

## **Las emociones y el sistema educativo. Dos elementos en interrelación**

La Pedagogía Sistémica nos permite ver un sistema educativo como por ejemplo es un centro escolar de primaria o secundaria como una interrelación de sistemas codependientes unos de los otros. A estos sistemas también los podríamos llamar subsistemas, por ejemplo el sistema o subsistema de los alumnos de una clase, el de los profesores de un ciclo o de un departamento como el de Matemáticas, el de los profesores de todo el centro, el del equipo directivo, el que conforman los padres y las madres de todos los alumnos que a su vez es distinto que el que conforman los padres asociados en una AMPA (asociación de padres y madres). Pues a menudo ocurre que no todos los padres de un centro educativo forman parte de la asociación de padres. Otro sistema que conforma un centro educativo es el de los PAS, el personal no docente. Esta mirada nos permite intuir la cantidad de elementos que confluyen en un centro educativo y por tanto nos permite ver su complejidad ya que están interrelacionados muchas personas en muchos sistemas diferentes que a la vez se interrelacionan.

Podríamos entrar a ver cada uno de estos sistemas y como se interrelacionan, pero sólo quiero centrarme en este momento en mirar la interrelación que hay entre el sistema escolar y el mundo emocional. Y mirar a su vez porqué es importante estudiar los centros educativos como sistemas compuestos por subsistemas que todos ellos están en relación y por tanto en relación emocional unos con otros.

Toda relación es también una relación emocional, en cualquier transacción relacional quiera o no la persona se mueven emociones por eso es importante entrar a mirar y estudiar las interrelaciones comunicativas y al ser estas también emocionales, hay que estar mirando también las interrelaciones emocionales porqué la emocionalidad es capaz de crear independientemente de que seamos conscientes o no de lo que estamos creando con nuestras emociones.

El bienestar de un sistema escolar es necesario para que se pueda dar una educación y un aprendizaje, pues ya está mostrado que el bienestar emocional, aporta facilidad y eficacia en la educación y el aprendizaje.

Sin embargo aún de manera general no estamos mirando el ámbito emocional, una maestra que me decía que había intentado trabajar educación emocional en su escuela y que sus compañeras le habían dicho que no creían en ello. Y eso es una realidad de nuestro tiempo, aún hay profesionales de la educación que se encuentran cerrados a incluir la mirada emocional en el ámbito escolar. Que no se pueda o quiera incluir de manera consciente esta mirada no quiere decir que no estén actuando, actúan en aquel sistema y en los sistemas, aún que uno no crea en ellas o no se quieran mirar.

Las emociones son intrínsecas a la vida y por lo tanto ya no es cuestión de creer o no creer, es cuestión de conocer y de saber. Lo que sí es cierto es que no resulta fácil saber manejarse en el mundo emocional porque por un lado a veces queremos llegar a entender el emocional desde lo racional y eso es muy difícil porque el circuito emocional, el sistema emocional es un sistema distinto que el de nuestra racionalidad.

No hemos sido educados para mirar y trabajar con nuestras emociones, pues sencillamente no se consideraba importante, ni necesarias. Mucha de la poca formación que se da y se ha dado de educación emocional ha sido y es dirigida a la mente, a lo racional. Para conseguir una educación emocional eficaz tenemos que ir dirigiéndola más y mejor a una formación emocional que incluya la experiencia y transformación emocional. Porque las emociones crean realidad más allá de tener o no conciencia de ellas. Por eso además de tener información de ellas es importante identificar qué creamos con nuestras emociones y como poder intervenir para contribuir a comunicaciones que favorezcan un clima relacional educativo y de aprendizaje. Boyatis, en su libro, *Un líder resonante crea más* nos habla extensamente al respecto.

### **Somos seres emocionales.**

Nuestra cultura patriarcal ha buscado y procurado negar, controlar y reprimir lo emocional. Venimos de este pasado, tenemos en nosotros este pasado cultural pero actualmente la ciencia y sobretodo las neurociencias nos están mostrando la importancia del mundo emocional. De una manera clara nos aportan que el ser humano es un ser también emocional. Nuestras emociones, tal y como aporta

Humberto Maturana, biólogo y pedagogo son el fundamento de todo lo que hacemos y de todo lo que razonamos. Son la base de nuestro funcionamiento biológico y también de nuestro funcionamiento mental.

Se había creído que era mucho más importante lo que creíamos y pensábamos que no lo que sentíamos pero ahora se nos muestra el contrario, pues se están empezando a hacer cada vez más estudios que nos muestran la gran capacidad de crear acciones y situaciones que tienen las emociones.

Hay estudios que muestran como en el cuerpo humano las emociones producen variables fisiológicas que se pueden medir, como son la alteración del ritmo cardíaco, la variación del ritmo de la respiración o de la tensión corporal. También actualmente se ha comprobado que la temperatura corporal responde a variables emocionales. Las personas que se sienten emocionalmente excluidas son propensas a sentir más frío. También está demostrada la interrelación entre sentir emocional y activación o desactivación del sistema inmunológico.

Esta incidencia de las emociones en la fisiología humana nos muestra la importancia que tienen en el ser humano. Por eso podemos decir que son intrínsecas, que nos conforman y por tanto afectan nuestra experiencia humana lo veamos o no lo veamos, lo queramos o no lo queramos, tengamos conciencia de ello o no. Actualmente ya nadie documentado puede poner en duda que las emociones están incidiendo a nivel fisiológico y por lo tanto también a nivel de comportamiento.

Aún cuesta incluir la mirada emocional aún se vive las situaciones cotidianas en el ámbito educativo excluyendo e ignorando a las emociones. Detrás de muchos conflictos relacionales que se dan en lo cotidiano, hay un conflicto emocional, pero normalmente no se miran la. La respuesta que se da al conflicto es a través de mensajes de comportamiento, informándoles una vez más que eso no se debe hacer. Pero a menudo vemos que de manera repetitiva vuelve a crearse la misma situación conflictiva. Muestra, esto, que el conflicto no estaba resuelto. El conflicto no era el insulto sino la emocionalidad ocasionada por el insulto y que como no se ha sabido mirar y atender a esa emocionalidad tampoco se ha podido resolver con la información verbal que se ha dado con la intención de ayudar a su solución por

ejemplo con un di perdón o eso no hay que hacerlo, y ocurre que al poco tiempo eso emocional no resuelto termina creando un conflicto mayor.

Así pues aún hay mucha dificultad en resolver algunos asuntos cotidianos que se presentan en el marco de los centros educativos pues la clave para resolverlos está en el sentir emocional de alguna de las personas que conforman alguno de los sistemas que constituyen este gran sistema de subsistemas que es el sistema escolar. Hoy por hoy aún no está en este ámbito educativo, al igual que no lo está en el ámbito social suficientemente extendida la cultura de la importancia de atender, mirar y educar lo emocional.

### **Nuestra fisiología cerebral y el comportamiento**

Nuestro cerebro esta conformado por tres subsistemas cerebrales evolutivamente muy diferenciados: El cerebro reticular o reptil, el cerebro emocional y el neurocortex. Cada uno de ellos realiza funciones distintas.

El reptil es el encargado del funcionamiento animal e instintivo del cuerpo. Parece que tienen un funcionamiento muy parecido al del cerebro de los animales reptiles por eso toma su nombre. Es el cerebro dedicado a la supervivencia como especie y a la reproducción. Es muy primario, parece ser que no tiene capacidad de aprende de los errores, no tiene capacidad de sentir o pensar solo de actuar y muchas veces de una manera casi autómata. En el caso de los reptiles vemos muy a menudo que su reacción ante el conflicto es de huida o de pelea.

Es curioso ver que el comportamiento humano a menudo responde también a este binomio de huida o ataque. De hecho la última gran guerra mundial como ha sido la de Irak parece que también ha respondido o se ha justificado en base al funcionamiento de esta mente: me siento atacado pues ataco. Y si analizamos los conflictos que han ocurrido últimamente a nuestro alrededor y como distintas personas han reaccionado a ellos podremos darnos cuenta que a menudo también han estado respondiendo a este esquema de comportamiento. Pues a menudo aún no hay capacidad de afrontar el conflicto desde un dialogo abierto y claro que lleve a la comprensión de las bases también emocionales del conflicto y por tanto también a la solución. Entendemos que se ha encontrado una solución cuando todas y cada

una de las personas que forman parte de un conflicto se sienten en paz (emoción) y por tanto en comprensión de lo que ha pasado y eso quiere decir que asumen también su parte de responsabilidad en el conflicto. No que está resuelto cuando una de las partes domina a la otra.

Edgar Morin, reconocido pensador y consultor de la Unesco, en su libro *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*, ya nos decía que el cerebro humano integra en si mismo un cerebro heredado del cerebro reptil y eso nos hace aparecer otra cara de la complejidad humana que integra la animalidad ( cerebro reptil y mamífero) en la humanidad (neocortex). Las relaciones entre las tres instancias son complementarias y antagónicas, e implican conflictos entre la impulsividad, el sentir emocional y la razón. Y continua diciendo que aceptar que la racionalidad no tiene el poder absoluto, es aceptar la realidad de nuestra humanidad.

Cuesta pisar suelo y mirar la manifestación en nosotros aún de este cerebro que nos conforma al que llamamos reptil o reticular. Resulta duro de mirar, pero es necesario y ya lo aportaba D. Goleman en su libro *El punto ciego, la psicología del autoengaño*. El ser humano a menudo cae en el autoengaño, para no ver o mirar aquello que no sabe mirar ya sea diciendo que no ha ocurrido o que no existe. La semana pasado estuve trabajando con un adolescente que de un golpe había hecho una fisura en la costilla a su madre, pero el lo negaba y la decía mentirosa y decía que las radiografías habían sido falsificadas. Lo había hecho de darle el golpe pero no podía mirar las consecuencias de sus actos. Normalmente ocurre que nos cuesta ver y aceptar esta impulsividad que está en nosotros, confunde cuando sale, sin embargo esta impulsividad ocurre y la clave de su contención está en gran parte en el emocional.

El ser humano tiene y ha tenido una gran capacidad para ignorar lo que tenemos ante nuestros ojos y nos conforma. Como esos maestros de la escuela que le dan la respuesta a la compañera de que no creen en las emociones. Sabemos desde hace tiempo que tenemos un cerebro heredado de lo reptil y otro emocional pero nos cuesta mirar eso e incluir en nuestra mirada todas las implicaciones que eso comporta para la educación y el sistema escolar. Cuando podemos conocer y

profundizar en todo esto nos aporta conocimiento y facilidad en una acción más eficiente y eficaz.

En constelaciones familiares vemos muy a menudo que un sujeto que forma parte de un conflicto a menudo no tenía o aún no tiene capacidad, comprensión i/o permiso para mirar lo que está ocurriendo pero cuando a través de la ayuda que le brinda la constelación o el facilitador aparece el conflicto de fondo que estaba oculto, de este modo puede verse la naturaleza básica del conflicto que siempre incluye emociones. Eso implica ver la realidad, muchas veces dura y no querida, negada, difícil de ver. Sin embargo al mirar aquello que no se quería mirar la solución aparece de manera esclarecedora. Así la realidad que con anterioridad había sido de conflicto muestra solución y se empieza a crear y manifestar mayor bienestar y facilidad.

Nuestro sistema emocional neocorticalmente diferenciado del reptiliano se manifiesta a través del sentir emocional que puede reflejarse o no a través de una acción. El amor lo sentimos, al igual que el odio, a veces lo expresamos a nivel de acciones y otros no. Pero ahí está y termina creando realidad más o menos manifiesta a nivel exterior. Normalmente la emocionalidad básica inclina, guía, se manifiesta, se muestra a través de manifestaciones fisiológicas o a veces también de acción.

Según sea la manifestación de estas emociones podemos decir que nos encontramos ante una emoción secundaria que son las que están pero no se muestran al exterior, son emociones cerradas, encapsuladas como es un rencor o una envidia, que se guardan dentro y que normalmente no se saben resolver porque no se ha aprendido a resolverlas o porque uno las siente y las padece pero no ha identificado o reconocido que están en él. El ser humano tiene capacidad de identificar y sentir su emocionalidad pero hay que aprender a sentirla. De hecho ya se sabe que hay personas que son alexitimicas, es decir que tienen poca capacidad de sentir y percibir su emocionalidad. Steiner en su libro *La educación emocional*, nos habla de una escala de percepción emocional. Sin embargo sepamos o no identificar nuestra emocionalidad, la sepamos o no gestionar, nuestra emocionalidad actúa en nosotros. Y como una vibración se expande a nuestro alrededor. A través de esta expansión vibracional también interactúa en los otros. Ya se ha mostrado

como el circuito emocional es un circuito que no empieza y termina en nosotros sino que interactúa a nivel vibracional con el entorno seamos conscientes o no, queramos o no.

### **La mirada sistémica, una mirada también emocional.**

La mirada sistémica es importante que incluya a esta mirada emocional porque queramos o no las emociones de cada una de las personas que están en los distintos sistemas que conforman un sistema escolar interactúan a partir de esta expansión emocional-vibracional.

Cada centro educativo posee un clima emocional determinado conformado a partir de la suma de todo el sentir emocional individual de cada uno de sus miembros. Eso nos permite ver a esta red de redes que es una escuela o institución educativa con ojos nuevos que muestran como cada uno de los miembros del mismo es importante porque también suma y conforma como individuo la sopa emocional que se vive en aquel centro.

Es sabido, en *Educación para ser feliz* lo expongo extensamente, como una emocionalidad determinada e incide en el aprendizaje. Por es importante el que se continúe abriendo esa mirada a lo emocional. Un clima emocional compuesto de tranquilidad, sosiego, motivación, interés,... favorece el aprendizaje. Un clima emocional hecho de conflictos, miedos, desaprobación, ira más bien lo dificulta. Y eso es así porque las neurociencias nos muestran que cuando los circuitos emocionales y reptilianos están muy activos, nuestro neurocortex no tiene capacidad de estar funcionando. Igual que evolutivamente un cerebro es anterior al otro, así también una función precede y excluye o incluye a la otra. Cuando hay un gran miedo es muy difícil que haya un aprendizaje, lo uno es antagónico a lo otro. La adrenalina que segregamos queramos o no cuando sentimos miedo más bien lleva a la acción y al movimiento de supervivencia.

Para el aprendizaje necesitamos aquietar toda esta emocionalidad, más bien necesitamos que nuestro sistema hormonal segregue serotonina que nos va a permitir sentirnos en un espacio de seguridad y motivación emocional. Hay estudios que están mostrando que cinco minutos de relax favorece mucho más la

predisposición al aprendizaje que no cinco minutos de desaprobación. Todo esto nos lleva una vez más a la necesidad de incrementar el uso de la comunicación asertiva en el ámbito educativo. No resulta fácil porque esta comunicación incluye el reconocimiento de nuestra propia emocionalidad y la del otro a la vez que una expresión clara de lo que queremos. Y en esto aún tenemos que trabajar y avanzar mucho.

### **Un centro educativo, un sistema de sistemas**

Un centro educativo está conformado por muchos sistemas o subsistemas: el sistema de los maestros, el de los alumnos, el de los padres,... están conformados por personas, conformadas a la vez por diversos sistemas (el sistema circulatorio, el emocional, el óseo, el digestivo...), entre ellos los cerebrales que muestran, conforman y manifiestan nuestro ser, sentir y actuar.

El trabajo de Bert Hellinger sobre el funcionamiento de los sistemas nos aporta los principios a través de los cuales un sistema adquiere el orden que propicia a su vez un nivel mayor de bienestar, paz y satisfacción. Elementos que a su vez necesitamos para que se pueda dar el acto educativo y de aprendizaje con eficiencia y eficacia.

Este orden sistémico, esos Ordenes del Amor como él les llama, preceden al sentir emocional y a la vez están interrelacionados pues el orden sistémico favorece ese bienestar emocional.

Los principios sistémicos u Ordenes el Amor de Bert Hellinger nos dicen que todo elemento de un sistema tiene un lugar propio en el sistema, que alguno son anteriores a los otros. También nos dice que cada uno tiene un lugar y este es propio y es importante que este lugar se le reconozca, se le respete y que él sea capaz de tomarlo y actuar a partir de ahí. El otro principio nos habla de relaciones porque nos dice que es importante que uno sea capaz de dar lo que le es propio y le está asignado dar y el otro sea capaz de recibir y tomar. La capacidad de reconocer y aplicar estos principios en el sistema educativo o en los sistemas educativos contribuye al funcionamiento eficiente, al logro de los objetivos y al bienestar de las personas que los constituyen.



Son principios simples que una vez hemos aprendido a aplicar muestran la gran profundidad que encierran y la gran fuerza y eficacia con que contribuyen a la solución de muchos conflictos sobretodo si además incluimos la mirada a lo emocional.

**Carmen Boix i Casas, [ads@adscentre.org](mailto:ads@adscentre.org)**

**Girona, 19 de julio, 2010**

Bibliografía.

- Boix Casas, C. *Educación para ser feliz*. Barcelona 2007. Planeta-CEAC
- Boyatzis, R. Goleman, D. y McKee, A.. *El líder resonante crea más. El poder de la inteligencia emocional*. Plaza y Janés. Barcelona 2002
- Goleman, D. *El punto ciego, la psicología del autoengaño*. Ed. Plaza y Janés. Barcelona 1985
- Morin, Edgar, *Los siete saberes para la educación del futuro*. Ed. Paidós Studio. Barcelona 2001
- Noë, A. *Fuera de la cabeza, por qué no somos el cerebro y otras lecciones de la biología de la consciencia*. Ed. Kairós 2010-09-22
- Steiner, C. *La educación emocional*. Editorial Punto de Lectura. Madrid 2002.
- Traveset, M. *La Pedagogía Sistémica. Fundamentos y práctica* Ed. Proa.