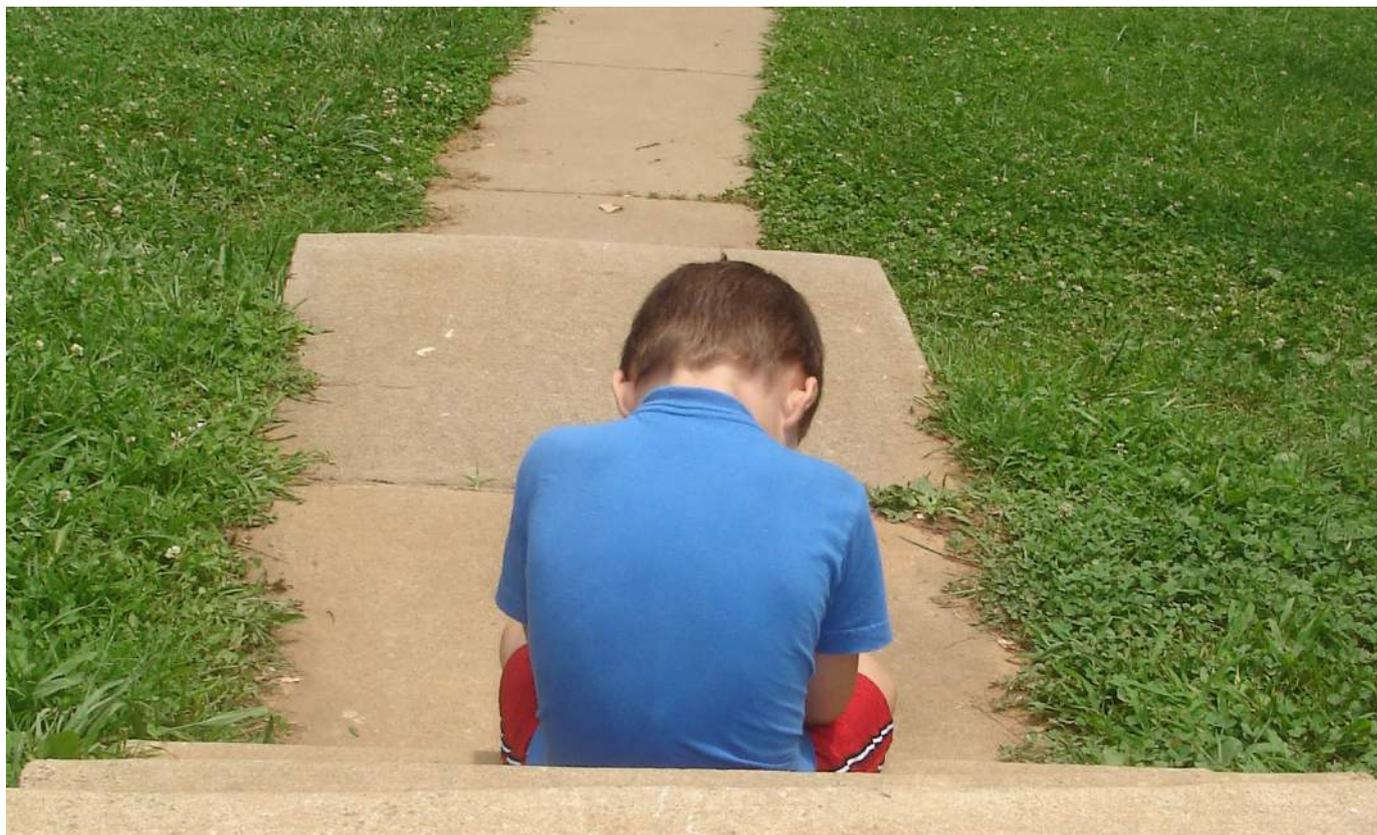


# Aulas que toman en cuenta las emociones para la enseñanza

Por Daniela Benítez  
(dbenitez@fcaq.k12.ec)



Las investigaciones en el área de la psicología biológica han demostrado que desde los primeros meses de vida los bebés son capaces de experimentar emociones básicas. Con el paso de los años, cada ser humano va adquiriendo una amplia gama de estados afectivos más complejos (Rosenzweig, Leiman & Breedlove, 2002). Existen varias teorías que categorizan las emociones: la taxonomía de Johnson-Laird y Oatley, la clasificación de Ortony, Clore y Collins, y la jerarquía de Shaver, Schwartz, Kirson y O'Connor (Christianson, 1992). Para comprender las maneras en las que el aprendizaje se ve influenciado por las emociones, tomaremos como referencia la jerarquía de Shaver y colegas (Christianson, 1992). En esta jerarquía se establecen las emociones superiores como aquellas que pueden ser categorizadas

en positivas y negativas, basadas en los beneficios o pérdidas que puedan traer al individuo. De acuerdo a esta jerarquía podemos decir que las emociones positivas están asociadas a niveles bajos de estrés, y las negativas a niveles elevados de estrés. Al elevarse los niveles de estrés, el cerebro se enfoca en sobrevivir, y deja a un lado la experiencia de aprendizaje en la que está envuelto el alumno (Gregory & Parry, 2006).

Renate Caine y Geoffrey Caine (1991) describen cómo un estudiante puede elevar sus barreras de defensa (nivel de estrés en aumento) en momentos en los que se siente amenazado en el aula, no necesariamente de manera física pero sí de manera emocional, afectando negativamente al proceso de aprendizaje. Se produce por lo tanto un “*downshift*” en el que el alumno solo se enfoca en el

aspecto emocional que está siendo amenazado, y deja para una segunda o tercera instancia lo que le rodea, la adquisición de conocimiento y su contexto.

Es necesario que el aula sea un espacio libre de “*downshift*”. Así, nuestros alumnos obtendrán un estado mental óptimo para conseguir un aprendizaje significativo. Una mente en estado óptimo presenta dos características:

1. El sistema nervioso está relajado y prevalece un sentido de seguridad mental, emocional y física.
2. Existe motivación personal en el alumno, necesaria para la expansión del conocimiento (Caine, Caine McClintic & Klimek, 2009).

Para crear aulas libres de estrés se debe considerar tanto el vínculo con el profe-

sor como los vínculos construidos entre los alumnos:

## Vínculo con el profesor

Los profesores son los actores principales en garantizar un espacio que promueva experiencias positivas, con niveles bajos de estrés. El educador debe establecer una relación de confianza y apoyo para sus estudiantes, conociendo sus intereses, fortalezas y debilidades (Kaufman, Robinson, Bella, Akers, Haase-Wittler & Martindale, 2008). En un informe realizado por el Departamento de Salud y Servicios de EEUU enfocado en el entorno escolar, se encontró que los adolescentes que percibían a sus profesores como proveedores de apoyo académico y afectivo experimentaban menor cantidad de emociones negativas (Davis & Davis, 2007). Los docentes pueden asegurar un estado óptimo para la mente al seguir las siguientes recomendaciones:

1. Garantizar el tiempo necesario para finalizar una tarea.
  2. Compartir retroalimentación positiva.
  3. Crear retos apropiados a nivel individual.
  4. Transmitir el contenido académico con un nivel de dificultad apropiado.
  5. Establecer un ambiente amigable y respetuoso para compartir opiniones.
  6. Incluir tareas basadas en los intereses de los alumnos.
  7. Tomar en consideración estilos de aprendizaje.
  8. Realizar ajustes y modificaciones para estudiantes con diferencias en el aprendizaje.
- (Gregory & Parry, 2006)

## Relación entre estudiantes

No solo el vínculo con el educador tiene un gran valor al momento de crear un ambiente exento de tensiones, sino a su vez la relación entre estudiantes. El acoso escolar es una forma de interacción social en la que un individuo dominante exhibe un comportamiento agresivo con la intención de causar sufrimiento a un individuo menos dominante (Davis & Davis, 2007). El acoso escolar incrementa las emociones negativas en los alumnos, y como resultado su nivel de estrés se eleva. Para que el

acoso escolar en las escuelas disminuya y desaparezca es de gran importancia tomar en cuenta lo siguiente:

1. Mantener un sistema de disciplina que sea consistente ante conductas de acoso e intimidación.
  2. Apoyar a los alumnos a separarse de amistades nocivas y buscar amistades solidarias.
  3. Alentar a terceros para que rechacen las conductas del bully.
  4. Enseñar estrategias para confrontar.
  5. Desarrollar empatía en el alumnado.
  6. Modelar respeto y aceptación a las diferencias.
- (Davis & Davis, 2007)

Las emociones y el aprendizaje están relacionados de una manera muy estrecha. Al crear aulas libres de tensión se obtiene una mente en estado óptimo, dando lugar al aprendizaje significativo. Es posible lograr un ambiente escolar sin estrés manteniendo un vínculo de confianza y apoyo con el profesor, así como relaciones saludables entre los alumnos.



## Referencias:

- Caine, R. N., & Caine, G. (1991). *Relaxed Alertness. Making connections: teaching and the human brain*. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Caine, R. N., Caine, G., McClintic, C., & Klimek, K. J. (2009). *12 brain/mind learning principles in action: developing executive functions of the human brain* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
- Christianson, S. (1992). How might emotions affect learning? *The handbook of emotion and memory: research and theory*. Hillsdale, NJ: L. Erlbaum Associates.
- Davis, S., & Davis, J. (2007). *Schools where everyone belongs: practical strategies for reducing bullying* (2nd ed.). Champaign, IL: Research Press.
- Gregory, G., & Parry, T. (2006). Cognitive Research. *Designing brain-compatible learning* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
- Kaufman, E. K., Robinson, J. S., Bellah, K. A., Akers, C., Haase-Wittler, P., & Martindale, L. (2008). Engaging Students with Brain-Based Learning. *Techniques*, 83, 50-55.
- Rosenzweig, M. R., Leiman, A. L., & Breedlove, S. M. (2002). Emotions and Mental Disorders. *Biological Psychology* (3rd ed.). Sunderland, MA: Sinauer Associates.