

## **La afectividad y la efectividad en el aula**

### **Rocío de Velasco**

El proceso educativo lleva mucho tiempo evolucionando en diferentes aspectos y uno de ellos es el de considerar la afectividad en el aula.

Esta es una práctica fundamental, por el simple y esencial hecho biológico de que no se puede ver el mundo desde otro mirar, que no sea el propio. Al considerarlo como docentes, nos estamos haciendo cargo de lo humano de nosotros y del alumno.

Cada emoción que los niños experimentan a través del día, todo lo que ellos sienten, tienen un efecto directo en las funciones de sus sistemas nerviosos autónomos y sus cerebros. Esta idea, relativamente nueva, probablemente nos permita retomar el tema de las emociones y del efecto que causan en nuestros alumnos.

Sostener un estado emocional positivo en las escuelas, traerá consigo un efecto marcado en los procesos cognitivos, emocionales y psicológicos. Y no se trata de provocar unas sonrisas nada más o provocar un estado emocional "falso", sino que éste debe sentirse por tiempo extendido, generado por prácticas estratégicas sanas.

La Secretaría de Educación Pública (SEP), en coordinación con el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), actualmente, tiene como objetivo favorecer el aprendizaje de las habilidades socioemocionales por considerarlas herramientas que permiten a las personas entender y regular sus emociones, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y desarrollar relaciones positivas.

Si deseamos abordar las crisis de los niños que enfrentan en muchas ocasiones en sus hogares y en las escuelas, debe ser nuestro interés y el de ellos, empezar a comprender cómo el medio ambiente y las personas los impactan.

El estrés si no se disminuye, pone a los niños en desventaja, ya que su cerebro y su cuerpo en general es afectado y por ello su capacidad cognitiva y social. El sistema nervioso parasimpático no le da tiempo de llegar a un balance cuando existe una percepción en el alumno como el miedo, la amenaza, la inseguridad, o el desgaste, provocado por ellos mismos, por sus maestros o por sus padres. Por el contrario, un ambiente que es amoroso, tolerante, grato, coherente y que acompaña, permite auto conocerse, regularse, experimentar apertura y confianza.

Los neurólogos en muchas universidades como: la de Johns Hopkins, Harvard, UNAM, IPN, etc., nos hablan de las investigaciones y experimentos que han llevado a cabo y que demuestran que lo que se siente a nivel emocional, influye en la actividad eléctrica del cerebro y que está demostrado, hoy en día, que los niños que se sienten aceptados, amados y no estresados, pueden usar mucho mejor su inteligencia y desarrollar una autoestima sana que les permita afrontar sus retos.

Por el contrario, cuando los alumnos sienten que no cubren las expectativas de los adultos, manifiestan comportamientos de conducta inadecuados, desordenes alimenticios, dificultades de aprendizaje, autolesionismo, retraimiento social, depresión, problemas sociales y académicos.

Podemos concientizar y saber que nuestro papel como educadores es más eficaz cuando se pone a disposición esa "mirada" que tenemos de lo humano, o cuando tenemos el propósito de acompañar a alcanzar un aprendizaje con mentalidad abierta, siendo integradores de la emocionalidad de los alumnos, y de la diversidad.

Un niño, trae consigo muchas expectativas, mismas que se van cambiando según el aprendizaje adquirido en cada actividad o proyecto de su vida y por ello al reconocer a los niños y jóvenes a quienes servimos, podemos cuestionarnos y estar dispuestos a cambiar y a incluir nuevas visiones del conocimiento y de la práctica docente.

El poder distinguir esto, traza un gran diferencia en nuestra trayectoria profesional, **es un antes y un después** para los alumnos. Es aquí donde la vocación de servicio, a través de la docencia, hace que la vulnerabilidad se diluya, sólo por el hecho de hacer saber que no se está solo y que a través del lenguaje, las emociones, la corporalidad, nos podemos comunicar, y además nos podemos comprender, generando un clima escolar positivo.

Tómese esta como una invitación para que cada fase en nuestras aulas sea distintiva para que los niños crezcan paulatinamente en cada una de ellas. Seamos ejemplos de tolerancia, comprensión y empatía, para que los niños puedan adquirir nuevas maneras de ver al mundo y así acrecentar su universo de posibilidades para: Auto conocerse y auto regularse.

- Afrontar y lidiar riesgos.
- Buscar un bienestar personal y común.
- Cultivar relaciones sanas.
- Actuar con efectividad.
- Saber pedir ayuda.
- Aprender
- Vivir felices y preparados para la vida.