. Barcelona: Gedisa.
- TOMÉ, A. et al. (2006). *Guía de buenas prácticas para favorecer la igualdad entre hombres y mujeres en educación*. Consejería de Educación. Junta de Andalucía.