

Dinámica emocional y el entramado entorno de aprendizaje

Emotional dynamics and the lattice learning environment

Xiomara M Pacheco Balza

Correo electrónico: xpachecobalza@gmail.com

Universidad de Carabobo/FACES .Bárbula

Valencia/Venezuela

Recibido el 01-11-2020

Aprobado el 21-12-2020

Resumen

Éste ensayo expone la relación entre emociones y entorno de aprendizaje. Se plantea la reflexión desde la praxis laboral universitaria a propósito de la situación socio-afectiva de docentes y estudiantes. Se sustenta la investigación en la reflexión sobre el aprendizaje de estrategias considerando el equilibrio emocional, como objetivo, y con ello favorecer la posibilidad de adecuarnos a las competencias docentes, gestionando la emocionalidad que todo acto, particularmente el educativo, nos demanda. Se prevé favorecer el desarrollo de la capacidad de adaptación y el respeto, así como el cuidado del entorno, desde la ecología emocional que propone Maturana, ante la situación de distanciamiento social producto de la pandemia. Al revisar lo concerniente a las relaciones entre emociones y valores afectivos en el entorno universitario se abordó desde la díada que representa, desde el enfoque transdisciplinario. El propósito condujo a reflexionar sobre las estrategias de aprendizaje. La fiabilidad está manifestada en la toma de acciones con base en la participación proactiva conducente al aprendizaje en el manejo de emociones.

Palabras clave: Emociones, educación y estrategias de aprendizaje.

Abstract

This essay exposes the relationship between emotions and the learning environment. Reflection is proposed from the university labor practice regarding the socio-affective situation of teachers and students. The research is based on the reflection on the learning of strategies considering the emotional balance, as an objective, and with this favor the possibility of adapting ourselves to the teaching competences, managing the emotionality that every act, particularly the educational one, demands of us. It is expected to favor the development of the ability to adapt and respect, as well as the care of the environment, from the emotional ecology that Maturana proposes, in the face of the situation of social distancing as a result of the pandemic. When reviewing the relationship between emotions and affective values in the university environment, it was approached from the dyad it represents, from the transdisciplinary approach. The purpose led to reflect on learning strategies. Reliability is manifested in taking action. The action based on proactive participation conducive to learning in managing emotions.

Keywords: Emotions, education and learning strategies.

Introducción

Durante el desarrollo de las sociedades se considera necesario revisar en el acaecer histórico y pareciera observarse intencionalidad, desde lo emocional, en cuanto la invención de lo que nos circunda; por eso consideramos a las emociones como guías en el acontecer de la historia de la humanidad. El proceso transformador y formativo de toda persona pareciera depender de la transfiguración emocional por la cual todos atravesamos, y esto no escapa del acto educativo donde sentimientos y emociones impactan como la conformación humana sobresaliente. Las emociones son el cimientamiento del hombre per se.

La realidad es vivida y de manera particular por cada ser humano, pues a la mayoría nos ha tocado enfrentar situaciones de magnitudes insospechadas y sin contar con las herramientas necesarias para hacerles frente. Nos corresponde como docentes universitarios buscar respuestas para la salud mental de los estudiantes, y para nosotros mismos, pues el campo de acción abarca tales latitudes socio emocionales como insospechadas son las respuestas y para ello debemos prepararnos con herramientas que favorezcan un clima armónico, tanto en clases virtuales, on line o de aula invertida, como en otras tantas maneras de abordar el sistema educativo en todos sus niveles y dimensiones.

En el devenir educativo podemos observar significados tan marcados por el matiz emocional que emerge luego de pasar por situaciones tan insospechadas e inesperadas como también lo son las respuestas que tenemos ante tales eventos y todo influye en la salud física y mental de estudiantes y docentes, siendo ello motivo de interés para aprender a gestionar elementos esenciales para el aprendizaje, como la salud de quienes participamos en la actividad educativa.

Al iniciar la revisión de material para abordar las emociones y su relación con el aprendizaje encontramos libros, ensayos, artículos y diferentes hallazgos relacionados con neurociencia, inteligencia intrapersonal y psiconeuroinmunología, y todo ello para acercarnos a entender al ser humano que siente y se emociona.

Es importante lo que expone la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, Ciencia y Cultura (UNESCO) en su informe de 2020, en cuanto a la situación vivida mundialmente a causa de la pandemia del "COVID 19"; Los jóvenes solicitan mayor inclusión y respeto sobre todos en América Latina, donde al revisar testimonios invocan sean respetados e incluidos en el sistema educativo, respetándoles sus derechos a estudiar y vivir sintiéndose socialmente aceptados.

Se considera aquí el reconocer aspectos en los estudiantes que van más allá de lo cognitivo en el aprendizaje y abordar aspectos socio afectivos, emocionales que repercuten en su vida académica y ello en todos los niveles, desde preescolar hasta la universidad. Si verdaderamente se desea formar y capacitar personas para afrontar las vicisitudes del mañana, pues se debe invertir en su capacitación de manera integral, considerando las emociones como parte de su desarrollo y más aún en época de pandemia puesto que, si se esperan cambios favorables en la juventud, bien vale el esfuerzo de procurar una sociedad de mejores ciudadanos.

En el informe UNESCO 2020 leemos lo siguiente, destaca la importancia de que los países empiecen a monitorear las experiencias de los estudiantes, y no solo el aprendizaje, observando que "uno de cada cuatro estudiantes de 15 años informó que se sentía como un extraño en la escuela" (p. 72); "uno de cada tres niños de 11 a 15 años de edad ha sido objeto de acoso escolar (p. 174).

Esto último confirma lo relevante de observar más allá del aprendizaje pues en el entorno escolar se aprende a ser el ciudadano que luego forma parte de la sociedad que se aspira, jóvenes que coadyuvan en el florecimiento de una mejor sociedad.

Educar en entornos virtuales y sus repercusiones emocionales o socio afectivas

Este reconocimiento de la percepción de la sensibilidad y humanización es un proceso cíclico que comprende a veces toda la vida puesto que nacemos libres y sin programaciones hacia la toma de decisiones para asumir determinadas conductas que son propias, que se irán moldeando de acuerdo a las circunstancias. Esto implica que nuestras conductas se expondrán según la moral y ética que impregne nuestra cotidianidad, tanto así como las circunstancias biológicas, psicológicas y sociales que nos topemos a lo largo de nuestras vidas.

Desde el entramado mundo emocional que conlleva a seleccionar diferentes competencias docentes en el contexto universitario, se propone atender el sistema educativo universitario, tan urgido hoy día a dar respuesta a la avalancha informática que en oportunidades nos arropa. Es por tal motivo que desde distintos escenarios, pero primordialmente desde el entorno educativo debe notarse el esfuerzo que impulsa a repensar la situación de las emociones y el entorno socio afectivo, ya que desde la mirada de la conducta humana, la afectividad, pensamiento y sentimiento que derivan en acción y reacción, lograremos los cambios que necesitamos para ir mejorando día a día nuestro entorno y las relaciones humanas que desde allí se dan según expone Maturana (2002): "cada emoción da a todas las conductas que surgen desde ellas su carácter como acciones de la misma clase. Al mismo tiempo, nada ocurre fuera del emocionar, y toda conducta surge en el fluir del emocionar" (p..257).

Se reconoce con lo anterior que tomar en consideración el aspecto de las emociones es primordial puesto que sin ella distaría mucho el alcance de la tan añorada felicidad, y si con ello unimos valores como la perseverancia y el respeto para colaborar en la construcción de una sociedad cónsona con el tiempo de cambios constantes que estamos viviendo, podremos tender puentes hacia el añorado mejor mundo, más vivible, que merecemos.

Esto incluye una revisión continua de la capacidad de desarrollar habilidades y destrezas para el abordaje del conocimiento del entramado emocional tanto del docente como del estudiante, aprendiendo a gerenciar, tanto como le sea posible, el enmarañado mundo socio afectivo y emocional de los seres humanos involucrados en el acto educativo, cuidando la información que se intercambia entre el profesorado y los estudiantes en esa relación bidireccional de intercambio entre la enseñanza y el aprendizaje para contribuir al logro de metas en común, como lo es disfrutar de la obtención de aprendizaje para un estilo de vida marcado por un entorno agradable y motivador.

La ecología emocional y sus fundamentos

El modelo de ecología emocional fue creado en el año 2002 por Mercè Conanglay Jaume Soler cofundadores en España del Instituto para el Crecimiento Personal de Barcelona (ÀMBIT), sumando a su comprensión del arte de gestionar positivamente las emociones. Esta tendencia ha venido cobrando cuerpo al punto de irse decantando y filtrando hacia diversas disciplinas del pensamiento humano. Se fundamenta en los postulados de la Ecología, que se dedica a estudiar las relaciones entre los seres vivos, y cómo interactúan con el ambiente en el que habitan, y a través de una serie de analogías, llega a su premisa básica, que solo la gestión eficiente de las emociones, resulta capaz de asegurar las condiciones mínimas indispensables para alcanzar nuestro equilibrio y bienestar, (yo-yo, yo-tú, yo-otros, yo-nosotros, yo-tu-otros-nosotros), en una policotomía que ofrece una rica variedad de interacciones, que derivan en la creación o destrucción de nuestros estados internos de ánimo.

Al intentar comprender desde la emocionalidad, a la sociedad-comunidad-colectividad, debe tenerse presente que, en términos emo-ecológicos, cualquier adjetivo que se le endilgue al término "sociedad" es culturalmente interesado, ya que a la hora de sentir, fluir y contener las emociones, estas no hacen diferencia entre razas, credos, religiones o simpatías fundadas en afinidades políticas, económicas y sociales, más sus reflexiones, resultan útiles para comprender, que las emociones también responden a saberes competenciales (ser, convivir [conocer], sentir [pensar] y actuar [hacer]).

Al asumir las premisas de la ecología puede afirmarse que, emocionalmente hablando, tenemos interacciones positivas donde los binomios yo-yo, yo-tu y yo-otros, obtienen un mutuo intercambio de bienestar, mientras que en las interacciones negativas, el bienestar es alcanzado por un solo individuo a expensas de uno (tu) o más individuos (otros), por lo cual, el equilibrio emocional en primera instancia es horizontal, es decir, como estoy conmigo mismo y con quien es mi par humano (yo-tu), y en segunda instancia es transversal, lo que apunta a la relación que tengo con una pluralidad de seres humanos lejanos (otros) o cercanos (nosotros) tal como ocurre en el caso de la familia, los compañeros de estudio, de trabajo, de juego, y así sucesivamente.

Esto colocaría entonces, a los seres humanos capaces de conducirse entre la acción e interacción con otros microsistemas, ya que las emociones juegan un papel medular en la construcción del auto concepto, la capacidad de dar y recibir afecto, y el desarrollo de las habilidades para relacionarse como persona, afectando positiva o negativamente, su estado de salud, que también estará mediado por factores biotípicos y genéticos, de acuerdo a los postulados de la teoría ecológica de los sistemas, que intenta dar explicación a la influencia que tiene el medio en el desarrollo del sujeto, en su condición de ser humano. (Bronfenbrenner, 2002).

Consecuentemente, el psicólogo Urie Bronfenbrenner explora el impacto de las distintas instituciones sociales, cuya pretensión de existencia se centra en brindar apoyo y guía al ser humano a lo largo de cada una de las etapas de su vida. Sus postulados se fundamentan en las interconexiones que se pueden dilucidar entre cada una de esas instituciones, que él denomina "sistemas" (micro, meso, exo, macro y crono sistemas) y cada uno de ellos proporciona un conjunto de roles, normas y reglas que buscan dar forma al desarrollo psicológico de quienes están expuestos a dichas influencias.

Educación y emociones

Las emociones y la educación son un matrimonio inseparable con una bidireccionalidad que pone de manifiesto la necesidad de aprender y enseñar desde la perspectiva socio afectiva, con las experiencias que marcan la impronta personal, sea desde el punto de vista tanto del docente como del estudiante. Maturana (2002) afirma que toda acción depende de una emoción: "Si queremos conocer cómo va actuar una persona en un momento determinado debemos identificar las emociones en las que fluyen por cuanto las emociones determinan las acciones e incluso influyen en la configuración cognitiva del ser humano" (p.321).

Por ello, todo acto de la conducta humana está enmarcada en las emociones, como lo referido, condiciones y situaciones que satisfagan necesidades de amor, sentirse amado enmarcado en el afecto y sentimientos afectivos presentes en la familia, relaciones de amistad y la demostración de amor en todas sus formas, la equidad entre las personas, la honestidad, el compromiso y solidaridad así como el respeto y la equidad.

Lo socio afectivo y emocional derivan de la familia, de su capacidad y valía, pues es en ese espacio donde nacen y se desarrollan en cada uno de sus miembros cuando asumen con total responsabilidad y disfrute los roles que les corresponde desempeñar dentro del núcleo familiar; cuando percibimos la vida aprendiendo a amar y aceptar ser amados, vivir en plenitud la libertad y fidelidad hacia la familia nuclear puesto que es el entorno donde cada cual forma su personalidad y la asumirá con la responsabilidad, no tanto por el escuchar como por el ejemplo de sus miembros.

Oportunamente vale destacar que este valor tanpreciado como lo es la afectividad, conlleva como fin el amor enmarcado en el afecto, el agrado y el placer, y expone entre sus actividades las diversas manifestaciones de sentimientos y emociones de afecto en las personas sensibles y que tiene como ciencia de estudio la psicología y sus diversas áreas del conocimiento. Al respecto expone Maturana (2002):

Al reconocer las emociones en sus estudiantes, el docente puede reorientarlas y direccionarlas, de allí la importancia de que el docente las reconozca e identifique, así conocerá las actitudes ante determinadas emociones. Que significa direccionar: Identificar nuestras emociones, evaluar, regular y proyectar nuestras emociones, reconocer y reorientar las emociones de los demás (p.241).

Al reconocer y direccionar nuestras emociones, como docentes universitarios, aprendemos a gestionar las respuestas ante determinadas situaciones de la cotidianidad y también apoyar y entender el mundo socio afectivo de los estudiantes, esto para procurar un ambiente más armónico para todos.

Consecuentemente, es válido direccionar y reconocerlas emociones para con ello fortalecer los vínculos entre los docentes y los estudiantes como lo expone Maturana (2002):

Las emociones son distinciones que un observador hace sobre las regularidades del fluir relacional de otro ser, que puede ser él o ella misma. En tales distinciones un observador hace una abstracción de la clase de conductas relacionales que una persona exhibe, y denota esta conducta con un nombre específico como un modo particular de relacionarse, sin referirse a ninguna conducta en especial (p.107).

Calidad de vida desde la ecología emocional

El ser humano se mantiene gracias a la interrelación con el ambiente donde convive con sus congéneres, a su vez se interrelaciona consigo mismo, canalizando y dirigiendo creativamente su energía, es un trabajo en equipo mente-emoción. La propiedad de mejorar la calidad de vida se refiere a las consideraciones de las emociones, actitudes, sentimientos y afectividad que dejamos intervenir de cualquier manera en aspectos de nuestras vidas, ya que los diversos estados emocionales determinarán nuestras acciones.

Así entendemos que el concepto de ecología hace referencia a la importancia de que ambas vertientes trabajen integradas (calidad de vida y emociones) y en armonía, de forma sostenible y equilibrada para que nos muevan a efectuar acciones de mejora en nuestra persona y en los sistemas humanos y sociales en los que estamos inmersos.

Cuando nos relacionamos, primeramente con nosotros mismos y con ello repercutimos en el entorno de los demás, en ocasiones cuesta reconocer cómo influimos en el ambiente que nos rodea, llámese familia, entorno laboral o comunidad, en cualquier lugar donde estemos, nos dejamos afectar y afectamos a los demás (Damasio, 2009, p. 156).

Manifiesto del desequilibrio que se transfiere al ámbito educativo, donde además de transferirse conocimientos, también se instruye y enseña la desmotivación, en algunos casos, desesperanza, en otros, que lejos de apartarnos de la inercia mental y física, agota la superación de la misma al menospreciar elementos creativos y novedosos para mejorar y armonizar el entorno educativo y laboral.

Además la conciencia del impacto emocional global, luego de la situación pandémica acontecida en éste año 2020, cuando las personas funcionamos en ciclos: de vida y de muerte, de descanso y de trabajo (algunos desde sus hogares), de calma e inquietud, de reflexión y acción, de construcción y destrucción. Tenemos todo un mundo exterior para recorrer y todo un camino interior para encontrarnos y hacernos nacer. En este camino, nuestra afectividad y nuestra inteligencia deben aprender a trabajar en equipo para no destruirnos a nosotros, a nuestra especie y al mundo maravilloso en el que vivimos y aprender a gestionar nuestro ámbito emocional ante todas las situaciones tan inesperadas que nos ha tocado vivir.

Principios emocionales y afectivos

La responsabilidad sobre la propia vida (hacerse cargo de ella y de nuestras decisiones) es fundamental, es lo que se llama gestión emocional ecológica. Al pensar, analizar y reflexionar, vemos que no hay una sola vía de acción ante las distintas situaciones de la vida, a veces decimos que no tenemos libertad para tomar cierta decisión o ejecutar un acto, pero lo que ocurre es que no estamos dispuestos a afrontar las consecuencias de determinadas acciones.

Con respecto a lo anterior, la libertad la tenemos y es así casi siempre. Por el camino de la evitación o la inacción, se terminan pagando precios aún más altos y tomando un camino existencial basado en soluciones epidérmicas o en consignas aprendidas y repetidas como leyes. Hacernos cargo de nuestras elecciones (en los planos afectivo, familiar, laboral, vocacional, profesional, social o comunitario) lleva a que cada acción se convierta en una nueva pieza de una construcción personal y única, afirman Conangla y Soler (2002).

Otra consigna de esta corriente apunta al valor del discernimiento, concretamente, aprender, desde la experiencia qué aspectos de la realidad y en qué circunstancias puede ser modificado por nuestra conducta, y cuáles son inalterables. Del mismo modo, incluir en nuestras expectativas y planificaciones el rol de lo imponderable, de aquello que escapa de la voluntad, la decisión y la acción propia y que, sin embargo, es parte inexorable de la vida. Cuando el discernimiento no se hace presente, su lugar suele ocuparlo la intolerancia, la ansiedad, la inadaptación, es decir, el sufrimiento emocional. (Muñoz, 2002)

Reflexiones finales

Al procurar un ambiente de aula de clase cónsono con la calidad de vida, la reincorporación paulatina puede generar entusiasmo y alegrías pero también permitir exponer emociones y sentimientos producto del confinamiento, que los docentes debemos atender en nosotros mismos y en los estudiantes, de todos los niveles educativos. Ocuparnos de las respuestas emocionales como el tono de la voz, las expresiones faciales, las posturas corporales, todos ellos elementos a considerar en la expresión de sentimientos y emociones, en fin, el mundo socio afectivo que involucra la toma de conciencia para aprender a gestionar las emociones propias y ajenas, y con ello favorecer un mejor rendimiento académico, motivación al estudio, desarrollo de estrategias acordes a cada uno de los grupos con los cuales nos corresponde

desenvolvernos y con ello lograr armonizar el clima académico con resultados favorables para el aprendizaje y para colaborar con la salud física y mental de los docentes y de los estudiantes en el desenvolvimiento del acto académico.

Con ésta investigación se pretendió exponer un aporte que repercutiera en el darse cuenta de la influencia de las emociones en de las actividades del día a día, tanto en el ambiente laboral como personal, que repercuten favorable o desfavorablemente en nuestra psique, en la salud física y también lo que representa al efecto invernadero producto del caos causado por el estrés, mal canalizado.

Para ello se propone la revisión del ámbito emocional y socio-afectivo partiendo del docente y proyectándolo hacia el estudiantado, dado el entorno educativo, para revisar el ámbito personal y laboral de los afectados por la crisis social producto de la pandemia mundial por el virus del COVID 19 que desborda y supera las expectativas de los visionarios académicos, donde la intervención del docente se refleja en el estudiante y su entorno.

Entendiendo así que toda acción educativa exige un nuevo modelamiento en la formación académica del docente llamado a no conformarse con solo tener dominio cognitivo de una asignatura determinada, también es importante considerar el indisoluble matrimonio investigación-docencia y extensión en su formación para “aprender a aprender”, aprender a enseñar, educar a los estudiantes de manera integral, sin descuidar elementos de índole socio emocional y afectivos, aprender a tomar el dominio de sus emociones sin descuidar el entorno social y el ambiente que le rodea.

Se percibe entonces la urgencia en cuanto a alternativas en la formación del docente universitario (Buitrón, 2008) para que no se continúen aplicando herramientas y estrategias de aprendizaje obsoletas y nada acordes con el estudiante propio de estos tiempos. Ello expone el requerimiento de repensar la labor docente en cuanto a la transformación pedagógica en el desempeño de su rol formador para que se permitan espacios de autorreflexión sobre el acto educativo.

Consecuentemente se aspira a asumir la máxima que en la vida se puede elegir ser parte de una comunidad, tener amigos, compañeros de trabajo, pertenecer a determinado grupo, la pareja y hasta la religión o ideal político, lo que no podemos es escoger la familia de donde procedemos y ello nos marca la vida y la manera de proceder, aspectos con los cuales nos conduciremos y compartiremos con otros seres humanos así como el cúmulo de emociones que implican el transitar nuestra existencia.

Referencias

- Buitrón, S. y Navarrete, P. (2008). El docente en el desarrollo de la inteligencia emocional: reflexiones y estrategias. Revista Docencia Universitaria. SB Buitrón, PN Talavera en Docencia Universitaria, 2008 - revistas.upc.edu.pe
- Bronfenbrenner, U. (1987) La ecología del desarrollo humano, Barcelona, Paidós,
- Conangla y Soler, J. (2014) Ecología emocional para el nuevo milenio. El arte de reinventarse uno mismo. Amat Editorial. Barcelona. España.
- Damasio, A. (2009). En busca de Spinoza: Neurobiología de la emoción y Los sentimientos. Editorial Crítica. Barcelona. España.
- Maturana, H. (2002). El sentido de lo humano. Ediciones Dolmen. Chile
- Muñoz, F. (2002). Un nuevo Profesorado para una nueva Universidad ¿Conciencia o presión? Revista interuniversitaria de formación 2000. Dialnet Unirioja
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (2020) Informe de Seguimiento de la Educación en el Mundo. Inclusión y educación. Todos y Todas sin excepción. Paris: UNESCO. Recuperado de:

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374817/PDF/374817spa.pdf.multi.page=99> el 19 de Agosto de 2020

Autora: Xiomara M. Pacheco Balza. Lic. en Educación, Mención Orientación, Msc en Educación, mención “Orientación y asesoramiento familiar”. En espera de la defensa de la Tesis Doctoral en Educación. Investigadora A PEII. Profesora agregada de la Facultad de Ciencias Económicas y Sociales (FACES), Universidad de Carabobo. xpachecobalza@gmail.com