



Secretaría de Educación Pública

Universidad Pedagógica Nacional

Unidad Ajusco

Licenciatura en Pedagogía

**RE-PENSAR LA EDUCACIÓN DE LOS SENTIMIENTOS PARA LOS
ESTUDIANTES DE BACHILLERATO.**

TESIS

Que para obtener el título de

Licenciado en Pedagogía

Presenta:

Ariel García Zúñiga

Asesor:

Doctor Luis Eduardo Primero Rivas

México, D.F., Noviembre, 2015

Agradecimientos

Con todo mi cariño, amor y respeto a las personas que hicieron todo lo posible para llegar a culminar mis estudios profesionales, por su entrega, dedicación e inmenso amor, que han sido mis pilares en este trayecto. Les viviré eternamente agradecido por sus sacrificios, enseñanzas y confianza: Papás los amo.

A mis hermanos:

Arizandi: gracias por enseñarme que el éxito es producto de la constancia, dedicación, disciplina y responsabilidad hacia lo que se hace, piensa y siente. Como buen hermano mayor planteaste un posible camino para que como hermanos, te siguiéramos.

Argenis: las circunstancias de la vida te dirigieron hacia otras experiencias; junto con Norma me han dado la dicha de conocer otra expresión del amor, una más pura e incondicional, ahora soy tío de dos hermosas princesas que son mi inspiración y motor, infinitas gracias hermano.

Arvin: Eres y siempre serás nuestro hermano menor, el pequeño, a quién siempre cuidaremos y de quien aprendemos día a día; tu fuerza, carácter y personalidad son lo que te hacen único. Gracias por mostrarme que cada uno de nosotros somos diferentes, pero no perdemos la esencia de hermandad.

A mis amigos:

No son todos los que están, pero están todos los que son: Evelin, Ulises, Diana y Getzari, son ustedes la familia que he decidido tener, la que me ha acompañado durante este trayecto, gracias por sus palabras de apoyo, su motivación y la amistad que me han brindado. Hemos crecido como personas, amigos y familia. Les quiero.

Un agradecimiento especial al Doctor Luis Eduardo Primero Rivas, por aceptarme a realizar el presente trabajo bajo su dirección. Gracias por la confianza, apoyo y por compartir conmigo sus conocimientos y enseñarme que el mejor conocimiento es el colectivo, el de frontera y el que supone una humanización de los procesos educativos. Sus consejos y guía no sólo me han formado intelectualmente, sino que han sido importantes en mi conformación como persona crítica y sensible. ¡Gracias!

Quiero agradecer de igual manera, a la Maestra Clara León Ríos, Jefa del Departamento de Psicopedagogía del Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Sur, por permitirme ser parte de su equipo de trabajo, por los consejos académicos, laborales y personales que me ayudan a ser mejor persona cada día. Gracias por la ayuda y facilitación de los recursos para la consecución del presente trabajo.

ÍNDICE

Presentación	5
Capítulo I: Los sentimientos en la dinámica diaria.	9
1.1 La teoría de la personalidad como principio de cambio en la conceptualización de los sentimientos.	9
1.2 Historicidad del concepto y su difícil diferenciación de las emociones.	14
1.3 La educación de los sentimientos, notas en la historia.	22
1.4 Pasar al siglo XX.....	31
Capítulo II: La vida cotidiana y su relación con la educación de los sentimientos.....	40
2.1 Implicación y sentimiento dentro de la Teoría de los Sentimientos.	40
2.2 Clasificación de los sentimientos.	44
2.3 La educación sentimental en los apuntes de Heller	63
Capítulo III: ¿Por qué a comienzos del siglo XXI la Educación de los Sentimientos es adecuada?.....	71
3.1 Política Pública y ¿la educación integral?	71
3.2 La adolescencia como etapa de desarrollo de la personalidad afectiva.	80
3.3 Lo que se identificó al trabajar con estudiantes del Colegio de Ciencias y Humanidades (CCH) Plantel Sur.	90
3.4 Realizar los conocimientos adquiridos	91
Conclusiones.....	109
Bibliografía	113

Presentación

Parte del interés por repensar la educación de los sentimientos para los estudiantes de Bachillerato surge de la necesidad de humanizar la realidad en la que estamos inmersos, una época que emerge dentro de un contexto globalizador donde los cambios y avances tecnológicos aceleran la vida de las personas, provocando un *desconocimiento de sí*, que a su vez genera relaciones personales y sociales dañinas, complicadas y en ciertos casos peligrosas. Conocer, comprender y valorar lo que ocurre en la interioridad de la persona brinda las herramientas necesarias para entenderse a uno mismo y entender a los demás.

La adolescencia es comprendida socioculturalmente como una etapa del desarrollo humano donde la persona deja la infancia y pasa a ser parte de la vida adulta, se entiende simple y vanamente como un proceso de transición, pero es más que eso, encierra un gran tesoro: durante esta etapa, a partir de la experiencia que se ha obtenido a lo largo de la vida se constituye y determina la personalidad, el carácter y se conforman las primeras relaciones sociales estables. Los adolescentes son *una bomba de sentimientos*, pues en cada uno de sus actos intervienen sentimientos que en la mayoría de los casos no saben controlar o expresar, uno de los objetivos que guía el presente trabajo es presentar la importancia de conocer e identificar lo que se siente y surge desde el interior de las personas para encauzar nuestras acciones hacia *un buen vivir*.

En el presente trabajo se reconoce conscientemente la importancia que tiene el mundo sensible de las personas, por naturaleza todas las personas somos seres sensibles, la sensibilidad faculta a la persona para accionar ante los estímulos que surgen desde el exterior. Esta condición humana innata durante mucho tiempo ha sido negada, desconociéndola y evitándola en los planes y programas educativos, lo que ha ocasionado una deshumanización en todos los ámbitos de la vida. Volver la mirada a esta temática permite una reconciliación entre las personas y el entorno en el que se desarrollan, supone un proceso de sensibilización para acceder a nueva etapa del

desarrollo humano donde se permita que los procesos afectivos se conozcan, y por medio de la razón, se puedan modular.

La investigación que se desarrollará a continuación se plantea como diagnóstica, se pretende dar a conocer cómo los centros escolares atienden las problemáticas sentimentales de sus estudiantes, ya que en ocasiones los problemas afectivos, familiares y/o amorosos no permiten que los estudiantes estén bien en el proceso de enseñanza-aprendizaje, intervienen de manera negativa y ocasionan problemáticas como la depresión, la desorientación y la angustia, por citar algunas.

El apoyo que encuentro para estudiar los sentimientos lo obtengo en una nueva gnoseología y en la hermenéutica analógica; ya que durante el positivismo los sentimientos se dejaron a un lado, no se les dio la importancia que merecen provocando la problemática actual, una sociedad deshumanizada. La hermenéutica analógica propone una educación sentimental, es decir, una educación que sea capaz de percibir, identificar y moldear las senso-percepciones, los afectos y las pasiones surgidas y conformadas en la actividad científica y humana, por tal motivo se recurre a esta metodología de estudio para tratar los temas referentes a la educación de los sentimientos.

A continuación describiré como se conforma el trabajo documental que se integra de tres capítulos, en el primero de ellos se abordará lo referente a la teoría de la personalidad humana. Haciendo un análisis de la sensibilidad y la manera en que las personas pueden responder a los estímulos del exterior, tales respuestas pueden provenir desde la psicología, la reflexión o la racionalidad.

Debido a que en la cotidianeidad los términos sentimientos y emociones se toman como sinónimos, dentro del primer capítulo también se pretende dar respuesta a las interrogantes: ¿qué son los sentimientos?, ¿qué son las emociones?, ¿cómo se diferencian unas de otras? y conocer porqué se piensa necesario educar los sentimientos en vez de educar en las emociones, también se pretende cuestionar la novedad de la educación de los sentimientos, ya que desde el comienzo del siglo XXI

se observa un creciente interés por hacer investigación acerca de ellos, es por tal motivo, que se presentará la historicidad de la temática, para dar a conocer el pensamiento y trabajo de autores que desde la antigüedad han reconocido la importancia y aportaciones que brinda conocer la parte sensible de las personas.

En el capítulo dos se avanza a analizar parte de la obra de la Filósofa Húngara Ágnes Heller sobre la vida cotidiana y la vasta teoría de los sentimientos que desarrolló a lo largo de casi dos décadas, estas teorías ofrecen referentes teóricos y metodológicos acerca de lo que se entiende por sentimientos e implicación, términos que toma como sinónimos en su *teoría de los sentimientos*, de igual manera se examina la clasificación que la autora ofrece acerca de los sentimientos, al tratar de exponer las seis maneras en que podemos encontrar estos estados en la vida cotidiana: sentimientos impulsivos, afectos, sentimientos orientativos, emociones en sentido estricto (sentimientos cognoscitivos-situacionales), sentimientos de carácter y personalidad, y las predisposiciones sentimentales

Para culminar el capítulo dos se pretende mostrar cómo en los trabajos de la filósofa y de otros autores como Luis Eduardo Primo Rivas enfatizan en la necesidad de educar la parte sensible de las personas, se pondrá de evidencia las aportaciones que ellos hacen de manera explícita o implícita para el desarrollo de esta asignatura pendiente a la que se propone debemos acceder.

En el tercer y último capítulo se encontrará una crítica al discurso político imperante en los últimos sexenios, dicho discurso apunta hacia una “*educación integral*” que la mayoría de veces excluye de la formación intelectual y de la práctica educativa la parte sensible de las personas, como si al entrar al salón de clases el alumno dejara fuera lo que lo conforma, lo que siente y vive.

Especialmente se hará un análisis de los planes, programas y prácticas educativas del Nivel Medio Superior, pues es en este nivel donde se piensa necesaria y urgente repensar la educación de los sentimientos, esto por la etapa de desarrollo que viven los alumnos, etapa crítica, y de cambios en muchos aspectos de la vida. El tema de la

adolescencia es y siempre ha sido un contenido fundamental para quienes nos dedicamos al ámbito educativo, pues representa un punto de partida en la práctica docente debido a las necesidades y características específicas de los adolescentes. Trabajar con adolescentes sería complicado si no se entendiera esta etapa del desarrollo humano por tal motivo se hace un pequeño pero importante análisis sobre esta etapa de la vida.

Trabajar directamente con los alumnos es una experiencia que enriquece a las personas, más a nosotros que aspiramos ser parte de su proceso de formación, en la práctica se descubre que los procesos educativos están permeados de componentes afectivos que intervienen de manera positiva o negativa en el proceso de formación de los estudiantes, esto se pudo observar directamente ya que durante la investigación de campo se insertó dentro del Colegio de Ciencias y Humanidades para conocer y mostrar cómo se encuentran los estudiantes de dicha Institución, dentro del tercer capítulo se encontrará información relevante acerca de lo que sienten y viven algunos de los adolescentes que llegan al Departamento de Psicopedagogía a pedir ayuda por un motivo personal, emocional o familiar.

Por último, a modo de conclusión al presente trabajo, se encontrarán datos relevantes para comprender cómo se encuentran los alumnos del CCH Sur sentimentalmente, se plantea la importancia y relevancia de hacer una *hermenéutica de sí*, y las aportaciones y ventajas que tiene repensar la educación de los sentimientos para atender cuestiones sentimentales de manera preventiva y no remedial, pues como reza un dicho popular: *es mejor prevenir, que lamentar*.

Capítulo I: Los sentimientos en la dinámica diaria.

“Educar es ser artesano de la personalidad, un poeta de la inteligencia, un sembrador de ideas.”

(Cury, A. 2005)

1.1 La teoría de la personalidad como principio de cambio en la conceptualización de los sentimientos.

La educación de los sentimientos o en los afectos es un punto importante en la vida de todos, pues por naturaleza todos somos seres sensibles: sentimos y percibimos de acuerdo a nuestras experiencias y a nuestra interioridad, la personalidad es un factor que interviene en la manera en qué sentimos, percibimos y respondemos de manera afectiva.

Las partes integrantes de la personalidad son la experiencia, la sensibilidad, la intelectualidad —o racionalidad—, y los instintos y pulsiones del ser humano. La experiencia es el registro hecho por nosotros sobre la práctica realizada en la acción. Desde la niñez se encuentra la génesis de nuestra experiencia, y tendremos registro de lo realizado, acumulado en nosotros como energía sensible y/o simbólica que con su fuerza moverá tanto nuestra experiencia como nuestra actividad, en cuanto ésta —organizadora como costumbre— igualmente se estructura u organiza por una clave, por una gramática, y la energía acumulada habitualmente busca prevenir el error (Primerio & Beuchot, 2014: 18).

La personalidad es un componente inherente al ser humano, ésta se compone de tres elementos: la experiencia, la sensibilidad y la intelectualidad. La experiencia es el registro o recuerdo que posee el ser humano de sus actividades, de lo hecho —desde la niñez—, dicha experiencia será considerada positiva o negativa a partir de lo vivido por la persona; tal capacidad para discernir será brindada por la sensibilidad que es el siguiente elemento conformante de la personalidad. La sensibilidad como lo escribe Luis Porter Galater en el libro: *El conocimiento actual 1*, “es aquella que nos faculta para sentir, percibir y darle significado y sentido a los estímulos, es la hermenéutica creadora —interpretación hecha por nosotros— de nuestros afectos y del conjunto de

estados psico-afectivos.” (Primero, 2012: 50). La sensibilidad permite dar una respuesta al exterior, tal respuesta puede ser expresada sin más procesamiento humano que esto, “respuesta dada desde la psicología” sin embargo tal respuesta debería pasar por un proceso de intelección, siguiente elemento de la personalidad. La intelección permitirá modificar tal respuesta vía la reflexión. El momento intelectual o proceso de la construcción del conocimiento se trabajará más adelante, sin restarle la importancia que merece, pues se piensa que una buena conformación de la personalidad requiere primeramente trabajar sobre la parte sensible. Los sentimientos, pulsiones e instintos se perciben y desarrollan a partir de la capacidad sensitiva del ser humano, a partir de su personalidad. Esta tesis para optar al título de Licenciado en Pedagogía tiene como propósito principal trabajar sobre la parte sensible de la personalidad del ser humano, para que en un futuro se logre un sano desarrollo intelectual en el estudiante (objetivo secundario).

Todos los seres humanos por naturaleza tenemos la capacidad de responder a estímulos exteriores, provenientes del contexto que nos rodea, pues es una de las condiciones primarias de la existencia, común entre todas las personas, por su parte la sensibilidad, como escribe Luis Eduardo Primero Rivas en el libro ya mencionado, *El conocimiento actual 1*: “es una capacidad interna del ser vivo, al encontrarse dentro de su zona de conformación: su interioridad, para la persona, el centro de su ser (su psicología y carácter.”) (Primero, 2012: 32).

Precisamente por ser una condición interna al ser humano se ha dejado a un lado la importancia que merece. Es significativo hacer referencia e investigación de la sensibilidad de la persona, en tanto algunas creen que por el hecho de no poderse medir o ver físicamente carece de importancia. Un objetivo secundario de esta tesis responde a la necesidad de hacer destacable la importancia que tiene la parte sensible del ser humano en la conformación de la persona, en la construcción de la personalidad, en el proceso de construcción del aprendizaje y de cómo interviene en las relaciones sociales; pues la sensibilidad está en todos nuestros actos, es la que determina nuestra psicología y carácter.

Es importante de igual modo, conocer desde donde damos la contestación a los estímulos provenientes del exterior, pues de acuerdo a la tesis de Primero Rivas, pueden provenir desde tres distintas posturas: el primer tipo en que se puede responder a los estímulos exteriores, es hacerlo desde la psicología, es decir, desde lo más simple y primario de la persona, desde su naturaleza más elemental. Estas respuestas surgen en la vida cotidiana, es la acción más directa ante cualquier situación, son inmediatas y no involucran algún tipo de razonamiento. “Son contestaciones surgidas de los procesamientos senso-perceptivos y afectivos más colindantes a la acción directa y son a-reflexivas, por lo cual pueden ser riesgosas.” (Primero, 2012: 37). Al ser las respuestas más directas a los afectos es necesario saber modularlas y trabajarlas desde la educación para no ser tan *psicológicas*. Es en este sentido por lo que propongo re-pensar la educación de los sentimientos: hay que aprender a moldear los sentimientos, emociones, pasiones y pulsiones que se producen desde el exterior, a los cuales respondemos desde el interior para no responder en la inmediatez, sino pasar antes por un proceso de reflexión, un proceso intelectual en el cual intervengan los conocimientos previos, la experiencia de lo que hemos hecho registro.

El segundo tipo de respuesta —a los estímulos del exterior—, son las respuestas reflexionadas, aquí tiene lugar la vinculación sensibilidad-conocimiento. Pues se destaca y promueve la importancia de agregar en nuestra vida cotidiana un proceso de reflexión en todos nuestros actos. Se piensa que es mejor dar una respuesta reflexionada que una que provenga desde nuestra psicología. Responder desde la reflexión conlleva consigo mejores aportes a nuestra sociedad, a nuestro contexto, pues al recapacitar no dejamos de lado nuestros sentimientos, sino que aprenderemos a manejarlos y saber cómo expresarlos adecuadamente de acuerdo a la situación en la que nos encontremos.

Al pasar por un proceso de reflexión se permite poner las cosas en claro, pensar lo que se responderá y cómo se responderá, de manera en que se pueda expresar lo que se siente junto con lo que se piensa, es actuar en concordancia con nuestra

interioridad sensible junto con el proceso de conocimiento o interioridad simbólica, un proceso que sería adecuado que se llevará a cabo en la vida cotidiana, para evitar responder desde la mera psicología.

La racionalidad es el tercer tipo de respuesta. En esta réplica intervienen las antes dos nombradas; engloba la reflexión y no deja de lado los procesos psico-afectivos. Entendiendo la racionalidad “como la parte del ser humano capaz de ejercer la reflexión, desde posiciones y decisiones, orientadoras de la buena acción, de aquella creadora de mejores formas de humanidad, y útiles al enriquecimiento genérico.” (Primer, 2012: 38) Estos tres tipos de respuestas al mundo deben ser conocidas por las personas, para un sano y mejor desarrollo de la sociedad. Pues al reflexionar y sin olvidar tomar en cuenta nuestros instintos y pasiones, propiciamos una mejor convivencia personal y posteriormente social.

Al plantearse el objetivo de dar a conocer la importancia de la sensibilidad de las personas, parte integradora de la personalidad, estamos promoviendo la idea de la *hermenéutica del sí*, es decir, “impulsar la conciencia como auto-reflexión, para obtener como ganancia la etiología de nuestra acción.” (Primer, 2012: 39) Hacer una interpretación de nosotros mismos basadas en nuestra experiencia, en el registro de nuestros hechos y así aspirar a identificar lo que nos inspira a actuar. El auto-conocerse siempre ha sido uno de los objetivos del ser humano. Dentro del auto-conocimiento, uno de los aspectos más importantes, es la sensibilidad. Al tener conciencia de uno mismo, sabremos qué afectos y respuestas al mundo surgen de nuestra psicología, en la vida académica y personal, con lo que se podría pasar al siguiente paso: poder hacer un proceso de reflexión que nos permitirá, con base en nuestra experiencia, hacer conciencia de lo que sentimos y lo que hicimos, para tener un resultado y observar sí lo que deseamos y obtuvimos están de la mano. Con lo que pasaríamos al tercer nivel, el de la racionalidad; en este nivel se trata de crear una “filosofía de vida” desde la cual vamos a actuar en la vida cotidiana. Una filosofía pensada, reflexionada y en la que nuestros sentimientos, afectos y pasiones puedan intervenir y convivir de una forma sana, armónica y en concordancia.

Conocer los tres niveles en que se puede responder a los estímulos exteriores sirve primeramente, para crearnos esa *filosofía de vida* que se invita a crear, pues en la vida cotidiana el constante ajetreo en que vivimos a veces no permite un momento de reflexión acerca de lo que estamos haciendo y la manera en que se está haciendo, me atrevo a decir que se ha perdido la dirección, la parte humana en las relaciones sociales, hemos “guardado” en una caja fuerte y con candado a los sentimientos, a las emociones y a las pasiones, se vive por vivir y somos seres desechables, seres autómatas que se dirigen por la vida sin ilusiones y evitando sentir, responder y vivir en armonía a sus sentimientos y a las necesidades. El vivir en la racionalidad permite tener presente qué se siente, qué se percibe y se hace un proceso de reflexión para expresar adecuadamente eso que está pasando por nuestra enredada cabeza. El vivir sanamente, el estudiar sanamente, el crecer sanamente puede ser si ejercemos la racionalidad, si se conjunta el intelecto, razón, reflexión, experiencia y la vida afectiva.

Se entiende que lo que conforma la personalidad son las experiencias, la sensibilidad y la intelectualidad, que respondemos a los estímulos exteriores según nuestra conformación como personas, lo que nos va constituyendo y conformando. Que es en el equilibrio entre el sentimiento y la razón como se construye el conocer como parte del desarrollo de la personalidad. Cuando se pregunta a las personas qué son los sentimientos, podrán dar definiciones únicas y diferentes, porque responderán desde su interioridad, desde su experiencia... Algunos contestan que *es algo bonito, algo ligado al corazón* y otras personas nos podrán dar una definición de diccionario, porque cada uno tiene un contexto diferente, su construcción, su personalidad es diferente. En esta tesis para optar al título dicho se respetan las diferencias, pero se busca el equilibrio, es por tanto que para no tener definiciones diferentes de sentimiento y tengamos definiciones comunes, se abordará el concepto de sentimiento y su diferenciación de emociones.

1.2 Historicidad del concepto y su difícil diferenciación de las emociones.

La interioridad humana de acuerdo con Luis Eduardo Primero Rivas debe ser entendida “como la sensibilidad cognoscente. La sensibilidad es la capacidad de responder al estímulo del medio ambiente, esta nos faculta para sentir, percibir y darle significado a los estímulos.” (Primero, 2012: 33 y 34). Es indispensable dar a conocer la importancia de esa condición humana y esforzarnos por dirigirla en favor del desarrollo de las personas en formación, especialmente los alumnos. Para esto es necesario empezar por saber a qué llamamos sentimientos y saber cuál es la diferencia que hay entre estos y las emociones, ya que en los últimos años se ha suscitado el interés por investigar sobre los sentimientos y las emociones con trabajos que aportan pero al mismo tiempo hacen confusa la utilización de dichos términos, pasando por el barbarismo de tomarlos como sinónimos. En su texto “*Sentir para transformar la realidad*” Gabriela Sierra dice:

Sentir es una experiencia esencialmente humana que se puede compartir con otros seres humanos de cualquier estilo o condición. Aun cuando no tengamos una definición clara y unívoca de su significado, cuando hablamos de sentimientos sabemos a qué nos referimos; hay una comprensión implícita que surge de las vivencias de nuestra vida cotidiana. Sin embargo, no es fácil reconocer, aceptar y valorar los sentimientos. Confronta y conmueve. Comprender los sentimientos personales y de los demás nos lleva a acercarnos a nuestra vulnerabilidad, y esto siempre asusta, nos deja expuestos a otras miradas. Por eso preferimos que nuestra fragilidad esté oculta. Nos protegemos.” (Sierra, 2002: 58)

La definición que nos proporciona Gabriela Sierra es buena, aunque se puede decir que la experiencia de sentir no es esencialmente humana, porque la sensibilidad es parte de la naturaleza de todas las especies que existen, pues si le hacemos una caricia a nuestra mascota ella sentirá, y podrá responder con el movimiento de su cola como agradecimiento, se irá si no le gusta; todos los seres humanos por naturaleza somos seres sensibles. Lo que quiero rescatar de la definición dada por esta autora, es la situación de que aunque no se tenga una definición clara (y que bueno que tampoco unívoca, ya que no se pretende fijar este conocimiento como único) cuando se habla de sentimientos la mayoría de las personas saben de qué se habla, aunque

no se tenga el mismo significado, pero al ser una palabra común en nuestra vida cotidiana pasa desapercibida su verdadera importancia. No por el simple hecho de que forma parte de nuestro lenguaje usual deja de ser importante.

Los sentimientos “ayudan a construir nuestra propia biografía, a establecer una vinculación afectiva eficaz con el medio y las personas que nos rodean, a aceptar o construir una de virtudes. Es decir, nos ayudan a ser, a pensar y a hacer.” (Tey, 2012: 2) Los sentimientos están involucrados en el desarrollo de la personalidad, intervienen en los procesos de socialización, son parte de la vida cotidiana y se practican con las personas que nos rodean, el ideal es que se eduque en este sentido desde nuestra primera integración a la sociedad, es decir, desde el hogar, la familia debería ser la encargada de hacer esa labor. Se ha dejado, en nuestras sociedades actuales esta parte de la educación, pues en el hogar, como se dijo anteriormente, es donde debería darse primeramente la educación en los afectos, al ser ellos el primer grupo social en el que se inserta la persona, la familia deberían de dar las herramientas necesarias para que desde la niñez se tenga un desarrollo sano y armónico de los estados afectivos. A veces las familias dejan de lado este tipo de educación porque creen que es en la escuela donde deben educar esta parte de la persona. Pero en la escuela se forma, se aprueban materias y se aprenden “conocimientos útiles” para la vida; lo curioso es que dentro de esos conocimientos útiles no están incluidos los sentimientos. Entonces no recibimos educación de este tipo ni en casa ni en la escuela. Dejando esta materia pendiente.

Los sentimientos como lo escribe Amelia Tey Teijón nos ayudan a ser, pensar y hacer, de ahí surge la propuesta de hacer una vinculación de sentimientos-razón, mediante el pensamiento o reflexión de nuestra actividad y experiencia. Para no dejar los sentimientos como tarea pendiente, re-educar o educar los sentimientos debemos trabajar en lo inmediato.

Hasta ahora se ha escrito que los sentimientos intervienen el desarrollo de la personalidad, son inherentes a los seres humanos, a-reflexivos y están en todos nuestros actos. Por su parte, hay otros autores que agregan que los sentimientos son

estados afectivos creados por la inteligencia, otros más los conceptúan de igual forma que las emociones, el portal de la Internet “Estrés y ansiedad” brinda una lista con las características de emociones y sentimientos, lo que permite una visión para empezar a diferenciar estos términos (Estrés y ansiedad, 2015: 2) Primeramente se presentan las características de las emociones:

- Las emociones son un cambio súbito en el estado de ánimo o humor.
- La palabra emoción viene del latín e-motio, mover, poner en movimiento.
- Las emociones son rápidas e inestables, transitorias. En general duran menos de un día.
- Tienen gran componente físico: El cerebro percibe algo que le dispara una emoción en la amígdala cerebral.
- Pueden acompañar a un hecho o recuerdo; por ejemplo, recordar un momento agradable nos puede hacer sentir alegría.
- Son la simple respuesta afectiva a un estímulo externo. Por ejemplo: está nublado y me pongo triste, veo una cucaracha y me da asco, me empujan y me da ira. En estos ejemplos, hablamos de la tristeza, el asco y la ira como emociones.
- Duran poco tiempo.

La lista anterior corresponde a las características más sobresalientes de las emociones, con lo cual se puede definir a la emoción como estado de ánimo o humor espontáneo como respuesta a un evento de la realidad o de la interioridad del sujeto. Se caracteriza rápidamente porque duran poco tiempo.

El mismo portal ofrece, de igual manera, una lista con las características principales de los sentimientos:

- Son estables, específicos y duraderos.
- Comprometen a toda la persona.
- Perduran en el tiempo.
- Comprometen la vida afectiva incluyendo la inteligencia y la voluntad.
- Pasan a formar parte del núcleo, “el corazón” de la persona.

-Están ligados a los valores, a aquello que representa algo importante para la persona.

-Es lo que produce la respuesta afectiva duradera [de las personas].

-Algunos dicen: “hay que educar en ideas”. No alcanza. Es necesario llegar a los sentimientos, ahí se compromete toda la persona.

-Repercuten en toda la persona: lo físico, lo psíquico, el espíritu (inteligencia y voluntad).

Esta lista de características publicada en el portal electrónico son de utilidad, ya que nos lleva a conocer y comprender que los sentimientos son estados afectivos estables en el tiempo, rescata la importancia de que no es sólo necesario educar en ideas, se apunta que hay que llegar más lejos, es decir, a la interioridad sensible de la persona, porque es ahí donde se compromete en su totalidad el ser humano. Por tanto se puede afirmar que los sentimientos y emociones según sus características son muy distintas; las emociones duran poco tiempo y los sentimientos son más duraderos, las emociones son las respuestas más primarias a los estímulos exteriores, son inmediatas y no conllevan ningún tipo de reflexión, por otra parte, según las características descritas, los sentimientos son procesos afectivos que perduran en el tiempo y se puede aspirar a modelarlos con ayuda de la energía simbólica, es decir, mediante un proceso de reflexión.

Parafraseando al “PortalChile” los sentimientos son estados afectivos relativamente permanentes, que se instalan en las personas y tiñen con su afecto una situación o relación. Los sentimientos más básicos son: la tristeza, la alegría, el temor, el descontento (aunque no son todos) y cuando algunos de ellos se presentan, altera la forma en cómo se perciben las cosas. La diferencia con las emociones radica, principalmente, en que éstas son de aparición más abrupta, más intensas (rabia, miedo, euforia, entre otras), y de corta duración. Por su carácter más intenso, las emociones afectan mucho más las percepciones que los sentimientos que son menos intensos pero más estables en el tiempo. (EducarChile, 2013: 26)

El concepto de sentimiento, emoción y afecto se suelen tomar como sinónimos en la vida cotidiana, pero a veces también, en la actividad científica se suele incurrir en este grave error, un objetivo central del presente trabajo es hacer la distinción de estos conceptos, para dejar en claro porque se propone necesario re-pensar la educación de los sentimientos, se pretende dar a conocer la importancia de trabajar los sentimientos, pues son procesos senso-cognitivos de mayor duración, con los cuales las personas responden afectivamente a una situación específica; este trabajo es pensado en y para los adolescentes, pues al identificar sus sentimientos podrían hacer un adecuado uso de ellos. La diferenciación que ofrece Rafael Bisquerra de estos términos pienso que es acertada:

Emoción, sentimiento y afecto se utilizan en el lenguaje coloquial casi como sinónimos. Esto es así incluso en las comunicaciones científicas, lo cual puede producir impresiones y errores. Dada la influencia que el lenguaje tiene en la formación de conceptos. [...] las definiciones de emoción suelen incluir tres características: a) cambios o turbulencias fisiológicas; b) tendencias a la acción que no se ponen necesariamente en práctica; c) experiencia subjetiva a la que comúnmente nos referimos como afecto. Si bien se habla de afecto en lugar de emoción para referirse a la calidad subjetiva de una experiencia emocional, en opinión de Lazarus sería preferible utilizar el término genérico de emoción. [...] El encuentro con otra persona me puede emocionar. Pero la emoción aguda pasa pronto. Sin embargo, esa emoción puede convertirse en *sentimiento* (cursiva del autor). Los sentimientos pueden persistir en ausencia de los estímulos. El sentimiento es una actitud originada a partir de una emoción, pero que perdura más allá del estímulo que lo origina. De esta forma, el sentimiento se hace más duradero y estable que la emoción aguda que lo desencadena. La emoción se experimenta de inmediato, de forma visceral; puede ser más excitante que un sentimiento, pero suele durar poco tiempo. Un sentimiento es como una emoción modulada por la razón y que se prolonga en el tiempo... (Bisquerra, 2000: 65-66)

De acuerdo con las líneas anteriores de Bisquerra la difícil separación de los términos se debe a las imprecisiones del lenguaje, debido al contexto y formación de la persona, se puede conceptualizar de diferente manera; la emoción suele entenderse como un estado completo del organismo que tiene tres características: los cambios fisiológicos, las tendencias a la acción y la experiencia afectiva, que además, suelen durar poco tiempo. En cambio sentimiento, se puede definir como la disposición de responder

psico-afectivamente a un estímulo del medio ambiente, su duración y el hecho de que sean disposiciones a responder a los estímulos es lo que la diferencia de las emociones.

Una autora de la cual retomaremos parte de su trabajo por su reconocida y extensa obra en cuestiones afectivas y de la vida cotidiana, es la filósofa húngara Ágnes Heller, quién define simple, completa y profundamente la condición humana considerada, al afirmar: “sentir es estar implicado en algo” (Heller, 1980: 15). Esta definición puede sonar bastante simple, lo que lleva a preguntar: ¿qué es estar implicado en algo?, teniendo en cuenta que ese “algo” puede ser cualquier cosa, otra persona, o hasta otro sentimiento, es decir, otra implicación. Al tomar como sinónimo, sentimiento e implicación se pone de manifiesto la estrecha relación que hay entre la persona y el mundo en el que vive. Los sentimientos son indicadores de la intensidad, es decir, de la cantidad de energía psíquica y corporal con los que se da respuesta al mundo. “Un aspecto más significativo de esta implicación, es que el sentimiento se relaciona estrechamente con el funcionamiento del organismo y con el mundo social, que es el encargado de regular la intensidad de la expresión personal.” (Sierra, 2002: 60) De la definición que nos brinda Ágnes Heller, se puede decir que el sentimiento es un factor constructivo del actuar y pensar de la persona. “Es la función reguladora del sujeto, del Ego en su relación primera con el mundo.” (A. Heller citada por Primero, 2000: 76) El sentimiento es la expresión directa de la interioridad, la extensión de la personalidad en su energía sensible.

Lo que se pretende hacer al presentar las diversas conceptualizaciones que existen de sentimientos y las características que lo diferencian de las emociones, es tener un lenguaje común y saber a qué denominamos sentimientos. La conceptualización que se utilizará en el presente trabajo, es seleccionada siguiendo la metodología de investigación de la Nueva Epistemología. Esperando no caer en la equivocidad, ni en la univocidad, es decir, buscando un punto medio, la analogía y la exacta proporción para mostrar los contenidos de manera adecuada.

Por tanto, propongo el concepto de sentimientos con base en los autores que hemos mencionado para afirmar que se entiende como sentimientos a la concreción de la energía sensible, que se conforman a partir de las capacidades psico-afectivas internas y de carácter innato que facultan a la persona para ser, pensar, hacer y dar una respuesta desde su interioridad a los estímulos del exterior, es decir, son una importante fuente de información sobre las personas, porque surgen y se expresan desde la interioridad, desde la personalidad y experiencia de la persona. Sentimientos y emociones se diferencian entre sí por su intensidad, persistencia y por la característica que tienen los sentimientos en particular, de poder ser modulados.

La idea de rescatar la importancia de tomar en cuenta a los sentimientos junto con la razón deriva del fracaso que ha tenido al querer estudiar únicamente a las emociones, sin tener presente que los sentimientos son procesos más duraderos, en los que las personas involucran y expresan los procesos de su interioridad, de su vida interna, es decir, se compromete en su totalidad el ser humano. Es por eso pertinente darlos a conocer, para así poder trabajar con ellos, moldearlos de manera adecuada y encauzarlos para que sean parte de la educación integral de la persona.

Hay que tener presente que los sentimientos se generan de las relaciones e influyen en las mismas, ya que incurren en la regulación de nuestra conducta y en la configuración de nuestras respuestas a la realidad. Retomar la importancia de educar los sentimientos es fundamental, pues supone tocar una parte muy íntima del ser humano, la interioridad, que al mismo tiempo que se manifiesta de diferentes maneras en todas las circunstancias de la vida, más allá de la vida cotidiana, pues intervienen y se involucran en las aulas, en las relaciones con las personas y con uno mismo. Al abrir la puerta nuevamente a este tipo de educación es abordar el mundo interior de la persona, mundo que se había negado. Las consecuencias de tal negación se pueden percibir en nuestra sociedad.

Otro de los objetivos secundarios de esta tesis es mostrar la importancia de la formación integral, tomado en cuenta la vinculación sentimiento-razón dentro de las

aulas, pues esta situación siempre está presente: “las interacciones entre profesor y alumnos y entre los propios alumnos generan emociones, sentimientos y actitudes hacia sí mismos, hacia los demás y hacia la materia objeto de estudio.” (García, 2009: 5) es por tanto necesario comprender la importancia y poner de manifiesto que no es un tema nuevo; pero que sin duda es indispensable para una buena vida.

Desde mi punto de vista se piensa urgente trabajar los sentimientos o pasiones; existe gran cantidad de tratados y teorías acerca de la llamada “educación emocional” y/o “inteligencia emocional”, estos trabajos son muy importantes y bastante enriquecedores, han servido para brindar un proceso de contención para atender las problemáticas que se presentan como urgentes e inmediatas en las instituciones educativas o en la vida cotidiana; sin embargo, en la sociedad en la que vivimos —me atrevo a decir que vivimos en una sociedad en la que se han perdido las virtudes y la ética, y que es “decadente” como afirma Luis Eduardo Primo Rivas en el libro *La filosofía social desde la hermenéutica analógica* Beuchot & Primo 2015: 11, 27, 55, 71, 103, 112, 155, 181, 184, 186 y 188— es necesario integrar nuevamente los sentimientos. La importancia de trabajar con los sentimientos y no las emociones parte principalmente de las características de éstas, es su inmediatez y corta duración; de ahí que sea mejor trabajar con los sentimientos que son estados afectivos de mayor duración; es mejor trabajar con situaciones que sean más duraderas, y por su duración se puede trabajar y pretender llegar a procesos reflexivos e intelectuales al momento de expresarlos y del mismo sentir.

Por último, se piensa indispensable aclarar una cuestión más: algunos autores definen a las pasiones como “un sentimiento llevado a intensidades extremas.” (Bisquerra, 2000: 67). Por tanto se puede decir, que las pasiones constituyen fenómenos afectivos que manifiestan la estabilidad del sentimiento y la intensidad de la emoción con una fuerte presencia en el nivel cognitivo, que por ello se influye con una vinculación de sentimientos y emociones, que puede ser bastante peligrosa. Hablar de pasiones es adentrarnos a cuestiones más profundas, existen pasiones eróticas, pasiones de deseo, pasión hacia lo que se hace... Sin embargo, como veremos más adelante, los

sentimientos son lo que en la antigüedad se llamaba pasiones, por tanto, en este trabajo, se tomarán como equivalentes.

1.3 La educación de los sentimientos, notas en la historia.

Desde comienzos del siglo XXI se ha suscitado un creciente interés por hacer investigación sobre sentimientos, emociones y afectos; son diversas las ciencias desde la que se aborda dicho tema, se puede decir que sentimientos y emociones son un punto de atención en las investigaciones, así lo plantea Kira Mahamud:

El comienzo del siglo XXI emerge como la década de confirmación del avance cuantitativo y cualitativo de la investigación sobre emociones y sentimientos. El campo de estudio se consolida en prácticamente todas las ciencias y las comunidades científicas comparten objeto de estudio. Percibimos que las emociones y los sentimientos están “de moda” y suscitan un extraordinario interés dentro de las ciencias políticas y sociales (enfoque socio-lingüístico-emocional desde la cultura, la estructura social y las relaciones de poder), en la investigación neurológica (qué es, cómo funciona y dónde se ubica la actividad emocional y sentimental), en psicológica y psiquiatría (terapia psico- y socio-emocional) y también en el campo de la educación (programas educativos con diversidad de objetivos: aprendizaje socio-emocional, habilidades sociales, rendimiento escolar, bienestar y desarrollo personal). La dimensión afectiva del ser humano se ha convertido desde hace varias décadas en objetivo común de análisis y examen de las diversas ciencias. En particular las ciencias sociales experimentan un giro significativo, una nueva mirada a la dimensión emocional del ser humano, a su función social, tratamiento, crecimiento y desarrollo. (Mahamud, 2012: 2)

Con lo anterior no se quiere decir que este tema es nuevo, porque para nada lo es, pues hay teoría de sentimientos desde la antigüedad; sin embargo, la forma de concebir a los sentimientos y el ángulo desde el que se mira ha variado considerablemente de un periodo histórico a otro, e incluso se puede decir que varió en un mismo periodo. Diversos autores, entre ellos Mauricio Beuchot, Ágnes Heller y Kira Mahamud concuerdan en que los estudios sobre los sentimientos, han estado presentes primero en la filosofía, luego en la psicología (como ciencia que nace de la primera) y después, en la sociología, estas investigaciones teóricas que se han dado

a lo largo de la historia del pensamiento sobre el ser humano ha dejado grandes avances importantes sobre la vida afectiva. La investigación sobre sentimientos, también fue hecha desde la intuición científica y analítica, estas investigaciones crearon desprestigio, pues acusaron a los sentimientos de contribuir a la debilidad de la razón.

A continuación se presenta una breve historia de la educación de los sentimientos¹, esta historia, es planteada desde las diversas investigaciones que se han hecho. Empezamos diciendo que este recuento histórico va de la mano con la historia de la filosofía, por tanto, los primeros tratados de sentimientos son en la antigua Grecia, se tiene información que en la antigüedad, el sentimiento era una cuestión ética, que iba subordinada al análisis de las virtudes. Beuchot escribió “La educación de los sentimientos fue muy importante en la tradición. En los griegos abarca la ética, correspondía a la formación de las virtudes, y entre los helenísticos y romanos, de la época imperial, tuvo la forma de *epiméleia* estoica —cuidado de sí—” (Beuchot & Primero, 2012: 91).

El primer autor que citamos es Platón (428-347 a. de NE), quién en su *República*, hace una diferenciación entre razón, espíritu y apetitos. Centrándose principalmente en el dolor y el placer como sentimientos, “Platón señaló que la tarea más importante para una sociedad era educar a los jóvenes a encontrar el placer en objetos correctos” (Bisquerra, 2000: 29) Posteriormente Aristóteles (384-322 a. de NE), también habla sobre el dolor y el placer, para caracterizar a las emociones, pues las concibe como una condición que transforma a la persona y que afecta su juicio, éstas se acompañan del placer y dolor y están conectadas a la acción. Se puede decir que es Aristóteles quien da primeramente una definición de emociones. De igual manera se preocupó

¹ La historicidad aquí presentada de la educación de los sentimientos es en primer momento tomada de: Bisquerra Alzina Rafael, *Educación emocional y bienestar*, Barcelona: CISSPRAXIS, 2000. Pero se hizo más extensa para mayor comprensión y sustentabilidad, se ampliaron los datos recurriendo a: Heller Ágnes, *Teoría de los sentimientos*, Barcelona: Editorial Fontamara, 1980. Beuchot & Primero, *La hermenéutica analógica de la pedagogía de lo cotidiano*, México: Primero Editores, 2003 y Mahamud Kira, *Emociones y sentimientos: coordenadas históricas y multidisciplinares de un campo de estudio clave para las ciencias de la educación*, Artículos monográficos ARROW, 2012.

por la búsqueda de la felicidad, pues pensó que era la felicidad la motivación básica del ser humano. Como se puede leer con estos dos pensadores de la antigüedad, los sentimientos y su educación fueron parte importante de la sociedad, hasta el punto de señalar tareas principales, tales como encontrar el placer y buscar la felicidad, pues se tenía en cuenta la importancia que tenía que el hombre fuera una persona virtuosa, la virtud, en la antigüedad era sinónimo de felicidad.

Continuando con la historicidad de la educación de los sentimientos, se llega hasta los estoicos, quienes consideraban a las emociones como “las responsables de las miserias y frustraciones humanas” (Bisquerra, 2000: 30) pues las emociones eran consideradas como la consecuencia de las repuestas que se daba al mundo y del lugar que el sujeto tenía en él; en contra posición, Epicteto (50-130), hizo una diferencia entre lo que dependía de la persona y lo que no dependía de él. Entendiendo así, una separación de los sentimientos y las cosas que suceden. Cabe señalar además, que durante un largo periodo, más que hablar de sentimientos se refería a pasiones; éstas eran el resultado de la conciencia que el alma tenía de los afectos del cuerpo.

Es el Estagirita el que dio por primera vez un cuadro sistemático de las pasiones, que eran las que representaban a los sentimientos. Estructuró las pasiones de acuerdo a dos apetitos: el concupiscible y el irascible. Así, las pasiones concupiscibles son: el amor, que es la inclinación hacia el bien conocido; el odio, que es la aversión hacia el bien conocido; el deseo, que es movimiento hacia el bien aprehendido como ausente y futuro; la fuga, que es el movimiento para apartarse del mal aprehendido como ausente y futuro; el gozo, que es el deleite o descanso en el bien poseído; y la tristeza, que es el desaliento por el mal presente. Las pasiones irascibles son: la esperanza, que es el movimiento hacia el bien arduo y ausente, pero que puede alcanzarse; la desesperación, que es el alejamiento del bien arduo e imposible de alcanzar; la audacia, que es el movimiento frente al mal arduo, inminente y superable; el temor, que es el abatimiento por el mal arduo, inminente e inevitable; y la ira, que es el movimiento hacia la venganza, esto es, a dañar la causa del mal. (Beuchot & Primero, 2003: 57)

Es el Estagirita quién ofrece la primera clasificación de pasiones, es decir, de sentimientos. Como se puede interpretar existen sentimientos positivos y negativos, esto depende de la cosa, persona o hecho de la realidad que hace que se genere el

sentimiento, y de la experiencia de la persona que responderá². La mayoría de las personas sienten de diferente manera y la expresión de los sentimientos es disímil por lo mismo. Esta primera clasificación de sentimientos permite, conocer y distinguir lo que se conocía en la antigüedad, como las pasiones eran entendidas como parte importante de las personas.

El primer quebrantamiento para tomar en cuenta los sentimientos sucede en el Cristianismo, pues durante su época las pasiones fueron definidas como “una enfermedad del alma” (Bisquerra, 2000: 30), y la norma que se impuso fue *la del buen cristiano*, lo que ocasionó que las pasiones se evitarán pues “alteraban la quietud del alma.” (Bisquerra, 2000: 31). Hasta este momento histórico, las pasiones habían sido un punto importante para el desarrollo de la persona, existía el dualismo entre alma y cuerpo, donde el conector de éste dualismo eran precisamente las pasiones. Si se quería acceder a la buena vida, era necesario, tener armonía en esta dualidad.

Durante la Edad Media también hubo una separación de la razón y las pasiones; se consideraba que la parte racional de las personas se encontraba en constante lucha con las pasiones, pues “como la persona es incapaz de controlar las pasiones, pecamos y por tato debemos hacer penitencia.” (Bisquerra, 2000: 30) Como se puede observar, durante la Edad Media se compartía la idea del cristianismo, es decir, del *buen cristiano*, el cuál no podía pecar ni dejarse llevar por sus sentimientos, o como se conceptuaba en esa época, por sus pasiones. Pero no eran todas las pasiones, las que hacían “pecar a las personas” pues se consideraban únicamente mal las *pasiones positivas*. Podemos entender como *pasiones positivas* aquellas relacionadas con los deseos y apetitos de las personas. Estos apetitos y deseos debían ser controlados lo más que se pudiera. Es aquí, como vemos que el interés por desarrollar, expresar y conocer los sentimientos fue perdiendo importancia. Como consecuencia de este

² Sobre este asunto puede consultarse el capítulo tres del libro *La filosofía de la educación en clave postcolonial* de L. E. Primero Rivas, titulado “Educar en los sentimientos, las emociones y las pasiones: avances para una filosofía de la educación onto-antropológica”, donde trabaja los “sentimientos negativos”. Primero & Beuchot 2015: 73ss.

periodo histórico en el que las pasiones fueron reprimidas, podemos citar algunas de las problemáticas de dicho periodo, como las múltiples guerras que hubo para cristianizar a gran población de Europa, o Instituciones como lo fue la Santa Inquisición, organización encargada de acabar con toda aquella persona que pensara, actuara, o sintiera de diferente manera a lo establecido. Estos diferentes hechos se presentan para ilustrar las consecuencias de negar los sentimientos, pues se genera una sociedad deshumanizada. Es importante destacar que esta tesis es cierta, sin embargo, las guerras y la Santa Inquisición, también le sirvieron a los cristianos para aumentar sus capitales.

Siguiendo este recuento es como se llega al periodo conocido como “El Renacimiento”. Durante este tiempo histórico se pueden citar a diversos autores que presentaron obras, tratados, trabajos o teorías acerca de las pasiones, es decir, de los sentimientos. Cabe señalar que durante este periodo “el estudio de las pasiones se independizó de la teología y la ética” (Bisquerra, 2000: 31). Como resultado de esta independencia se pueden encontrar diversos escritos de filósofos pues reflexionar sobre las pasiones y los afectos, formaba parte de sus trabajos, por lo que se puede decir que en este periodo surge nuevamente un interés por los procesos afectivos de la persona.

El primer filósofo que escribió sobre las pasiones en esta época fue Juan Luis Vives (1492 – 1540), quién reconoció la importancia motivacional de las emociones —Vives escribía principalmente centrado en la educación—. Se puede interpretar la importancia que las emociones generan, a nivel de la motivación, en los procesos educativos.

Posteriormente Descartes (1596 – 1650), quién es conocido como “padre de la filosofía moderna” (Bisquerra, 2000: 31) hace una distinción muy importante entre cuerpo—mente, lo que ocasionó que se dejara el paradigma de que las pasiones surgían del corazón, y descubriendo la glándula pineal, considerándola “como el punto de unión del cuerpo y la mente.” Al considerar a esta glándula como la sede del alma dentro del

cuerpo retoma la dualidad cuerpo-alma de Platón, y ofrece una clasificación de las pasiones:

...dividió las pasiones en seis, simples o primarias, de las que surgían todas las demás: (1) la admiración (que incluye la estimación y el desprecio, la generosidad, el orgullo, la humildad o la bajeza, la veneración y el desdén), (2) el amor, (3) el odio, estableciendo que “no hay tantas especies de odio como de amor”, (4) el deseo, (5) la alegría y (6) la tristeza. Las demás pasiones eran, a su juicio, combinaciones o fusiones de esas primeras. Tras describir minuciosamente todas las pasiones, advirtió Descartes que el hecho de conocerlas todas, nos proporciona mucho menos motivo que antes para temerlas, pues “vemos que todas son buenas en su naturaleza y que lo único que tenemos que evitar es su mal uso o sus excesos.” (Mahamud, 2012: 4)

Además de la clasificación que ofrece, consideraba que las pasiones se diferenciaban claramente de la cognición, pues si se utilizaban equivocadamente hacen que el juicio torne confuso y oscuro. Como se interpreta de las líneas citadas, Descartes hace referencia a que todas las pasiones por sí, son por naturaleza buenas, lo que hace falta, para que sigan conservando su naturaleza, es saberlas utilizar para dar respuestas y saber expresarlas; conocerlas nos proporciona información de nosotros mismos, para hacer uso de la reflexión y así responder a nuestro entorno. El filósofo referido además advierte la importancia de usarlas adecuadamente, no cayendo en excesos de alguna pasión, pues caer en un exceso siempre es peligroso y dañino para cualquier persona.

Es importante reflexionar sobre las aportaciones hechas por Descartes, en cuanto a la clasificación de pasiones que brinda. Hace alusión a seis pasiones primarias: la admiración, el amor, el odio, el deseo, la alegría, y la tristeza. Cada una de las pasiones a las que se hace alusión, pueden ser pasiones positivas y negativas, la forma en cómo se utilicen hace la diferencia; hay personas que sientan, por ejemplo, la pasión de admiración, pero la puede utilizar de forma “buena”, admirando con estimación, o puede sentir admiración, pero negativa, es decir, sentir desprecio, envidia, estamos ocupando la misma pasión pero empleada de diferente manera, se puede caer en un exceso de igual forma, que sería la pasión de admiración, convertida en veneración

hacia el objeto o persona, lo cual ya no es sano ni prudente. Es por tanto que se piensa necesario, incluir de nuevo la formación de la interioridad de la persona pues al conocerse, al hacer una interpretación de sí mismo, se daría cuenta de cómo está utilizando sus sentimientos, desde que punto está respondiendo a los estímulos del exterior. De esta manera se tiene la intencionalidad de que la persona realice una vinculación de los afectos y la razón y pueda crearse de esta forma un sano desarrollo de su personalidad, donde, con base en su experiencia, sepa cómo responder a la situaciones que se le puedan presentar dentro del aula, en la vida cotidiana y en las relaciones sociales que construye.

Otro filósofo y matemático que escribió sobre las pasiones fue Blaise Pascal (1623-1662) quién en el año 1642 escribió el “Discurso sobre las pasiones del amor.” En este texto afirmó “que las dos pasiones principales son el amor y la ambición y que éstas pertenecen al espíritu aunque tengan lugar en el cuerpo” (Mahamud, 2012: 4). Pascal defendía la idea de que el hombre había nacido para pensar, pero a veces, esto lo agotaba, por lo tanto debía recurrir a las pasiones, ya que en las pasiones en donde se encuentra la alteración y la agitación, condiciones a veces necesarias para la vida.

Posteriormente Spinoza (1632-1677) propuso que el cuerpo y el alma estaban unidos, conceptuó a las pasiones como pensamientos confusos y afirmó que hay tres sentimientos básicos en la persona. Estos sentimientos primigenios son la alegría, la tristeza y el deseo. Apuntó que “las combinaciones y fluctuación entre ellos dan lugar a la arquitectura pasional de cada ser humano.” (Mahamud, 2012: 5)

En este recuento que se ha hecho hasta ahora se puede observar cómo cada autor, de acuerdo al tiempo en que escribe, va actualizando o configurando la conceptualización sobre las pasiones. Cada uno de ellos da una formalización diferente sobre lo que son las pasiones, los sentimientos y las emociones, pues hasta ese momento, y tal vez hasta ahora en nuestros tiempos, existe la dificultad de dar una definición única o por lo menos, más integradora sobre estos conceptos. Ésta dificultad proviene de nuestra “arquitectura pasional” sobre lo que sentimos y de qué forma lo sentimos. Lo que se

pretende al hacer este recorrido por los diferentes momentos históricos de la educación de los sentimientos, es dar a conocer la importancia, profundidad y lo extenso que es el tema, al conocer la historicidad de este tipo de educación se pretende contribuir a la formación integral de la persona.

Continuando con la historia de la educación de los sentimientos, citamos al médico y filósofo John Locke (1632-1704) mejor conocido como “*el padre del liberalismo clásico*” y como uno de los más influyente pensadores del “*siglo de las luces*” quien escribió que el fundamento de las pasiones está en el placer y en el dolor. En uno de sus libros, escribió estrategias para la educación de los niños, una de estas estrategias era la de evitar el dolor (castigo) y conseguir el placer, es decir, la recompensa. Esto, centrado en la idea de que debemos buscar la felicidad en todo momento de la vida. Cuando se educa a los niños en el amor, se tendrán jóvenes plenos y adultos responsables consigo mismos y con el entorno en el que se desarrollan.

Ya entrado el siglo XVIII David Hume (1711-1776) también escribió sobre las pasiones. En el año de 1757 publicó “La disertación sobre las pasiones”. En esta obra definió a las pasiones como diferentes grados de agitaciones mentales y físicas. En ella también clasificó las emociones en dos categorías: las directas y las indirectas. Las directas son sensaciones de placer o dolor, entre las que se encuentra la alegría, la pena o la esperanza; las indirectas por su parte, de igual manera, son sensaciones de placer o dolor, pero que van acompañadas de creencias o pensamientos sobre la causa. Pues cabe señalar que Hume, le da mucha importancia a los estímulos que crean estas agitaciones mentales o físicas. Escribió que no es tan importante fijarse en los componentes de las pasiones, sino más bien, en lo que las causó, pues toda acción humana está motivada por las pasiones.

En el siglo XIX es necesario destacar a otro autor importante en este recuento de la historia de la educación de los sentimientos. Charles Darwin (1809-1882) quién en el año de 1872 publicó “The Expression of the Emotions in Man and Animals” (*La expresión de las emociones en el hombre y los animales*) que se convertiría en la obra

más importante sobre emociones que se había escrito hasta ese momento. En ella Darwin señala que las emociones en los animales y en el hombre funcionan como señales que comunican intenciones y tienden a ser reacciones de supervivencia ante los acontecimientos del medio.

Elaboró también su propia clasificación de las emociones haciendo referencia a cinco expresiones emocionales existentes en todos los mamíferos, incluidos los humanos y estableciendo dos grupos, según fueran, a su juicio, expresiones “depressoras” o “estimulantes”. Entre las expresiones emocionales depresoras tendríamos (1) el llanto (respuesta emocional que se relaciona principalmente con el decaimiento, la ansiedad, la pena y la desesperación aunque también se observa su correspondencia en muestras ocasionales de simpatía y ternura); (2) la cólera (expresión del odio, desprecio, disgusto y negación); (3) la sorpresa y el asombro (expresiones del miedo y el horror). Las expresiones emocionales estimulantes abarcarían (4) la risa (respuesta que se corresponde con la alegría y el buen humor) y (5) el contacto (expresión por excelencia del apego, aspecto éste observable en todos los mamíferos y que en el caso del ser humano a partir de los cuatro años aproximadamente evoluciona hacia el amor y la ternura). (Mahamud: 2012: 5)

Esta clasificación que ofrece Darwin sobre emociones es muy significativa, aunque su trabajo haya sido de emociones sirve en esta tesis por la importancia de plantearlo como algo que corresponde a la naturaleza humana y animal. Pues hace esta clasificación con base a las similitudes que existen en el comportamiento adaptativo de los organismos con su medio ambiente, donde los humanos y los animales tienen necesidades similares, por ejemplo: en la necesidad de cuidado de los mayores a los menores, comunicar las amenazas, cuidar del otro, que son necesidades en las que intervienen los sentimientos y que van configurando la manera en la que se conforma la personalidad. Tanto los animales como los seres humanos, somos seres sensibles por naturaleza y la educación de los sentimientos debe ser trabajada desde casa, desde nuestra familia.

John Dewey (1859-1952) también escribió sobre las emociones; en el año de 1894 publicó “The Theory of Emotion” (*La teoría de la emoción*) obra en la cual hace una crítica a Darwin y su teoría de la expresión emocional; por su parte, ofrece una definición sobre las emociones en tres partes: “(1) una sensación, (2) un

comportamiento con propósito y (3) un objeto que tiene cualidad emocional (que interpretaríamos como el estímulo).” Lo que destaca a Dewey es que incorpora además un componente cognitivo. Emoción en su totalidad es un modo de comportamiento que es estimulado o tiene contenido intelectual, y que también se refleja en el sentimiento o afecto. Interpretando las definiciones de Dewey, se puede decir que es el primer autor que toma a las emociones o sentimientos como un todo integrador, en donde interviene un estímulo, un procesamiento intelectual y una acción.

Como se puede observar, con Dewey se cierran los estudios sobre sentimientos, pasiones, emociones y afectos hechos hasta finales del siglo XIX; vimos en este recuento que la historia de la educación de los sentimientos surge desde la filosofía y se mantienen en ella hasta el siglo XIX, donde los avances e investigaciones empiezan a proliferar pero desde la psicología, como ciencia independiente que surge de la filosofía. Es indispensable apuntar esta situación, para mostrar cómo van cambiando los paradigmas de un momento histórico a otro y de qué manera este cambio icónico influye en el progreso o retroceso de los estudios.

1.4 Pasar al siglo XX

En el siglo pasado se puede citar a Freud, aunque no haya escrito como tal una teoría de los sentimientos o afectos, sino que se ocupó de ellos. En sus trabajos escribe de los afectos y la influencia que tienen en las perturbaciones psíquicas de las personas. Según Freud “ciertos acontecimientos, usualmente de tipo sexual, pueden ser tan perjudiciales que pueden dejar cicatrices psicológicas que afecten el resto de la vida” (Bisquerra, 2000: 36). En las terapias psicoanalíticas se debe relatar la propia vida y cuando se la relata a veces hay “vacíos”; esos “vacíos” deben ser llenados por interpretaciones del terapeuta, cuando pasa este proceso, el paciente recuerda las cosas que había guardado en su inconsciente. Esos “vacíos” tienen un componente mayormente emocional. El afecto según Freud puede sufrir tres destinos: “(a) permanecer como es, en su totalidad o parcialmente, (b) transformarse en otra emoción, sobre todo en ansiedad, o (c) ser suprimido, lo cual conduce a la represión.” (Mahamud, 2012: 9).

Las ideas de Freud en su momento provocaron un cambio total en la comunidad científica y psicológica, pues con el psicoanálisis llegaron también ideas nuevas, conceptos y realidades hasta entonces desconocidas y se empezó a utilizar conceptos como: *inconsciente, ello, yo, súper yo, represión, Eros y Tánatos, objeto sexual, transferencia...* Estos conceptos e ideas se podría decir que carecen de una teoría de los sentimientos, pero en cada una de estos componentes, se encuentra la parte sentimental, por ejemplo, en el *Eros y Tánatos* existe una dualidad de amor-odio. “Se ha dicho que el psicoanálisis freudiano ha carecido de un desarrollo suficiente de la teoría de los sentimientos, mas puede afirmarse que éstos se estructuran a partir de y en torno a esa dualidad.” (Beuchot & Primero, 2003: 59) Esta dualidad amor-odio se encuentra desde los presocráticos, en la forma de alegría-tristeza, placer-dolor, amor-odio. Se puede decir que el psicoanálisis ha insistido en que la arquitectura sentimental de la persona, su personalidad, su psicología y su carácter dependen de la manera en qué han sido sus experiencias sentimentales y afectivas a lo largo de su desarrollo.

A mediados del siglo XX, las investigaciones surgieron también desde la psicología, pero esta vez desde un enfoque conductista; uno de los representantes de esta teoría es el psicólogo norteamericano Skinner (1904-1990). En el año de 1948 publica “Walden Two” (*Walden Dos*) obra en la que defiende que los sentimientos y las emociones son elementos del ser humano que deben ser controlados; aunque este texto fue una novela, dentro de la trama hay situaciones de las que se aprende y se ve claramente el planteamiento del autor: “se detiene a explicar el motivo del moldeamiento y eliminación de algunas emociones a través de «ingeniería de la conducta»: el motivo es que no son necesarias ni útiles.” (Mahamud, 2012: 10). Skinner trabajó y trató de incorporar los planteamientos conductistas a los estudios sobre los sentimientos y emociones; utilizó los términos de *condicionamiento, refuerzo, inhibición*, que se aplican en la teoría conductista para las emociones. También se puede decir que Skinner le daba mayor importancia a las “emociones buenas” como la alegría y el amor y las denominó como emociones productivas y fortalecedoras de

la personalidad, por otra parte, trataba de evitar la tristeza, el temor, la angustia y demás emociones que fueran peligrosas para la vida.

En el año de 1980 la filósofa húngara Ágnes Heller publicó su libro *Teoría de los sentimientos* en donde hace grandes aportaciones a las que se recurrirá más adelante para mayor comprensión de ellos. Inicia con decirnos que hay teoría de los sentimientos desde que existe pensamiento teórico, la filósofa ofrece toda una *teoría de los sentimientos*, y hasta una clasificación de ellos.

En 1985 Howard Gardner publicó la “Teoría de las Inteligencias Múltiples”, suposición en la que incluye la *inteligencia intrapersonal*, que es el conocimiento de los aspectos de la interioridad del ser humano. Gardner defendió la idea de que el acceso a la propia vida emocional y a los sentimientos, ofrece la capacidad de efectuar discriminaciones entre ellos, y recomienda recurrir a ellas como medio de interpretar y darle significado a los estímulos.

A finales del siglo XX Antonio Damasio da un gran impulso a la neurociencia con la publicación de *El error de Descartes* en el año de 1994; en esta obra establece la distinción entre los conceptos que hasta ese momento —y hasta el día de hoy— se han tomado como sinónimos: emociones y sentimientos. Algunas de las contribuciones que Damasio ofreció, fueron:

(1) aclarar que las zonas en las que está dividido el cerebro están separadas anatómicamente, pero no funcionalmente. (Por tanto, la frenología, teoría científica en boga durante el siglo XIX, que defendía la existencia de “centros” cerebrales especializados y destinados a diferentes funciones, sin saber entonces que estos “centros” eran interdependientes, andaba por buen camino), (2) explicar que las emociones son cambios en el estado del cuerpo, controlado por el sistema cerebral, que responden a estímulos relevantes, pertinentes o emocionalmente competentes, provocadores de la emoción y (3) diferenciar a los sentimientos como la conciencia de la experiencia de esos cambios, como la percepción, idea, o pensamiento de un estado particular del cuerpo. Los sentimientos traducen el estado de vida en lenguaje de la mente. Son pensamientos específicos, no cualesquiera, que representan el cuerpo en un proceso reactivo. El paso de la emoción al sentimiento es inmediato y de ahí su empleo como sinónimos. (Mahamud, 2012: 13)

Existe un antes y un después de la obra de Damasio, pues al incluir a la neurociencia en los estudios sobre emociones y sentimientos se tiene una concepción global de la interioridad de la persona. Nos brinda una diferenciación de sentimientos y emociones, definiendo a las emociones como cambios en el estado del cuerpo, controlados por el sistema nervioso central (SNC), y cuya finalidad es la de responder a los estímulos. Está concepción integradora y que incluye al sistema nervioso central, brinda información para asegurar que los sentimientos y las emociones —lo que sentimos— corresponden a procesos naturales de los seres humanos.

Siguiendo en el terreno de la neurociencia, a partir del siglo XXI surge gran progreso en el conocimiento de la topografía y actividad cerebral junto a la identificación de patrones de conducta emocional, que deben emplearse en la educación. Hay tres marcadas tendencias sobre el estudio de los sentimientos y las emociones: primeramente tenemos los estudios que continúan indagando sobre lo que son las emociones y los sentimientos, dónde y cómo se producen en el cuerpo humano, y con qué otras actividades cerebrales se relacionan, la segunda tendencia son los ambientes emocionalmente apropiados para fomentar el aprendizaje: eliminar el autoritarismo, eliminar la humillación, fomentar la libertad de expresión, la creatividad, y por último, la tercera son los programas de aprendizaje de control y gestión de las emociones y los sentimientos para optimizar nuestra inteligencia emocional, las relaciones sociales y la salud, estas investigaciones que han dado muchos resultados, sería apropiado que se llevaran a la práctica para verlos en acción.³

Llegando al final de este recuento se alcanza al siglo XXI, el momento histórico en el que actualmente vivimos; en estos años, la educación de los sentimientos y emociones se ha convertido en un punto de análisis y disputa en casi todas las disciplinas, se han escrito varios tratados, teorías, documentos, artículos y hasta se han producido obras cinematográficas que abordan esta temática, existe gran cantidad de información que

³ Acerca de este tema puede consultarse el “capítulo 6: INTEGRAR EL SABER COGNITIVO – ESTUDIOS SOBRE EL CEREBRO, LOS SENTIMIENTOS Y EL CONOCIMIENTO”, del libro *Desarrollos de la nueva epistemología*, de Primero & Beuchot, Sello Editorial de la Universidad del Cauca, Popayán, Colombia, 2015, ps. 81 y ss.

es relevante y otra que no aporta mucho, pues debo decir que pienso que los trabajos de diversos autores o hasta empresas, son sólo de consumo, de querer vender y de tener ganancias con ello, estos trabajos prefiero no abordarlos y presento las aportaciones de algunos autores que pienso, son de gran utilidad para seguir comprendiendo este aspecto personal que todos sentimos, pero pocos conocemos.

A inicios del siglo, Rafael Bisquerra Alzina publica *Educación emocional y bienestar*, obra que hemos citado en esta tesis por sus relevantes aportaciones, en ella Bisquerra ofrece un panorama de la historia, y de cómo aprender a tratar las emociones y lo sentimientos, y haciendo también, un intento por diferenciarlas.

En el año 2012 Mauricio Beuchot Puente y Luis Eduardo Primero Rivas escriben en coautoría *Perfil de la Nueva Epistemología* donde abordan la necesidad de una educación de los sentimientos. En este texto se presenta una de las nuevas epistemologías, es decir, la hermenéutica analógica. Uno de los pilares de la hermenéutica analógica es el tratar de adjuntar al intelecto-razón y la imaginación o fantasía y sentimientos. Y la analogía, en cuanto es mediadora, tiene que ayudar a ver cómo se conectan el intelecto y el afecto, la razón y la emoción. Rescato una idea muy importante, la cual es, que ya no se puede seguir ignorando que el conocimiento se mezcla con el sentimiento, que al conocer, los sentimientos se ejercen; que, incluso antes de juzgar racionalmente, ya estamos sintiendo con el afecto lo que conocemos, o al menos simultáneamente.

Se ha visto que al percibir, interpretamos; que, al sentir, no sólo sentimos con los sentidos, sino también con los sentimientos; que todo conocimiento va acompañado de un afecto. “Por eso conviene examinar un poco cómo se mezclan los sentimientos con los conocimientos, cómo al percibir y entender se dan los afectos o sentimientos que acompañan.” (Beuchot & Primero, 2012: 88)

Beuchot escribe que en el conocimiento interviene el sentimiento. Antiguamente, con Aristóteles, se hablaba de pasiones, posteriormente se habló de afectos; y, a partir de Kant, se habló de emociones y sentimientos. Según este autor, lo único que los

diferencia es que, las emociones son más intensas y los sentimientos más débiles, en todo caso, se reconoce que los sentimientos acompañan a los conocimientos. Después se descubrió esa relación, o se negó y recientemente se han realizado muchos esfuerzos para volver a conectarlos. Es necesario aprovechar el sentimiento para el conocimiento y para la acción, es por eso, que en nuestros tiempos se plantee como necesaria la educación de los sentimientos, que se puede retomar con la prudencia, en una ética de virtudes y en una educación de virtudes o para las virtudes.

El Doctor Luis Eduardo Primero en el mismo libro escribía que la tesis gnoseológica de la hermenéutica analógica recupera el papel y el significado de los sentimientos en la captación de la realidad, proponiendo una educación de los sentimientos capaz de percibir, identificar y moldear las senso-percepciones, los afectos y las pasiones surgidas y conformadas en nuestra actividad científica y cotidiana.

La gnoseología de la hermenéutica analógica promueve una educación del nivel sensible del ser humano que permita identificar, moldear, y percibir los afectos, pues ellos orientan la acción humana desde los niveles más primarios de interpretación. La gnoseología del univocismo hegemónico, de acuerdo con Luis Eduardo Primero Rivas, al penar el ejercicio de los sentimientos en la captación intelectual, redujo la capacidad de sentir de sus adeptos, es decir, “ninguneo” el papel de la sensibilidad en la buena condición de la vida humana, lo que provocó que la educación de los sentimientos se fuera diluyendo en la práctica de los sistemas educativos del siglo XX, se puede decir que se perdió en casi todos los sistemas formales, informales y cotidianos, hasta casi desaparecer, con lo cual construimos modelos gnoseológicos intelectualistas desconocedores de las señales de alarma enviadas por los sentimientos, que pulsando desde el donde de las personas indicaban o señalaban una situación de peligro, pero con la política positivista, dejaron de cumplir su papel y las consecuencias son evidentes.

Hay que unir el intelecto y el afecto con el conocimiento a través de la prudencia o *phrónesis*, pues es la que nos hace moderar y orientar los sentimientos y así usarlos para el bien y la verdad e ir a la virtud. “Allí es donde el solo intelecto o la fría razón no

nos pueden orientar, lo hace la prudencia, que usa del sentimiento, para reforzar su búsqueda de la verdad y del bien, de una manera conjunta.” (Beuchot & Primero, 2012: 110).

Así es como concluimos este recuento de la historia de la educación de los sentimientos, a partir de nombrar y desarrollar las ideas de algunos —no todos— de los autores que han escrito sobre estos temas, se pretendió que esta historicidad sirva al lector, para identificar y conocer todo el desarrollo que se ha llevado a cabo, a partir de los años, las aportaciones que se han hecho, de qué manera han cambiado las concepciones de un momento a otro y que este tema, no es nuevo, que hay historia de estudio sobre los sentimientos desde que las personas tuvieron el interés por conocerse, saber quiénes son y qué nos constituye.

La educación emocional no es un invento tan moderno como parece. Sócrates, Platón, Aristóteles, Epicuro, Epíteto o Séneca fueron educadores de los sentimientos. Por ejemplo, *La Consolación a Marcia* de Séneca, es un tratado acerca del duelo y de cómo sobrellevarlo. En la antigüedad, a los sentimientos y a las emociones se les denominaba ‘pasiones’, y aprender a dominarlas formaba parte de la gran educación. Descartes escribió un *Tratado de las pasiones*, Spinoza un espléndido estudio de los sentimientos, que apasionó al mismísimo Freud, y se consideraba a Rousseau el gran educador emocional de Europa. La única diferencia con la actualidad es que todos esos pensadores incluían la educación de las emociones dentro del marco de la ética, mientras que en la actualidad el marco supremo en que se enmarca es la psicología. Y esto plantea un serio problema. La psicología no es una ciencia normativa y, por lo tanto, tiene poco que decir acerca de cómo se deben educar los sentimientos. Puede estudiar cómo funcionan, pero no como deberían funcionar. (Mahamud, 2012: 3).

El presente trabajo tiene como finalidad dar a conocer la importancia de educar los sentimientos, en este momento tenemos los aportes de la neurociencia y cómo funciona el cerebro, las aportaciones que se han hecho desde la antigüedad sobre la naturaleza humana, el comportamiento social y personal, las relaciones sociales y cómo influyen en la conformación de la interioridad. Se han hecho estudios desde diversas disciplinas, pero hace falta una articulación de todas ellas, se debe trabajar de forma interdisciplinar, y no encasillando a este tipo de educación, como se hizo

durante el positivismo, como algo *subjetivo* y qué obstruía a la razón, es mejor, trabajarlo como algo indispensable para la persona y su desarrollo.

La necesidad de las personas por saber de sí mismos y comprender porque actúan, piensan o sienten de tal o cuál manera, por cómo funciona la mente, el alma y el cuerpo, ha llevado al ser humano, desde el inicio de los tiempos a investigar sobre las pasiones, sentimientos y emociones, descubriendo así, los apetitos de nuestro cuerpo —las pasiones—, que eran consideradas como *pasiones del alma*, que confundían a la razón, se dejó de lado la filosofía y se hicieron estudios desde la psicología, también se pasó por la sociología, la neurociencia y ahora desde las nuevas epistemologías, sin duda los sentimientos, la interioridad de la persona es algo que vale la pena estudiar desde la pedagogía, pues al pertenecer al campo de las ciencias sociales, supone la necesidad de incluir dentro de los procesos educativos una nueva visión de las personas, una donde se humanice, una pedagogía ética que genere en los alumnos un cambio de pensamiento y acción desde la interioridad humana.

Como escribió Mahamud, las aportaciones que se hicieron en la antigüedad estaban incluidas en el marco de la ética, mientras que en la actualidad todo se incluye dentro de la psicología, es importante para mí hacer énfasis, desde lo que estudié, desde la pedagogía, pues el objeto principal del pedagogo es la formación integral de la persona, llamémosle niño, adolescente, adulto, adulto mayor, pues la educación es un proceso continuo, que nunca termina, aprendemos todos los días. La importancia de trabajar con los sentimientos desde la pedagogía, es el significado de que en todo proceso educativo van incluidos, de forma implícita, componentes sentimentales que permean la vida cotidiana, la académica, la personal y la de nuestras relaciones con los demás. Tomar en cuenta el intelecto o razón, junto a los sentimientos, permite un desarrollo integral, pues estamos trabajando con personas, con seres humanos, que de la misma forma en que aprenden, también sienten. Los sentimientos, entendidos como el conjunto de estados afectivos estables y que conllevan un proceso de reflexión e intelección, deben ser moldeados; conocerlos y saberlos utilizar en el momento adecuado es indispensable.

Después de haber hecho este recuento, pienso necesario y sustancial hacer hincapié en tres cuestiones; la primera es: subrayar que esta temática no es nueva como lo quieren *vender*; la segunda es la importancia de la historia pues se presentó cómo se fue construyendo la teoría de las pasiones, lo que ahora se conoce como sentimientos, destacando los aportes que se han hecho, cómo diferentes autores se han retomado y de esa manera nutrir sus investigaciones; y en tercer lugar, se piensa necesario, como se dijo anteriormente, la categoría de trabajar de forma interdisciplinar, teniendo en cuenta los avances que han heredado los filósofos, biólogos, psicólogos, sociólogos, y cada uno de los autores que han contribuido en la elaboración de la teoría de los sentimientos que hoy conocemos.

Hay mucho por seguir investigando, para conocer sobre el enredado y difícil mundo de la interioridad humana; se ha pasado de un enfoque a otro en educación, pienso que estamos llegando al momento necesario en el que en la educación se incluya los sentimientos, los afectos y las emociones, pues los avances a los que se han llegado, tienen una gran importancia e incalculable valor. Apuesto que con una acertada educación de los sentimientos se podría obtener una mejora en la vida individual y colectiva.

Debido a la formación que he recibido durante los cuatro años de carrera, pienso necesario pensar la educación de los sentimientos y su abordaje desde un punto educativo y pedagógico lo que proporcionará tener una conceptualización integrada de las habilidades humanas, en su consideración educativa y en su atención pedagógica, después de haber pasado por diferentes modelos educativos, es una exigencia fundamental la necesidad de que la educación ofrezca un espacio de sensibilización primeramente para los alumnos, en este espacio debe existir el respeto, la apertura y la confianza necesaria para que los alumnos se identifiquen como personas sensibles, como seres humanos que sienten dentro y fuera de las aulas y de esta manera ayudar en la mejor construcción de su identidad y de su proyecto de vida.

Por último en este primer capítulo me gustaría agregar que los sentimientos también cumplen con otra función en la cotidianidad de los seres humanos, pues al aparecer

sin más, nos recuerdan que estamos vivos... Es cierto que no se puede controlar de forma voluntaria o inmediata a los sentimientos, lo que se propone en la presente exposición es tener mayor conciencia de lo que se siente, darnos cuenta en qué momento y bajo qué situación se presentan y esforzarnos por conocer mejor más sobre ellos y así conocer más sobre nosotros mismos.

Capítulo II: La vida cotidiana y su relación con la educación de los sentimientos.

“Me gusta la gente sentipensante, que no separa la razón del corazón. Que siente y piensa a la vez. Sin divorciar la cabeza del cuerpo, ni la emoción de la razón.”
(Galeano, E. 2000)

2.1 Implicación y sentimiento dentro de la Teoría de los Sentimientos.

En el año de 1980 la filósofa húngara Ágnes Heller publicó su libro *Teoría de los sentimientos*. Es importante para esta tesis de licenciatura desarrollar sintéticamente su teoría, pues ella defendió la idea de que existía teoría de los sentimientos desde que existió el pensamiento teórico, ofrece apuntes para pensar y desarrollar una educación del nivel sensible de la persona.

En el análisis antropológico que ofrece la filósofa húngara, distinguida representante de la Escuela de Budapest⁴, considera la idea de lo complicado y complejo que es definir a los sentimientos, pues “nuca nos encontramos ante el sentimiento” (Heller, 1980: 15), más bien nos enfrentamos ante muchos “*sentimientos*” que son diferentes o no tienen nada en común.

⁴ Puede consultarse para más datos sobre ella el libro *¿Cuál Ágnes Heller?* De Luis Eduardo Primero Rivas, que puede obtenerse gratuitamente en el portal <http://spine.upn.mx>

Ágnes Heller define simple y profundamente: “Sentir es estar implicado en algo” —sentimientos e implicación son tomados como sinónimos— (Heller, 2011: 15), esta definición la podemos entender como la relación que existe entre la persona y los referentes del mundo. La implicación puede ser cualquier cosa, una persona, un objeto o hasta otra implicación, del mismo modo, éstas pueden ser negativas, positivas, directas o indirectas.

Hablar de implicación es hablar de algo muy general, porque hay muchas cosas por las que nos podemos implicar con un hecho o con una persona, que si la persona tiene la misma enfermedad que yo, sí son parte del mismo equipo deportivo, porque acuden al mismo colegio, o el hecho de implicarse con alguien o algo cuando se lee el mismo periódico, puede existir una implicación si las personas tuvieron algún accidente similar, o porque el hecho del accidente, le causa alegría o tristeza a alguna persona que lo ve o se entera, como se dijo, las implicaciones pueden ser de tipo negativo o positivo, directas o indirectas, el tipo de implicación que sea se puede observar en la manera en que la persona lo vive y lo expresa. El grado de la implicación depende de qué tanto el ser humano se familiariza con el hecho o persona que se identificó. Es posible que podamos mejorar el significado del término “implicación” reemplazándolo con uno más sencillo y claro: vinculación.⁵

Heller hace al sentimiento sinónimo de la vinculación sensible dentro de una antropología filosófica optimista, lo que “permite ubicar al sentimiento en su exacta dimensión, en sus determinaciones genéricas y concretas” (Primero, 2000: 75), esto quiere decir, que el sentimiento se puede definir en su autonomía y dependencia frente al mundo de la práctica y la intelectualidad. Ahora bien, ¿qué es estar vinculado?, podemos entender a la implicación —vinculación— como “el factor constructivo inherente del actuar, pensar, vivir, y es, por tanto la función reguladora del sujeto, del

⁵ Esta mejora lingüística surge de considerar que la autora húngara utiliza el término inglés “involvements” en la segunda edición de su libro (Lexington Books, 2009), que literalmente puede traducirse como “envolvimiento”. La traducción inicial al castellano de Francisco Cusó, optó por “implicación”. A. Heller en la página 11 de la edición ahora citada da esta definición: [sentimiento significa] “it means to be involved in something and «something» can be anything”. Something may be «another human being, a concept, myself, a process, a problem, a situation, another feeling-another involvement” (p. 11).”

Ego en su relación primera con el mundo.” (Primerio, 2000: 76). Es por tanto la relación que existe entre el Yo y el mundo externo, la vinculación que se da entre el sujeto y la vida cotidiana.

La vinculación que existe entre el sujeto y la vida cotidiana puede pertenecer a dos tipos de respuesta: por una parte, se puede responder o *implicarse* por vía de la acción, y por otra parte, podemos vincularnos por vía de la reacción, como se puede entender, *responder vía la acción* supone estar en forma directa con el objeto, hecho o persona que nos mueve a accionar. Mientras que cuando respondemos por reacción, no necesariamente se debe estar en forma directa, puede que un acontecimiento que ocurra lejos de nosotros, nos ponga mal y ocasione llorar.

Existen límites de la vinculación, el nivel inferior es cero: cuando el límite es inferior es cuando lo que ocurre, el hecho, objeto o persona me es indiferente, no lo siento. Este límite no puede alcanzarse totalmente.

El límite superior de la implicación es doble: viene determinado por el organismo y por las circunstancias sociales. Siempre hay un límite orgánico, pero el «extremo exterior» de este límite varía de un individuo a otro (por tanto corresponde a la idiosincrasia biológica). De forma parecida, siempre varía según la sociedad y el estrato (idiosincrasia social). Si la intensidad de la implicación perturba la homeóstasis del organismo, entonces se ha superado el máximo: en un caso extremo supongo que puede llegar uno a morirse de rabia, felicidad, o de dolor. (Heller, 2011: 17)

Como se puede observar, la expresión y la intensidad de la vinculación o el sentimiento dependen y se construyen a partir de la experiencia de la persona, del lugar en el que crece, la familia que le da su primera constitución como sujeto de una sociedad, de las personas que lo rodean, sus amistades, en pocas palabras, sus redes de pertenencia.

Los sentimientos son regulados por las costumbres y ritos sociales en tal forma que el límite superior de la intensidad socialmente prescrito y aceptado, así como sus contenidos, no superen el límite tolerado por la homeóstasis biológica. (Heller, 2011:18)

La persona, como hemos sostenido a lo largo del presente trabajo, es un ser sensible, pero esta sensibilidad se ve permeada en la práctica diaria, en la vida cotidiana, desde el momento en que nacemos dependemos de otra persona para nuestro cuidado, pueden ser los padres biológicos o alguna otra persona la que se hace responsable, es esta persona o personas las que brindan las primeras formas de expresión de los sentimientos, las que nos enseñan a expresarlos o inhibirlos, quiénes nos dan la apertura o nos hacen no sentir; nuestros sentimientos a veces son aprendidos e impuestos desde otros y por otros. Y la forma en que nos implicamos y sentimos, depende y varía en cada persona, puede que para mí, el amor sea un sentimiento muy importante, para otra persona, quizá el sentimiento más importante sea el del dolor, esto depende de nuestra experiencia, de lo que hemos vivido a lo largo de nuestro desarrollo como personas, de los aprendizajes que hemos obtenido y también, pueden depender de la sociedad en la que crecimos. Todos estos factores intervienen en la implicación, pero es decisión de la persona, reconocer, sentir, vincularse de la manera en la que él crea mejor para su desarrollo como persona. Y entendemos que la persona es en las relaciones; de ahí que *dime con quién andas y te diré qué sientes*.

Ágnes Heller aseguraba que con independencia del objeto o persona con el que se implicará, esta vinculación puede afectar una parte de la personalidad o afectarla por completo, “puede ser momentánea o continuada, intensiva o extensiva, profunda o superficial, estable o en expansión, orientada hacia el pasado, presente o futuro.” (Heller, 2011: 20) Esta afectación de la personalidad, en alguna de sus partes o en su totalidad depende del límite de vinculación antes mencionado. Como se puede interpretar, los aspectos que influyen en la alteración de la personalidad, pueden ser diferentes en cada persona, dependen de igual forma de su constitución como persona y su interioridad.

Como dijimos, sentir es estar vinculado en algo, y esta *implicación*, es una parte inherente de la acción, el pensamiento y el vivir, no debemos entenderla solamente como un acompañamiento de la persona, sino como una función reguladora del ser humano, “el sentimiento (vinculación) puede ser figura o trasfondo” (Heller, 2011: 21)

esto es, lo que nos llama la atención, que puede ser directo o indirecto, nos faculta para sentir y percibir, para articular simultáneamente diversos componentes de nuestra personalidad y nuestra acción, como lo pueden ser las sensaciones, los afectos las emociones y/o la razón. Entonces, el sentimiento así entendido, es también un medio importante para reintegrar las funciones de la personalidad, por medio de nuestra sensibilidad, racionalidad, pulsiones e instintos, vamos haciendo el registro de nuestro paso por la vida, por la realidad.

Entonces, si aceptamos lo que escribe Ágnes Heller, entendemos a los sentimientos como señales internas que permiten conocer la vinculación que existe entre la interioridad y las circunstancias de la vida en las que alguien se implica, puede ser un acontecimiento, una persona o nuestro propio mundo interno. Entonces, los sentimientos juegan un papel muy importante en la manera en las personas nos relacionamos con el mundo, pues nos indican y orientan en la vida personal, familiar, académica y social. Señalan cómo estamos viviendo, qué necesitamos, cuál es nuestro disponer ante la realidad. Y no solamente se encargan de nuestra vida externa, sino que son parte de nuestra interioridad, son parte de la construcción de la personalidad y su bienestar.

2.2 Clasificación de los sentimientos.

Heller ofrece una clasificación de los sentimientos, una codificación de la que está consciente es difícil hacer: “cada sentimiento, incluso el más simple, es un principio compuesto por componentes heterogéneos.” (Heller, 2011: 79) cuando se trabaja con la interioridad de la persona, con sus principios, sus sentimientos, “necesariamente enfatizamos uno o varios factores negligiendo otros, para poder ordenarlos según unos tipos.” Al tratar de hacer una clasificación de los sentimientos podemos agruparlos según sus tipos, pero estas mismas clasificaciones según su tipo, pueden separarse, pues los sentimientos se entrelazan y convergen unos con otros.

Recordemos que los trabajos de Heller son desde un punto de vista antropológico, cuya finalidad es una persona psicológicamente sana, y teniendo en cuenta una de las

finalidades de esta tesis, que es dar a conocer la importancia de tomar en cuenta los sentimientos en la educación, se llega a la conclusión que en la educación es necesario formar a una persona psicológicamente sana, lo más sanamente posible; en el proceso de formación se debe tener presente el conjunto de características, sentimientos y procesos que intervienen en la vida externa e interna de las personas, pues sólo así, se puede formar al sujeto de manera integral.⁶

Los sentimientos según Heller se clasifican en seis conjuntos: sentimientos impulsivos, afectos, sentimientos orientativos, emociones en sentido estricto (sentimientos cognoscitivos-situacionales), sentimientos de carácter y personalidad, y las predisposiciones sentimentales. A continuación se presentará uno por uno para una mejor comprensión de la clasificación que ofrece. Además que se piensa necesario dar a conocer esta clasificación por las aportaciones que hace la autora, quién escribe a finales del siglo XX y resalta el “carácter homogeneizador de los conceptos emocionales” (Heller, 2011: 85) pues hay sentimientos y/o emociones que pueden entrar en más de una clasificación por su similitud y semejanza afectiva.

La primera clasificación corresponde a los sentimientos impulsivos. Éstos son entendidos como “señales de nuestro organismo, indican que algo «no está en orden» en el organismo, que la homeóstasis [auto-regulación] «biológica está amenazada” (Heller, 2011: 86) estas señales que envía el organismo van dirigidas a uno mismo, es decir, son señales que la fisiología nos envía, para que busquemos una solución. No porque envíen señales quiere decir que tengan una función comunicativa, pues los impulsos no se expresan como tal, sólo se sienten y se debe actuar sobre lo que se sintió.

Se debe mencionar que los impulsos son indispensables para la preservación biológica de los seres vivos, para la preservación del organismo individual y que no se deben reprimir, hay que aprender a atenderlos de la manera más sana posible, pues son

⁶ La *teoría de los sentimientos* es continuación de *Instinto, agresividad y carácter* (Ediciones Península, Barcelona, 1980).

condiciones innatas de la persona, señales de una necesidad y por ello hay que satisfacerlos en la medida de lo posible.

La satisfacción de los impulsos está relacionada con determinantes sociales, lo que quiere decir, que los sentimientos son determinados socialmente, “cómo, en qué lugar, de qué forma” satisfacer por ejemplo los impulsos sexuales o los impulsos de ira, son determinaciones sociales, que deben ser satisfechos, pues “la reducción del impulso es una necesidad.” (Heller, 2011: 88) una necesidad social que se relaciona con un factor biológico: asegurar la homeóstasis orgánica. Y podríamos agregar la homeóstasis psico-afectiva, o eutimia.

Por todo lo anterior podemos nombrar dentro de esta clasificación de sentimientos impulsivos, al sentimiento o impulso de ira, al impulso sexual, al impulso por comer, beber, descansar, divertirse, respirar, existe una gran variedad de impulsos que las personas sentimos. La satisfacción de un impulso, de ninguna manera puede remplazar la satisfacción de otro, pues cada impulso es específico y particular, por ende, no hay impulsos que se satisfagan de la misma forma.

Es interesante la manera en que los impulsos se comunican con la interioridad de la persona, su principal objetivo es regular y preservar biológicamente a los seres vivos, en educación estos se deben conocer en la medida de lo posible, pues al ser señales de una necesidad, sería de gran valor conocer cuáles son esas necesidades.

El segundo tipo de clasificación corresponde a los afectos, los afectos son “el resultado de la demolición de reacciones instintivas a estímulos externos.” (Heller, 2011: 93) es decir, que los afectos son sentimientos que se generan por estímulos externos al sujeto. Es Darwin quién ofrece esta concepción, según él, la fuente del afecto es una serie de estímulos “*percutores-acción*”, en el caso de las personas, para originar un afecto debe existir un estímulo, lo que incitará a la acción y a la expresión del afecto. “Cuando el estímulo percutor no está presente de manera concreta, el afecto no es «puro» sino que enlaza con emociones cognoscitivo-situacionales.” (Heller, 2011: 95)

Para evocar un afecto puro, debemos tener presente el estímulo que lo provoca, pues hay afectos que se crean con la imaginación, los cuales no son puros.

En el caso de los seres humanos, el afecto juega un papel determinante en la homeóstasis social, pues “los afectos forman parte del carácter social” (Heller, 2011: 95) todos ellos pertenecen a la especie humana y no son cuestiones idiosincráticas social ni individualmente; se puede decir que los afectos no es algo que se aprenda de la sociedad, sino que son cuestiones que desde el nacimiento de la persona tiene la facultad de sentir y expresar.

Un punto importante dentro de los afectos es su expresión, todos y cada uno de los afectos son por naturaleza expresivos, se pueden expresar facialmente, en gritos, en la manera en que modulamos de voz, los gestos. Hay ocasiones en las que un afecto fuerte se hace expresivo todas las partes del cuerpo. Y de ahí se desprende una de sus diferencias con los sentimientos instintivos, pues a diferencia de ellos, los afectos son comunicativos. “Las expresiones de los afectos son señales para el Otro, y señales cuyo significado puede ser interpretado sin necesidad de claves.” (Heller, 2011: 95) Las expresiones de los afectos es espontánea y no es adquirida, se puede reconocer inmediatamente la expresión de algún afecto en una persona que no se conozca, de la que no se conozca sus costumbres, su religión, o su manera de pensamiento, podemos ver a alguien con una sonrisa en el rostro y suponer que está contento, o ver la exaltación de alguien mientras canta o ve un partido de fútbol y reconocer la excitación que en el habita.

Los afectos al no pertenecer o formarse dentro de la idiosincrasia social, son regulados normativamente, es decir, que al ser tipos concretos de reacción se deben regular por normas, “la regulación normativa es posible porque los afectos pueden ser sublimados y canalizados; además, estamos hablando de sentimientos que pueden ser disminuidos intencionalmente, o detenidos mediante la práctica.” (Heller, 2011: 98) Esta regulación es lo que se intenta hacer en algunas partes con el afecto de rabia o el afecto de ira, en tanto se intentan reprimir o cambiar por otro afecto que no sobrepase los límites establecidos en la homeóstasis biológica.

Dentro de los afectos, podemos encontrar los siguientes sentimientos: la rabia, la vergüenza, el afecto sexual, el miedo, la curiosidad, la angustia, el apetito (que surge del instinto de hambre), la alegría.

Ágnes Heller reflexionó acerca de cuatro afectos, que ahora me dispongo a presentar, algunos de ellos surgen de los instintos y otros no, los cuatro son afectos, que como todos los demás, son característicos de la humanidad.

El afecto sexual, es uno que interesó a la filósofa, pues para muchas personas el "*impulso sexual*" no existe de forma pura, de hecho, la sexualidad es enseñada desde el principio como "*afecto sexual*", pero ese afecto sexual, tiene su génesis en el impulso sexual, "el afecto sexual como todos los afectos construidos sobre los impulsos, es menos universalmente expresivo y también menos totalmente expresivo que los afectos originales." (Heller, 2011: 101) es decir, que no existe una manera de identificar facial, modular o gesticularmente el afecto sexual. Se pueden distinguir esas expresiones cuando intervienen emociones o sentimientos orientativos. Entre el impulso y el afecto sexual, existe una íntima relación, pues parafraseando a Heller: lo que permite satisfacer el impulso sexual, al mismo tiempo satisface el afecto sexual.

El segundo afecto que nos interesa es el del miedo; como lo hemos dicho, los afectos se expresan de manera natural, y el miedo es uno de los apegos más expresivos; el estímulo que genera el miedo sí es un factor que se origina socialmente. "La formación del miedo tiene dos fuentes: a) experiencia personal [...] y b) la experiencia social adquirida por la comunicación [...]" (Heller, 2011: 103) La primera formación del miedo se origina a partir de algo que le haya sucedido a la persona, un ejemplo puede ser que en mi infancia me haya mordido un perro, sino encontramos la manera de superar este miedo, puede que cuando vea un perro en cualquier momento de mi vida, lo asocie con lo que me pasó y genere el afecto de miedo hacia los perros.

La segunda manera en que se puede formar el miedo es por la experiencia de otras personas, en este tipo, la persona no necesariamente debe estar implicado, es decir que existe un conocimiento previo resultado de la comunicación que se ejerce con las

demás personas, este tipo es conocido como “comunicación de la experiencia social”, un ejemplo de este tipo de afecto es cuando sabemos, por información de otros que a altas horas de la noche no es bueno andar por cierta calle porque ocurren asaltos, aunque no vivamos el asalto nosotros, evitaremos pasar por esa calle, por el miedo que nos han creado.

Es importante subrayar que para que exista el afecto del miedo, el estímulo que lo provoca —algún perro, o pasar por la calle que se mencionó en los ejemplos anteriores— debe estar presente para provocar el miedo, pues cuando el miedo se relaciona al pasado o al futuro, entonces ya no es un afecto, sino una emoción. También hay que enfatizar dentro de esta clasificación a la ansiedad, pues a veces se quiere tomar como sinónimo de miedo, pero en realidad sólo es una variedad de él.

El tercer afecto es el de la vergüenza, se puede decir que ella es el apego en el que la sociedad influye sobremanera. Las personas nacen sin vergüenza, es en el tránsito por la vida donde se va aprendiendo a sentirla y a causarla. Son las prescripciones sociales las que hacen que se sienta vergüenza por algo que se hizo ante la mirada de los demás, o incluso estando en mayor privacidad, es decir, cuando la vinculación está estrechamente relacionada con las normas, las pautas, creencias, o ideas determinadas socialmente.

La vergüenza como los demás afectos es expresada mediante el comportamiento, con las miradas, los movimientos y hasta el cambio de color de piel; sentirse avergonzado por no seguir las prescripciones sociales es un fenómeno propio de la socialización y del crecimiento de la persona. A veces la vergüenza da paso a que se creen las emociones, “el afecto de vergüenza puede construir bases para la construcción de emociones” (Heller, 2011: 106) las emociones que surgen a partir del afecto de vergüenza se ven más claramente identificado en el proceso de auto-descubrimiento. Describimos ante otra persona no es fácil, en la mayoría de las veces, crea el afecto de vergüenza.

El cuarto y último afecto que presenta Heller en su obra, son los afectos de alegría y tristeza, dos simpatías que se puede decir son polos opuestos; es muy difícil en la práctica cotidiana de la vida encontrarse frente a la forma pura de estos afectos, “la mayor parte de las veces, sobre esos afectos se levantan emociones de gozo o pena” (Heller, 2011: 107) la forma pura de los afectos en la mayoría de las veces los conocemos en su forma pura durante la niñez. Estos afectos y su expresión pueden ser reconocidos en todas las personas, aunque a veces los adultos suelen guardar o reprimir, dentro de lo que pueden, el sentir o expresar la alegría y la tristeza.

El tercer tipo de clasificación corresponde a los sentimientos orientativos, este tipo de sentimientos también pueden ser afirmativos o negativos, e intervienen en casi todos los aspectos de la persona. Los sentimientos orientativos están presentes a la hora de hacer juicios, cuando accionamos, pensamos, interactuamos.

La formación de sentimientos orientativos es consecuencia de la demolición completa de los instintos. Son las objetivaciones sociales las que moldean y guían totalmente los sentimientos orientativos. Es totalmente cierto que no nacemos con ellos. Sin la experiencia aprendida a través de las objetivaciones sociales somos completamente incapaces de orientarnos. (Heller, 2011: 109)

Como se puede observar los sentimientos orientativos son directos de regulación, de habilidad. Entre más experiencia se tenga en la vida mayor será el papel que jueguen este tipo de sentimientos; es por ello, que se ven más presentes en las relaciones sociales complejas de los adultos. Son ellos los que se guían más por este tipo de sentimientos.

Como se dijo anteriormente, los sentimientos orientativos marcan el fin de los instintos, aunque estas vinculaciones en la cotidianeidad, son conocidas como *sentimientos instintivos*, y se hace referencia a que alguien tiene “buen instinto” porque sus sentimientos afirmativos o negativos son por lo regular seguros en alguna área, por ejemplo se puede decir que un marinero *tiene* buen instinto, porque debido a su formación y a su experiencia, puede navegar adecuadamente por los mares, pues sus sentimientos orientativos le hacen tener la convicción de navegar de tal o cual modo. Hay que decir que la convicción es un claro ejemplo de sentimientos orientativos

afirmativos. “La experiencia diaria muestra que sin duda existen tales predisposiciones innatas y al tiempo idiosincráticas.” (Heller, 2011: 109) pues algunas personas tienen mayor capacidad innata para desarrollar sentimientos orientativos afirmativos o negativos.

Cuando se refiere a que algunas personas desarrollan más fácilmente los sentimientos orientativos de manera innata, es porque poseen mayor experiencia, pues “no es posible desarrollar ningún tipo de sentimientos orientativos sin adquirir experiencia, acumular conocimiento previo.” (Heller, 2011: 110) Los sentimientos orientativos están presentes en los aspectos de la vida humana y son universales, cumplen con la función de ser guía en el desarrollo de nuestra personalidad, de la forma de relacionarnos y comportarnos con los demás, en la que aprendemos, en cómo lo aprendemos, y enfocan los sentimientos más diversos de las personas.

Los sentimientos orientativos también tienen la función de determinar qué se considera bueno o qué se considera malo en la sociedad, pues son considerados como sentimientos morales. Podemos incluir dentro de estos a la apatía, la simpatía, la atracción.

Como se había dicho anteriormente, los sentimientos orientativos están presentes en casi todas las actividades del ser humano, en su acción directa, puede ser en el trabajo, en el proceso de pensamiento, en las relaciones que se establecen con los demás, en el proceso de actuar, y como su nombre lo indica, orientan y guían la actividad cotidiana de los seres humanos.

La cuarta forma de en qué clasifica los sentimientos Heller, es en los denominados sentimientos cognoscitivo-situacionales, o mejor conocidos como emociones en su teoría. Al igual que los sentimientos orientativos, dentro de las emociones vemos un cargado componente social, pero tienen otra singularidad, son idiosincráticas, hay algunas emociones que pueden estar presentes en algunas culturas, pero en otras no, pues se necesita de estructuras sociales y ciertas condiciones para que las emociones puedan ser expresadas; también este componente idiosincrático se puede observar

en la manera en que las expresamos, por ejemplo, la emoción de amor que siento por mi madre, es distinta a la emoción de amor que siento por una amiga, aunque se está hablando de la misma emoción, de un mismo sentimiento, se observa claramente cómo cambia la misma emoción o el mismo sentimiento que siente una misma persona cuando va dirigido a personas o cosas diferentes, ya que es la naturaleza y el carácter situacional lo que determina la manera en que expresamos; Es el temperamento de las personas y el proceso cognoscitivo de cada una de ellas, lo que determina la manera en que nos dirigimos a los demás.

Aunque las emociones propiamente dichas pueden ser descritas y a veces se trata de incluirlas dentro de alguna categoría debido a sus rasgos, es imposible hacer categorías de ellas, pues no presentan ninguna tipología o condición en general que las determine o incluya dentro de alguna categoría. Cuando se trata de hacer categoría de las emociones se encuentra frente a la problemática de que las emociones que pondrían “*encajar*” varían en su contenido sentimental.

Cada una de las emociones podemos decir que han sido o siguen siendo partes orgánicas constitutivas e indispensables en el funcionamiento de algunas épocas, estratos sociales, o clases —diferentes en cada uno de los casos—. La coexistencia social sería imposible sin la existencia de las emociones (emociones en general). Aunque sólo sea porque toda cultura debe regular los sentimientos impulsivos y los afectos (en primer lugar los afectos de rabia y de miedo), y esa regulación implica inevitablemente el desarrollo de algunas emociones. (Heller, 2011: 121)

Como se puede leer, las emociones son indispensables para la regulación de la sociedad, y la autorregulación de las personas, dependen de la sociedad con la que se implica, con las normas y leyes que en ella están establecidas, un ejemplo de esto es lo que se hace con la emoción sexual en algunas culturas; para muchos la emoción sexual tiene que ir acompañada de la emoción o sentimiento de amor, para otros implica posesión y para otros más puede ser sólo un deseo natural, depende de la sociedad y de la cultura como se lleve a cabo la expresión del deseo sexual, de las normas que están establecidas y que se deben respetar.

La diversidad de las emociones depende de la personalidad y psicología de los seres humanos, como se dice en la cotidianeidad *“cada cabeza es un mundo”* —y todo mundo está lleno de diferentes sentimientos y emociones— lo que determina la diversidad de sentimientos y la manera de implicación, es precisamente la cultura y nuestras redes de pertenencia, es decir, la familia y los grupos más cercanos a las personas, o sea, las amistades e incluso asociaciones de trabajo.

Hay que tener presente que las emociones son en parte acontecimientos sentimentales y en parte disposiciones sentimentales, dentro de las emociones se puede incluir a todos los tipos de deseo: el de venganza, el ambición por algo o por alguien, y también el deseo de amor. Al igual que los sentimientos, no se puede estar frente a la “emoción”, sino que estaremos frente a las emociones en su conjunto, frente a un cumulo de contenido sentimental, de diferente intensidad, profundidad y expresión; para sentir una emoción, la implicación no debe estar presente necesariamente, ya que el estímulo puede referir al pasado o al futuro, puede que cause emoción lo que pasó en las vacaciones pasadas, o que nos cause emoción algo que estamos pensando en futuro, puede ser formar una bonita familia, construir una casa o vivir felizmente con la pareja; el estímulo en los anteriores casos no está presente, pero causa emoción porque lo sentimos, lo imaginamos y de alguna manera lo vivimos.

Existe una problemática al querer darle un nombre a cada una de las emociones que sentimos; debido a su naturaleza situacional, cognoscitiva e idiosincrática no se cuenta con el lenguaje concreto o absoluto para nombrar lo que sentimos, para darle un nombre, y por ende, al no saber nombrar lo que nos pasa, es casi imposible detectar lo que el otro siente, es decir, que para entender y saber leer las expresiones y emociones de otra persona, es necesario empezar por saber qué nos pasa a nosotros. Las emociones y en especial su expresión, son idiosincráticas, no pertenecen a alguna categoría, cada emoción es una categoría: un conjunto de más emociones. Todo intento que se haga para dividir las falla debido a esta naturaleza, a veces la inclusión de alguna emoción varía de acuerdo al lenguaje de la cultura o el lugar donde se sienta.

Con lo escrito hasta aquí acerca de la Teoría de los sentimientos que ofrece Ágnes Heller, se puede observar que las emociones son una parte inherente de los sentimientos, “en las emociones el contenido del sentimiento no puede ser separado de, en principio, de lo que suscita el sentimiento.” (Heller, 2011: 24) es bastante enriquecedor conocer acerca de ellas, sin dejar de lado a los sentimientos, deben verse como partes que se integran. Las emociones carecen de bases biológicas, lo que las coloca como parte de nuestra interioridad, como lo escribe la autora, pertenecen a “nuestra riqueza sentimental, forman parte de nuestra universalidad.” (Heller, 2011: 125)⁷.

El carácter emocional y la personalidad emocional es la quinta categoría en que la autora clasifica las vinculaciones o sentimientos, al ser éstos la vinculación entre la persona y la vida cotidiana se puede escribir que el carácter emocional y la personalidad emocional son el interés de la educación de los sentimientos. Veamos porqué.

Como se ha escrito a lo largo de este capítulo, la persona a lo largo de su vida, incluso desde antes de nacer, puede sentir muchos tipos de efectos, de vinculaciones, y ellos se pueden expresar mediante los afectos, sentimientos impulsivos, deseos y demás implicaciones que siente la persona, debido al lenguaje y al contexto en que se presentan, pueden sufrir alteraciones y no se pueden clasificar en categorías. Cuando se presenta un sentimiento con regularidad, en circunstancias o situaciones semejantes, tendemos a habituarnos a los tipos de reacción que se presentan, y cuando nos habituamos a reaccionar de alguna manera específica las demás personas y nosotros mismos, predisponemos la acción; por ejemplo, si en la escuela el profesor le hace un pregunta al alumno más tímido y que casi no participa durante la clase, el alumno sentirá el afecto de vergüenza, y lo expresará mediante el rubor de sus mejillas y el tono de su voz delatará su nerviosismo, esta expresión y predisposición a responder ante el estímulo presente será un hábito en la cotidianidad de este alumno,

⁷ Esta tesis de Ágnes Heller debe ser revisada desde los actuales desarrollos de los estudios del cerebro, que están presentados en el capítulo sexto citado de *Desarrollos de la nueva epistemología*.

por lo que sus compañeros de clases y el mismo sabrán cómo expresa sus sentimientos cuando el profesor lo pone en evidencia.

Tanto el carácter emocional como la personalidad emocional, son hábitos sentimentales. Si reaccionamos con sentimientos idénticos o similares ante circunstancias, situaciones o acontecimientos semejantes, llegamos a habituarnos a esos tipos de reacción; o si nuestros tipos de reacción sentimental en general han adquirido unas formas rígidas, generalizadas, típicas, en otras palabras, si tiene sentido la predicción en relación a nuestro comportamiento emocional (seamos nosotros mismos o sean otros los que puedan saber de antemano cómo vamos a sentir y actuar en consecuencia o a pesar de ello), entonces estamos ante sentimientos de carácter o de personalidad. (Heller, 2011: 132)

Es por lo anterior que se dice que la educación de los sentimientos es indispensable, pues las vinculaciones a diferencia de las emociones, son más estables y no cambian de un momento a otro; tampoco pueden desaparecer abruptamente como es el caso de las emociones. Al ser el sentimiento de carácter y personalidad emocional “elemento definitorio” (Primero, 2000: 82) de nuestra experiencia sentimental, y forman parte de nuestra interioridad, permiten saber de qué manera se reaccionará ante ciertas circunstancias; y conforma así la manera de respuesta sensiblemente que puede ser conocida por las personas para hacer uso adecuado y poder moldearlo de manera proporcionada. El carácter emocional es lo que se conoce como *temperamento*. Hay personas de temperamento —carácter emocional— fuerte, que no le teme a nada y son seguras de sí mismas y suelen ser agresivas; mientras que hay personas de temperamento débil que por lo regular tienen una fuerte inestabilidad emocional. Debería buscarse la analogía entre estos dos tipos de temperamento, dar a conocer y permitir que la persona tenga un autoconocimiento de sí, lo que permitirá tener consciencia de lo que se siente, cómo se siente y de qué manera se expresa, buscando en todo momento una sana conducta en el lugar donde esté la persona.

El carácter emocional y la personalidad emocional son dos cosas distintas. El carácter es un factor biológico de la persona, algunos sentimientos de carácter son dados por los padres en un código genético, siendo innatos pues se nace con ellos; algunos son aprendidos durante la infancia, la mayoría de las veces los aprendidos durante la

infancia son los sentimientos de carácter. El carácter emocional como su nombre lo indica es la conjunción de tipos característicos de cómo reaccionamos sentimentalmente y pertenecen a una categoría más amplia, en la que están presentes los afectos, las emociones, los deseos y los afectos. “Todo sentimiento de personalidad es también un sentimiento de carácter, pero no todo sentimiento de carácter es un sentimiento de personalidad.” (Heller, 2011: 133) los sentimientos de personalidad se diferencian de los sentimientos de carácter por su característica valorativa, es decir, que este tipo de sentimientos tienen una fuerte carga de experiencia de la persona; en ellos se ve expresada la experiencia, la interioridad y la intelectualidad. También en ellos está más presentes las normas que se deben seguir, los hábitos sentimentales a los que se pueden calificar como sentimientos buenos o malos entran dentro de esta categoría de sentimientos de personalidad.

Como se abordó en el primer capítulo de esta exposición las partes integradoras de la personalidad son la experiencia, la sensibilidad, la intelectualidad, los instintos y las pulsiones, por tal motivo todo hábito emocional es un atributo de la personalidad; decimos que es un atributo de ella pues al ir haciendo el registro de lo que se hace mediante la experiencia, se está creando un ejercicio de ir capturando momentos en los que la persona se siente de tal o cual forma, entonces se van moldeando las percepciones, la manera en qué se siente y cómo se le dará respuesta a eso que se siente, a ese estímulo que provoca la implicación.

Existen dos tipos de sentimientos: los superficiales y los profundos. Como su nombre lo indica, los *profundos* son los que forman parte importante de la interioridad de la persona, los siente y expresa más a menudo. Un ejemplo sería que un sentimiento profundo en una persona puede ser el de amor o de felicidad y si ella trata de ir en concordancia con esos sentimientos, forman parte de su vida cotidiana y los expresa en cada una de sus relaciones. Para este tipo de persona uno de sus sentimientos superficiales podría ser el de la envidia, pues no está tan presente en su vida, su cotidianidad, su accionar en la realidad diaria no va en concordancia con ese tipo de hábitos; los sentimientos profundos, al ser parte recóndita la interioridad humana, son

analogía importante en la formación de los hábitos sentimentales, pues están implicados en el proceso de desarrollo de la personalidad.

Aunque los sentimientos profundos están ligados con la personalidad, estos no interfieren en la creación de los sentimientos de carácter, pues son parte de procesos diferentes; los sentimientos de carácter, como se dijo, surgen de procesos innatos o aprendidos durante la niñez mientras que los sentimientos profundos conllevan una fuerte carga de elección intelectual o racionalidad, pues a pesar de que hayan sido aprendido durante la niñez o se haya nacido con ellos, la mayoría de las personas, de acuerdo a la manera en que se han desarrollado, llega a un punto en su vida, cuando va creciendo, donde valora que sentimientos deben formar parte de su capital sensible, de su interioridad y a cuál de ellos les dará más valor y se acepta a gusto de sentirlos y expresarlos ante cualquier situación.

Heller escribe que “todo habito emocional específico puede conducir a una predicción evaluativa.” (Heller, 2011: 135) una persona puede sentir diversos sentimientos a lo largo de su vida ante algún hecho, pero cuando en situaciones similares la persona actúa con frecuencia de la misma manera, se puede calificar dentro de una categoría; un ejemplo sería que cuando a alguien le habla una persona que no conoce, puede responder de diferentes maneras, puede voltear, sonreír y responder, lo que se conoce como simpatía; otras personas en cambio, responden desde la mera psicología ignorando ese hecho: que les hable un extraño. Si sucede esto, estaríamos frente a una persona poco amigable o seria. La manera en que las personas regulan normalmente sus sentimientos, es otro factor que permite evaluar los hábitos emocionales de las personas, pues canalizar nuestros afectos permite el mejor desarrollo de la personalidad.

No quiero decir con lo anterior que por una manera de responder se puede clasificar la personalidad de una persona, pues un hábito emocional, o ni siquiera varios hábitos emocionales pueden dar a conocer la personalidad completa de alguien; si se hiciera un análisis de la persona teniendo en cuenta sólo unos cuantos hábitos emocionales,

se estará ignorando la totalidad de su personalidad. Sin embargo, ese análisis que se hace a partir de los hábitos emocionales es el encargado de guiar la expectativa y conducta hacia la otra persona.

La sexta y última manera en que la autora clasifica los sentimientos es en las llamadas “predisposiciones sentimentales”. Para empezar a comprender qué son, es necesario primero dejar en claro que son diferentes a las llamadas “disposiciones sentimentales”; en las segunda el objeto específico que las implica debe estar presente para que aparezcan, y son implicaciones primarias como el amor hacia algo o hacia alguien, o lo puede ser también el deseo de algo. Por su parte, las predisposiciones sentimentales como su nombre lo indica, son sentimientos que predisponen a la persona a actuar de alguna manera específica o determinada ante algún acontecimiento de la vida cotidiana, un ejemplo de ellas es el sentimiento de angustia cuando no se tiene información o no se sabe de algún familiar que salió, no ha regresado y no avisó nada, la angustia surge y predispone a las personas a actuar con preocupación, nerviosismo y miedo.

Dentro de esta clasificación se hace mención al *Lebensgefühl*, palabra alemana que hace referencia al estilo de vida, el estilo de vida es una “predisposición sentimental característica de toda una vida o un periodo dilatado de ella” (Heller, 2011: 137). El estilo de vida es el trasfondo de la conducta cognoscitiva, se forma a partir de distintos hechos que la componen; el estilo de vida puede ser heredado genéticamente, aprendido a partir de las vivencias y el registro que se hace de éstas —experiencia—.

Al igual que los hábitos emocionales la mayoría de las personas construye o aprende su estilo de vida durante la infancia. También se puede formar a partir de las modas que impone la sociedad, de la experiencia de los demás, de la sociedad en que se vive. De ahí la importancia de la época como el mayor educador.⁸

⁸ Véase sobre esta tesis la “Introducción” al libro *La filosofía de la educación en clave postcolonial*, citado.

Dentro de las predisposiciones sentimentales también se encuentra el *talante*, que es una predisposición emocional que dura un periodo de tiempo considerable; este surge a partir de una situación específica o se vincula con esa situación. A veces es considerada como una predisposición natural del ánimo o de la manera de ser de la persona, pueden existir variedad de talentos dentro de una persona, pero ninguno de ellos hace referencia directa de la personalidad. Cabe señalar que el talento es pasajero y a veces se desconoce de dónde surge, en algún momento alguna persona puede sentirse insatisfecha con lo que está haciendo, entonces debe buscar la manera de saber cuál es la causa de su insatisfacción; sentir este tipo de predisposiciones es sano, pues las personas pueden emprender un proceso de búsqueda en la que necesariamente deben pasar por su interioridad, para así saber qué es lo que le está ocurriendo y de qué manera puede manejar la situación.

La siguiente predisposición analizada por la autora es el *capricho*. Esta predisposición surge en todas las personas y la hemos sentido alguna vez en la vida; se manifiesta mayormente durante la infancia y dura por lo general un plazo corto de tiempo, a veces minutos, horas o algunos días. No tiene una causa importante que lo suscite, se naturaleza es insignificante.

Toda persona tiene de cuando en cuando momentos de capricho. Pero la «persona caprichosa» es una persona que experimenta con frecuencia tales experiencias, de modo que el capricho viene a ser uno de los rasgos de su carácter emocional. (Heller, 2011: 139)

Como se puede leer el *talante* y el *capricho* sirven para la auto-regulación de la persona, pues al ser predisposiciones sentimentales forman parte de cómo la persona interactúa en la realidad, e interviene en el desarrollo de la personalidad, del auto-concepto y sirve para hacer una hermenéutica del sí.

Las disposiciones emocionales y las pasiones se pueden articular en cuanto que ambas son aptitudes para hacer una conexión con diferentes cosas: “son sentimientos que nos llevan a sentir algunas cosas más que otras, a sentir ciertas cosas con más frecuencia que otras, o más intensamente que otras, o más profundamente que otras.”

(Heller, 2011:137). Las pasiones no son una parte separada dentro del mundo de los sentimientos; hay autores que los toman como sinónimos, no todas las disposiciones emocionales pasan en automático a ser pasiones, sino que para identificarlas se debe seguir una regla: “sólo aquellas en que toda mi personalidad se encuentra implicada y que al mismo tiempo se vincula con un deseo intenso.” (Heller, 2011: 140): Hay disposiciones sentimentales que se conocen más frecuentemente en su forma apasionada, puede ser el amor apasionado, el deseo de venganza que también puede implicar un deseo intenso, los celos son apasionados, el deseo de aprender para algunos también es apasionado.

No se tiene registro de una persona que tenga apasionadamente hambre, o apasionadamente sueño, pues aunque es algo que debe cumplirse al ser una necesidad, en estas acciones no está involucrada toda la personalidad del agente: se puede estar pensando o haciendo otras cosas mientras se tiene sueño, o hambre, y después saciar esa necesidad. Pero cuando se vive la pasión, el ser humano siente un fuerte deseo: el apetito de saciar eso que siente.

¿Por qué es importante presentar la clasificación que hace Heller de los sentimientos? Primero que nada para dejar lo más claro posible que los sentimientos son formas que expresan la sensibilidad, el mundo sensible e interior de las personas que regula la homeóstasis social, biológica y hasta antropológica y de suyo, la eutimia. La manera que Heller los divide en sentimientos impulsivos, afectos, sentimientos orientativos, emociones, sentimientos de carácter y de personalidad y en predisposiciones emocionales, permite observar la diferencia entre cada uno de ellos, pero más allá de apreciar simplemente las diferencias, se puede analizar lo que los hace pertenecer al enredado mundo de los sentimientos. Y se puede observar la riqueza de la interioridad humana. En la actual sociedad —decadente— muchas veces no se le da la importancia merecida a los sentimientos, e ignoramos que ellos son los reguladores de nuestros impulsos, la expresión exterior de lo que sentimos y de cómo nos sentimos. Una adecuada reeducación de los sentimientos permite que la persona sane consigo misma, se conozca y pueda ejercer una gramática sentimental correcta.

Los sentimientos son las señales de una necesidad: llámense impulsos, afectos o pasiones, todo sentimiento da señales —conformando la semiótica sentimental— y la persona se alerta por necesidad. Lo que nos lleva a indicar que son indispensables para la regulación y preservación biológica de los seres vivos; todo sentimiento, implicación, conexión o afecto se expresa desde la interioridad de la persona, su expresión depende de lo que se está sintiendo, y puede ser expresada en los gestos, en el movimiento corporal de la persona y también en el timbre de la voz.

Todo sentimiento es condicionado socialmente pues al ser la persona parte de un colectivo lo qué se puede sentir en tal o cuál circunstancia es aprendido en la familia, en las relaciones interpersonales y en contacto con el otro. Son las realizaciones sociales las que impulsan los sentimientos y establecen lo que es reconocido como bueno y malo dentro de una sociedad.

Desde que nace la persona debe aprender las tareas que exige el mundo y a comportarse ante su circunstancia y así debe seguir esto o lo otro, hasta que logra establecer un equilibrio en sus posiciones, decisiones y acciones. La persona crea su personalidad de acuerdo a lo que ha vivido a lo largo de su vida; la conformación de la personalidad es un proceso continuo y de toda la vida, pues las personas están en constante cambio.

El hombre se relaciona con el mundo, y los aspectos de esta relación son: interiorización, objetivación y auto-expresión. Los tres son simultáneamente acción, pensamiento y sentimiento. Las potencialidades del hombre se diferencian y al mismo tiempo se reintegran, conforme se forma y desarrolla el sujeto. Durante este proceso de diferenciación y reintegración, el hombre aprende a sentir. (Heller, 2011: 144)

Como se ha manejado en anteriores líneas, la capacidad de pensar, actuar y por supuesto sentir, son capacidades innatas propias del ser humano. La persona desde que nace, antes de pensar y/o actuar, siente. El momento del nacimiento se está sintiendo; incluso hay autores quiénes defienden la idea de que el bebé estando dentro

del vientre materno siente. Cuando el bebé nace, grita, llora; ese es el primer sentimiento que la mayoría de las personas recuerda inconscientemente: dejar la zona de confort que ofrece el vientre materno, tomar parte en el mundo exterior, sentir, llorar, grita, entonces se comprende claramente que los sentimientos —por lo menos los primeros— no son aprendidos, ni adquiridos; forman parte de la interioridad humana, han sido heredados genéticamente. Lo que hace el recién nacido es responder a los estímulos del mundo exterior, seguir sus impulsos. “El grito del niño humano, en el momento de entrar en el mundo, tantas veces analizado, es un «signo» de la relación entre la demolición de los instintos y el sentimiento humano.” (Heller, 2011: 144), de ahí que planteamos la idea de semiótica sensible.

Como se había dicho anteriormente, los instintos son parte de la naturaleza, sin embargo, los sentimientos y el hecho de sentir algo al nacer y expresarlo, determinan la ruptura con la naturaleza. Posteriormente surgirá la capacidad de razonar, pues el recién nacido se irá adaptando a las necesidades de su entorno, se incorporará a su contexto para sobrevivir, pero los sentimientos siempre están presentes en toda actividad que realice la persona, son parte de su identidad, de su interioridad y de su personalidad.

El hecho de que la persona sienta de manera innata, desde el momento en que nace podría suponer el hecho de que podría sentir lo que quiera, pero como miembro de una sociedad, que determina lo que es bueno y lo que es malo, todo sentimiento debe ir articulado con un proceso de pensamiento y de aprendizaje. Si deseamos educarnos o re-educarnos en el manejo de los sentimientos, el primer paso es conocer qué se siente, al estar al tanto de lo que siente, la persona identifica, comprende y expresa sus sentimientos, pues cuando se conoce lo que se siente se facilita la homeostasis; un ejemplo es que cuando la persona siente que está temblando, y al mismo tiempo sabe porque razón lo hace, que podría ser por el hecho *de estar nervioso*, la persona sabe que debe de controlarse, comprender la situación y hacerle frente al estímulo exterior que lo pone nervioso. Si la persona no se conociera, o no conociera sus sentimientos y su expresión, podría atribuirle el hecho de estar temblando a otro

acontecimiento, hasta poder ir al doctor para que le recete medicamentos para dejar de temblar; ahí reside la importancia de conocer nuestra interioridad pues al conocer lo que se siente, al estar al tanto de ello, se pueden ejercer acciones para la autorregulación, para, de ser el caso, sanar uno mismo sin tener que llegar a procesos terapéuticos, o cuando sea demasiado tarde y la persona sufra consecuencias graves como una enfermedad mental, como la esquizofrenia o algún traumatismo, pedir ayuda pues será indispensable.

Es necesario trabajar con los sentimientos de una manera armónica, pues es indispensable poner esfuerzo en esta asignatura pendiente y conferirle la misma importancia que se le da a la formación intelectual.

2.3 La educación sentimental en los apuntes de Heller

Heller en sus trabajos a veces implícita y otras explícitamente expresa la idea de pensar en una educación del nivel sensible de la persona, pero es el Doctor Luis Eduardo Primero Rivas quien en su libro *¿Cuál Ágnes Heller?* (2000) quien hace referencia a estos apuntes de la filósofa en cuanto al tema de la educación de los sentimientos y presenta ocho puntos que él encuentra en diversos trabajos acerca de esta temática. Ahora pretendo mostrar los ocho puntos que ofrece este autor, actualizarlos, completarlos y por supuesto, tratar de completarlos.

El primer apunte de educación sentimental que Luis Eduardo Primero encuentra en la teoría de Heller se refiere a que el aprendizaje y la enseñanza de los sentimientos comienzan en la vida cotidiana. La idea de la vida cotidiana se sustenta en escritos de estos dos autores donde escriben que la realidad que nos envuelve faculta a la persona para sentir y ser. La vida cotidiana, como su nombre lo indica, se refiere al conjunto de actividades que se realizan comúnmente para satisfacer necesidades y así cumplir con la homeostasis biológica y social, colectiva. La vida cotidiana es lo común, lo habitual, lo que hacemos todos los días, y por hacerlo así no lo registramos consciente, deliberadamente; las acciones y los sentimientos, lo que hacemos y sentimos

diariamente se registra por inercia, de acuerdo al tipo de sociedad donde la persona nace, crece y es educado y se elude del saber consciente y discernido.

La vida cotidiana es, por lo tanto, un fenómeno universal y se presenta en toda sociedad en la que se desarrolla y expresa su reproducción indispensable y ella contempla las formas de ser, sentir y desenvolverse. Es el cúmulo de actividades que realizan las personas en determinadas condiciones sociales, para vivir y seguir viviendo. Es la dimensión social central en la que todo ser humano desarrolla su personalidad, con base en sus experiencias y el tránsito en la sociedad. Aquí el ser humano pone en acción todas sus capacidades, que pueden ser de carácter intelectual, afectivas y por supuesto, sentimentales amén que pragmáticas, pues de ellas depende la continuación de la vida personal y colectiva.

En la vida cotidiana se trata de desenvolver todas las capacidades del “hombre entero” —según expresión recurrente de la filósofa húngara—⁹, y se busca el desarrollo potencial de todas sus habilidades, entre ellas las sentimentales; desde el nacimiento la persona se va educando de acuerdo al tipo de sociedad en la que se ve implicado, son sus padres o las primeras personas con las que entra en contacto, quiénes tienen la tarea de educar al nuevo individuo de la especie, es por eso que los autores escriben que es en la vida cotidiana, en el hogar, donde las personas deberían ser educadas para conocer y moldear sus sentimientos. Luis Eduardo Primero escribe que la *pedagogía de lo cotidiano* sirve para este tipo de formación, pues comprende a la educación como un proceso de formación humana que toma en cuenta todas sus formas y posibilidades. Desde la *pedagogía de lo cotidiano* se trabaja con una idea diferente de la educación, porque no se entiende como un mero ejercicio de transmisión de conocimientos de generaciones mayores a las menores como se había trabajado en otros tiempos, sino que en el libro *Filosofía y educación desde la pedagogía de lo cotidiano*, es entendida como “la acción formativa del colectivo que constituye a quienes lo reproduce, comunidad que establece sus finalidades formativas, según sus

⁹ Véase especialmente en *Sociología de la vida cotidiana* (Heller 1977), páginas 341 y ss. Asimismo ps. 405 y ss.

intereses” (Primero, 2010: 15)¹⁰. Con este concepto de educación --- se deja entendido que es la sociedad quien educa de acuerdo a sus necesidades.

El tipo de educación que se ha puesto en práctica en los últimos años es una educación sin rostro humano, deshumanizada, que carecen de virtudes, de moral y ética y deja de promover la consciencia de sí mismo. Son pocos —por no decir que ninguno— los programas educativos en los que se tome en cuenta la parte interior de la persona, en la que se conjunte al intelecto o razón con la parte sensible, con las emociones o sentimientos de la persona. Es importante replantear esta idea de conjuntar y valorar la parte sensible junto a la parte intelectual en los procesos de aprendizaje, enseñanza y relaciones personales para promover una buena educación.

La segunda manera de educación sentimental encontrada en los textos de Heller es similar a la primera, “diferenciada de la primera sólo por razones analíticas” (Primero, 2000: 83) pues se trata de la conformación que brinda el lenguaje sentimental, entendiendo como él a la capacidad que los sentimientos tienen de expresar, de poner en palabras, gestos, sonidos, ademanes lo que la persona siente. La gramática sentimental de las personas depende de la implicación que tenga con la sociedad, la manera en que se expresan los sentimientos depende del lugar en donde se esté. Hay territorios en donde se dice que las personas son muy “frías”, por el hecho de que no demuestren sus sentimientos, afectos o pasiones de la manera en la que otros podemos estar educados.

Esta gramática de los sentimientos depende de igual manera de nuestras redes de pertenencia; algunas familias hacen lo posible por tener relaciones afectivas sanas entre ellos, inculcando el hábito de mostrar cariño, aprecio hacia ellos mismos y crecen en un ambiente en donde los sentimientos tienen un gran peso, y este se ve irradiado posteriormente en las relaciones que establecen los miembros de esa familia. El lenguaje sentimental es muy importante dentro de la construcción de la personalidad de los “seres humanos singulares” (Heller 1977: 36), pues juega un papel importante

¹⁰ Puede obtenerse esta publicación gratuitamente en <http://spine.upn.mx>, así como todos los libros publicados por Primero Rivas y Mauricio Beuchot sobre la pedagogía de lo cotidiano.

en el sano desarrollo de la interioridad, del pensamiento y razonamiento de los agentes humanos. Pues al dejar que “afloren”, que salgan, que se expresen los sentimientos, la persona se faculta para sentirse libre y vivir en armonía psicológica y mentalmente.

La gramática y el lenguaje de los sentimientos se va construyendo desde la infancia; inclusive desde antes de que el niño aprenda a hablar, pues ha sido desde el principio de los tiempos una necesidad natural la de querer comunicar lo que siente la persona; podemos retroceder en el tiempo, incluso antes de la invención de la escritura o del habla, para percibir la necesidad sentida de comunicar siendo resultado de ello son las pinturas rupestres o los códices precolombinos; lo importante de este punto es que, entendiendo al lenguaje como necesidad de comunicación, podemos entender el porqué es tan importante expresar los sentimientos, pues como sucede con los impulsos, los afectos, los sentimientos orientativos, las emociones y los hábitos emocionales son indispensables para la preservación biológica y psíquica pues señalan una necesidad y por su propiedad son expresivos.

El tercer tipo de aprendizaje y enseñanza sentimental corresponde a la idea de que junto con la conformación cotidiana y la gramática sensible, los sentimientos deben ir acompañados de una distinción interna. ¿Por qué es necesaria este tipo de diferenciación? Con lo visto en la clasificación que hace Ágnes Heller de los sentimientos, se puede observar que al hacer una clasificación de las implicaciones se puede conocer lo que se siente, pues es más fácil identificar lo que pasa en nuestro mundo interior y al identificarlo se pueden moldear, transformar y educar los sentimientos, pues recordemos que son ellos quienes vinculan a la persona con la vida cotidiana, pues tienen la tarea de preservar bio-socio y psíquicamente a los seres humanos.

El conocerse a uno mismo faculta a la persona de herramientas que facilitan y apoyan la integración de la personalidad y su identidad y hasta algunos procesos de aprendizaje. E integra estas partes a la vida cotidiana, pues es en el día a día donde se puede observar si una persona se conoce a sí misma, qué tanto se conoce y la manera en que expresa lo que conoce de él mismo. Al conocer lo que diferencia los

sentimientos se puede tener un proceso mayor de desenvolvimiento en las relaciones sociales, pues es en ellas donde a veces la persona no sabe cómo demostrar lo que siente; hay personas que se alteran por cosas que a otras gentes le pueden pasar inadvertidas o que no alteran sus estados de humor. Al conocer la diferencia existente en nuestros sentimientos también se apoya la regulación interna y psico-biológica de la persona, pues sabrá identificar qué sentimientos se presentan ante “equis” implicación y sabrá qué hacer cuando “equis” se presente.

Al conocer las diferencias que existen en nuestro mundo interior se identifican más claramente los procesos sentimentales que la persona afirme y al tener una gramática sentimental lo más posiblemente completa, la persona puede vivir plenamente en la cotidianidad. Pues al no inhibir o confundir lo que siente se podrían evitar problemáticas existentes en la vida cotidiana, evitándose los problemas amorosos, las depresiones, la falta de respeto por uno mismo, paranoias, las relaciones familiares dañadas y demás problemas vividos en la actualidad.

La cuarta nota acerca de la educación de los sentimientos dice que “el aprendizaje de los sentimientos es múltiple y coincidente en sus varios niveles o factores, por lo que aprendemos en bloque, aunque después se separe lo introyectado.” (Primero, 2000: 80). Como se dijo en anteriores líneas la educación de los sentimientos es algo formado desde la infancia, dependiendo del tipo de sociedad en la que se desenvuelve la niñez; los sentimientos son partes inseparables de las personas por sus características innatas y naturales. Educar los sentimientos es un proceso complicado, pues al no ser *visibles* no se puede observar si se está haciendo de manera correcta, ni tampoco se pueden separar; se deben educar en conjunto, de manera natural. Esa formación y educación comienza en la casa, que es donde la niñez recibe sus primeras expresiones afectivas.

Posteriormente la persona, debido al crecimiento que presenta —igual de manera natural— va conformando su personalidad, que es un proceso en el que intervienen diferentes ámbitos del sí mismo, entre ellos la experiencia que ha acumulado a lo largo de su vida. Es en la adolescencia donde estos aprendizajes en la mayoría de las veces

juegan un papel muy importante, pues es en esta etapa donde la persona se debe reconocer como persona autónoma, como miembro de una sociedad que determina lo que siente, lo que piensa y lo que expresa. La educación sentimental recibida hasta este momento ha sido en bloque y ahora empieza a separarse, pues en esta etapa se crea la identidad y se estabilizan la personalidad y el carácter. Como resultado de estos procesos él o la adolescente empiezan a conformar su arquitectura sentimental, y se da el proceso de conformación de los hábitos sentimentales, que es donde los sentimientos, afectos o pasiones se separan, porque la persona elige los afectos que pasarán a formar parte de él, a cuáles les dará mayor importancia y cuáles no quiere sentir con frecuencia, es un proceso de madurez de la persona, en la que identifica y moldea su interioridad.

La quinta nota referida a la educación de los sentimientos que escribe Luis Eduardo Primero, sustenta que no es viable que se “superpongan sentimientos heterogéneos en la educación infantil (o en la re-educación de la persona) (Primero, 2000: 84). Es indispensable para todo proceso de enseñanza-aprendizaje que los contenidos que se le presenten a la persona que se quiere formar, tengan una continuidad y sean claros, así sucede con la formación de los sentimientos, pues se debe enseñar a trabajarlos de forma nítida y consciente. Ocuparse en la educación sensible supone adentrarse a la parte íntima de la persona, a una parte que muchas veces no le gusta tocar y de la que muchas veces se tiene ignorancia.

Los sentimientos como se ha expuesto a lo largo de la presente tesis para optar al título de Licenciado en Pedagogía, son diferentes los unos de los otros y hay diferentes maneras de expresarlos y de sentirlos; por tanto es complicado que no se presenten como heterogéneos, pues hay una gran variedad de sentimientos y jamás la persona está frente a un único sentimiento, sino que se enfrenta a una cantidad impresionante de estados sentimentales que afectan o apoyan sus procesos de aprendizaje. Lo más que se puede hacer y es necesario realizarlo, es identificarlos, pues al saber la persona construye su conocimiento.

La sexta nota de educación sentimental encontrada en los trabajos de la filósofa dice que “debemos aprender a coexistir con nuestros propios hábitos emocionales, para evitar un conflicto permanente con uno mismo, un sentido permanente de culpa o una forma de vida in-auténtica.” (Primero, 2000: 84). Como se afirmó anteriormente, los hábitos emocionales son elementos definatorios de la experiencia sentimental, es decir, que son los sentimientos que la persona conoce y siente con mayor frecuencia, los que moldean su personalidad, carácter y psicología; en pocas palabras: su arquitectura sentimental. Es por tanto necesario e importante que se enseñe y se aprenda a estar en armonía con ellos, con los sentimientos que guían y orientan a la persona.

Es necesario, como dicen las líneas anteriores, aprender a coexistir con nuestros propios hábitos emocionales, pues son ellos los que regulan las relaciones sociales que todo individuo como miembro de una sociedad debe crear. Es aquí, donde la *hermenéutica del sí* debe presentarse, pues se debe hacer una interpretación de sí mismo para conocerse, pues si una persona se desconoce está perdida y desaprovecha el sentido de la vida. Es por tanto que se debe apostar por una educación que fortalezca el conocimiento de uno mismo.

El penúltimo aspecto de educación sentimental hace énfasis en poner atención en crear habilidades para la conservación de los sentimientos, de las implicaciones y en especial, de las emociones. Pues como se ha manejado, los sentimientos y emociones se diferencian los unos de los otros debido al tiempo de duración de cada uno de ellos, pues “las emociones, en forma muy parecida a un jardín, requiere un cultivo continuado; riego si se prefiere.” (Primero, 2000: 84) En esta tesis no se le quita el valor a las emociones, pues son parte inseparables de los sentimientos y que también deben ser tomados en cuenta en el proceso de intelección. Esta metáfora escrita por Luis Eduardo Primero Rivas, sirve para poner de manifiesto la importancia de cuidar y valorar la vida afectiva, pues igual que las flores sirven para adornar la vida cotidiana de los seres humanos.

Los sentimientos, afectos, pasiones e implicaciones se van moldeando a lo largo del proceso de crecimiento y maduración de la persona; son los hábitos sentimentales los

que se van creando como resultado de la experiencia efectiva de las personas y pertenecen a la dinámica de la vida cotidiana. Por ello se deben crear dentro de la educación de los sentimientos estrategias para que lo que sentimos perdure un tiempo considerable; sería más sano que los sentimientos que perdurarán mayor tiempo fueran los sentimientos positivos como la felicidad, el amor, la satisfacción, la alegría. Es más adecuado trabajar sobre sentimientos estables en el tiempo, vínculos, conexiones que forman parte de la persona enriquecida.

Es tarea de los padres, de la familia, de los profesores y hasta de la sociedad crear los espacios necesarios para que los sentimientos sean más estables, lo que permitiría la estabilidad emocional y de suyo, buenos ambientes emotivos. Con una estabilidad emocional las personas podrían vivir mejor, más felices, menos estresadas y entablarían mejores relaciones en todos los ámbitos de su vida. Una estabilidad sentimental es lo que a veces le cuesta más trabajo a la persona de lograr, una estabilidad de este tipo da a conocer una persona estable en todos los aspectos de la vida, pues los sentimientos tienen una relación inmediata con los demás procesos con los que se implica la persona.

La octava y última nota de educación sentimental que escribe Primero Rivas en el libro *¿Cuál Ágnes Heller?* contiene la afirmación de que “debemos tener una conveniente «gestión doméstica de los sentimientos» que en lo más deseable puede ser la antesala para una gestión social de ellos.” (Primero, 2000: 84) La gestión de los sentimientos en la vida cotidiana se podría lograr a través de una educación en la que se trabajará con la pedagogía de lo cotidiano, pues este tipo de pedagogía hace referencia a un proceso basado en la construcción humana. Este *desarrollo* humano puede tener diferentes formas y posibilidades que deben ser tomadas en cuenta para que los sentimientos puedan apreciarse y expresarse con total naturalidad, claro, sin ser psicológicos o impulsivos, sino incluir en ellos un proceso de intelección y razonamiento.

La educación de los sentimientos es una asignatura hasta hoy pendiente, aunque se han hecho muchas investigaciones y se ha aportado gran cantidad de información

sobre cómo funciona la vida interna de la persona, como las que se presentaron en el capítulo 1 del presente trabajo, todavía no se genera la consciencia de lo importante que es este tipo de educación, pues los sentimientos son una parte inseparable de la persona, un factor constructivo e inherente. Los apuntes que se han tomado en cuenta permiten una mayor comprensión de la temática, poniendo interés en el autoconocimiento, en el cuidado y comprensión de uno mismo. Se piensa necesario un tipo de educación así para lograr una adecuada estabilidad sentimental de los seres humanos, estabilidad hasta ahora inexistente en la mayoría de las personas. El conocer e identificar la clasificación de los sentimientos, saber las funciones que desarrollan y las habilidades que se podrían desplegar a partir del buen uso de ellos sirve para no dejar de insistir en una educación del nivel sensible de las personas. Se ha apostado por diferentes modelos educativos que no han rendido frutos, pues la educación actual, la pedagogía actual en vez de humanizar, deshumaniza. Estamos a tiempo de crear consciencia y generar estrategias para un sano desarrollo de la persona, pero que este desarrollo sea de manera integral, basta de mirar al ser humano sólo exteriormente, es importante verlo y educarlo desde su interioridad.

Capítulo III: ¿Por qué a comienzos del siglo XXI la Educación de los Sentimientos es adecuada?

“Tomar en serio los sentimientos significa tomar en serio a los demás y también a nosotros mismos en cuanto a personas”
(Ulich, I. 1982)

3.1 Política Pública y ¿la educación integral?

Al menos desde comienzos del siglo XXI se ha escuchado hablar y se ha escrito también demasiado sobre la llamada “educación integral”, sin embargo, son pocas veces en las que se define a estas palabras, pues al ser parte de nuestra cotidianidad

no nos detenemos a pensar demasiado en lo que significa; es por tal motivo por lo que se pretende iniciar este capítulo respondiendo la interrogante: ¿Qué es la educación integral?

Según el *Glosario de la teoría de la educación* se la define como: “Educación que integra y armoniza todos los procesos educativos particulares en una formación de todas y cada una de las capacidades del ser humano de forma integradora.” (Glosario de la Teoría de la Educación, 2011.). Como se puede interpretar la educación integral, como su nombre lo indica, constituye los aprendizajes que la persona logra obtener; es la educación que contempla la totalidad de las funciones humanas, tales proporciones pueden provenir desde la interioridad de la persona, hasta la parte exterior de la misma.

Con lo anterior se entiende que la *educación integral* debería tomar en cuenta la interioridad humana; hay diversos autores y hasta planes y programas educativos que promueven este tipo de educación, pero se les olvida incluir dentro de ella una parte inherente de la persona, es decir, los sentimientos, pasiones o emociones. No se puede educar integralmente a la persona si se deja de lado una de sus características más naturales: la de sentir. Nos conectamos e implicamos con el mundo que nos rodea en cada momento; hay veces que la persona no sabe qué está sintiendo, pero se vincula y por tal motivo la educación integral tendría que incluir este ámbito importante de la persona.

Uno de los objetivos que se pretende resaltar con este tipo de educación “*integradora*” es que los alumnos que aprendan bajo este modelo educativo, y para ello deberán ser atendidos en todas las dimensiones de su personalidad, aprovechando el máximo de sus posibilidades. Contingencias que responden a las necesidades internas y externas de las personas, pues como se ha trabajado a lo largo de la presente tesis, conocer lo que siente la persona permitirá que se desarrolle un lenguaje que ayudará a interpretar lo que desde la interioridad se necesita, un lenguaje para interpretar y poner en palabras lo que a veces no se entiende y no se sabe interpretar. Por mi experiencia puedo decir que en la educación es necesario un espacio para que los alumnos

conozcan lo que sienten, y creen una gramática sentimental, pues como en toda relación humana el proceso de enseñanza-aprendizaje se ve teñido de una fuerte carga sensible que los alumnos arrastran desde sus hogares, gravamen que se debe atender en la práctica educativa real.

En las últimas décadas en nuestro país se ha enfatizado la importancia de promover una educación integral, una educación que incluya a la persona total. Desde los procesos cognitivos, sus pensamientos, costumbres y, por supuesto, a la dimensión afectiva. En los hechos, sin embargo, parece que no hemos tenido los elementos conceptuales, metodológicos y de actitudes suficientemente claros para saber cómo hacerlo, pues la parte afectiva sólo se queda en el papel, pues no se ha impulsado una estrategia adecuada para trabajar con este aspecto de la persona, o bien, los programas que tienen esta tarea, no tienen claro sus objetivos, lo que ocasiona un mayor desconocimiento de la persona sobre sí.

Actualmente en el Plan Nacional Desarrollo (PND), publicado para el sexenio 2013-2018, en el rubro “México con Educación de Calidad” hace referencia que en México es fundamental una educación integral, una educación que tome en cuenta al mundo afectivo:

En el mundo se ha demostrado que los países que logran una apropiación social del conocimiento, aceleran el crecimiento económico en forma sostenida e incrementa la calidad de vida en su población. Es fundamental que México sea un país que provea una educación de calidad para que potencie el desarrollo de las capacidades y habilidades integrales de cada ciudadano, en los ámbitos intelectual, afectivo, artístico y deportivo, al tiempo que inculque los valores por los cuales se defiende la dignidad personal y la de los otros. (PND, 2013: 59)

El discurso político se presenta de una manera atractiva, hace pensar que se emprenderán acciones para conseguir la calidad de la educación, una educación integral, que articula el lado intelectual con el mundo afectivo. Este ideal de trabajar conjuntamente los ámbitos intelectuales, artísticos, deportivos y afectivos sólo son parte de la política pública, porque en la realidad no se hace está articulación, la parte intelectual es la que más se trabaja, se crean planes y programas educativos para

atender al mayor número de personas que demandan este derecho, sin embargo la educación que se recibe dista bastante de la planteada en la política pública. Ninguna escuela de educación básica, media superior o superior cuenta con programas curriculares que atiendan la parte afectiva o interna de las personas.

En el Plan Nacional de Desarrollo se especifica cómo se atenderán las necesidades intelectuales, buscando que los estudiantes transiten hacia la *sociedad del conocimiento*, por lo que se propone “implementar políticas de Estado que garanticen el derecho de la educación de calidad para todos, fortalezcan la articulación entre niveles educativos y los vinculen con el quehacer científico, el desarrollo tecnológico y el sector productivo.” (PND, 2013, 59) De igual manera se hace referencia a la cultura y al deporte, pues la cultura coadyuva al desarrollo del potencial intelectual, mientras que el deporte, además de mantener a la población saludable, es el responsable de la cohesión social, por tal motivo son un “objetivo fundamental” en el PND y se les dará un gran impulso por sus implicaciones positivas dentro de la sociedad. (PND, 2013, 60) En pocas líneas se olvidó el ámbito afectivo, pues después de mencionarlo como un aspecto dentro de la educación integral, pocas líneas más adelante ya no se hace referencia a los afectos, no se especifica explícita ni implícitamente la manera en que se trabajará este aspecto en la educación.

El ya mencionado Plan Nacional de Desarrollo promulgado para ser la guía del país en los próximos seis años (2013-2018) fue planteado basado en el *modelo de competencias* que utiliza la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económicos (OCDE) en países latinoamericanos para que exista un crecimiento económico y se dé un desarrollo del comercio y de esta manera, “asegurar” el desarrollo sustentable del país. Sin embargo, las políticas educativas que se han implementado lejos de aportar una mejora a la realidad escolar, crea mecanismos de desigualdad ya que los proyectos aplicados no corresponden a la realidad del sistema escolar; se debe dejar de imitar modelos educativos de otros países y ver la realidad de México, atendiendo sus necesidades y teniendo en cuenta al mayor número de personas que en este momento se encuentran sin educación.

No sólo se tiene que hacer referencia a una educación integral y a la necesidad de una educación de los sentimientos en los planes y proyectos públicos; se tiene que llevar a la realidad, ponerse en práctica, buscar las herramientas que permitan desarrollar estas potencialidades, “es necesario buscar, rescatar y desenmascarar las emociones y los sentimientos plasmados o camuflados que subyacen en los discursos y textos de los planes, proyectos, programas y documentos educativos: legislación, currículo y recursos didácticos” (Mahumud, 2012: 18). Una educación de los sentimientos, emociones o virtudes también es una necesidad social, tienen fuertes componentes sociopolíticos y es importante en todos los campos de la ciencia de la educación.

Entraríamos dentro de los estudios de los sentimientos y el lenguaje, de los sentimientos y la ideología, de los sentimientos como elementos de la estructura social, de los sentimientos como herramientas de enseñanza y aprendizaje y como instrumentos de la socialización política. Estaríamos analizando en cierta medida, la transmisión y el uso político, social y educativo de “patrones del sentir” y nos pondríamos en guardia ante el nuevo sector emergente de la industria de los sentimientos. La educación sigue siendo, al fin y al cabo, un hecho social, y nos interesa desenmascarar en particular esas “formas de sentir” que se aplican, transmiten, ¿imponen? y no se le habrían ocurrido espontáneamente al niño, pero que inciden y moldean su identidad personal y colectiva. (Mahamud, 2012: 18)

La UNESCO en el documento llamado: *La Educación encierra un tesoro* señala la necesidad de que los logros de los estudiantes vayan mucho más allá de los aspectos cognitivos. En este documento, esta organización plantea “los pilares del aprendizaje” entre los cuales se reconoce el de *aprender a aprender, aprender a hacer, aprender a convivir* y *aprender a ser*. Estos postulados son la clara muestra de que en la educación es necesario emprender nuevas estrategias para desarrollar totalmente las habilidades de las personas. No obstante, podría agregarse un quinto pilar: *aprender a sentir, identificando nuestras emociones*.

Los modelos educativos en México para la educación media superior —que es la que interesa en la presente reflexión— son diversos; el modelo educativo que en este trabajo interesa es el del Colegio de Ciencias y Humanidades (CCH) Plantel Sur, pues la investigación de campo se llevó a cabo en dicha Institución perteneciente a la

Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Los postulados del CCH, responden según sus directivos a los “requerimientos del siglo XXI”, y son en cierta manera, similares a los planteados por la UNESCO. Su modelo educativo propedéutico prepara a los estudiantes para ingresar a la Licenciatura con conocimientos necesarios para la vida profesional; sin embargo no hay una preparación para la vida. Sí sólo se prepara a los estudiantes para que los conocimientos que reciben deban ser llevados al ámbito profesional, se está olvidando la parte humana de las personas, lo que ocasiona un desconocimiento de sí, una auto-ignorancia.

Por mi experiencia puedo decir que el Colegio de Ciencias y Humanidades, al igual que otros centros de aprendizaje también carecen de espacios curriculares para atender la educación de los sentimientos, emociones, afectos o pasiones. Y que su dinámica diaria no va de la mano con su modelo educativo basado en los postulados: aprender a aprender, aprender a hacer y aprender a ser, lo que permitirá al estudiante:

Desarrollar actitudes y habilidades para adquirir conocimientos, ser capaz de obtener y jerarquizar información, desarrollar los principios de una cultura científica y humanística, tener iniciativa y capacidad para informarse, mantener una relación de respeto con su entorno, así como prepararlo como ciudadano comprometido con la sociedad y el país. (UNAM, 2015: s/p)

El modelo de *aprender a aprender* sitúa al estudiante como el actor central del proceso educativo, en el que intervienen procesos meta-cognitivos, habilidades *complejas* de conocimiento y la autoestima, en este modelo es necesaria la auto-regulación académica. El alumno debe ser parte activa de su propio aprendizaje, intervenir en él y ser capaz de formular nuevos conocimientos a partir de los previos, y no sólo se hace referencia a las cuestiones académicas. Este modelo permite al estudiante formarse un pensamiento crítico en la vida escolar y en la cotidianidad.

El *aprender a hacer* es la parte de este modelo donde se pretende que el estudiante sea capaz de leer todo tipo de textos, escribir sus ideas de manera clara, cuidar su cuerpo y diferentes cuestiones prácticas donde ponga de manifiesto todos los conocimientos adquiridos en el Colegio; este proyecto educativo surge como una necesidad de contraponerse al enciclopedismo que en esos tiempos predominaba; se

pensaba este modelo como una propuesta educativa distinta, en donde se podría “educar más y mejor” a la población.

El postulado de *aprender a ser*, es el que podría rescatarse en el presente trabajo, pues este axioma hace referencia a los valores aprendidos en el Colegio, esos valores como la integridad, la vida saludable, el desarrollo de la personalidad, la creación de una identidad propia, un cuidado y conocimiento de uno mismo, y la autorrealización, *valores* personales que fomentan la autorrealización. El *aprender a ser* es la parte de poner en práctica todos los conocimientos, una puesta en práctica desde la interioridad humana para tener un bienestar como persona, un bienestar académico y personal consigo mismo. Sin embargo, el postulado de *aprender a ser* es al que menos importancia se le da dentro del Colegio, pues los profesores son pocas la veces en que enseñan a sus alumnos a conocerse, a sentirse bien con lo que están haciendo, a desarrollar adecuadamente su identidad y posteriormente su personalidad. Los profesores se dedican en su mayoría a los contenidos intelectuales, contenidos que carecen de sentido sin el acompañamiento de una sana salud sentimental.

El Programa Institucional de Tutorías (PIT) del Colegio de Ciencias y Humanidades, es el encargado de tener una relación directa con los profesores que fungen como tutores de diferentes grupos; la coordinación que dirige dicho Programa es la que se preocupa un poco más por el postulado de *aprender a ser*; dicha coordinación prepara material para que los alumnos conozcan sobre el conocimiento de uno mismo, crean herramientas para que los alumnos definan sus metas académicas y personales que benefician no solo la vida académica, sino también la personal; uno de los objetivos del programa es *asegurar el bienestar personal de los alumnos*. El problema es que las tutorías no son un proyecto curricular. Por tal motivo es que muchos alumnos no asisten a las reuniones de tutoría, y muchos más no tienen asignados a sus tutores lo que ocasiona que el postulado de *aprender a ser* no sea atendido en su totalidad.

Los planes y programas hacen referencia a una educación integral en la que las personas sean atendidas en su totalidad, desde la interioridad hasta los procesos externos que los adolescentes viven día con día, procesos que intervienen y están

presentes en el aula y en el proceso de enseñanza-aprendizaje; los alumnos y los profesores sienten en todo momento. El sentir, el implicarse con la realidad, es algo de lo que no se puede escapar nadie, pues por naturaleza somos seres sensibles, esto es algo que no deberían olvidar. Los profesores se dedican simplemente a educación intelectual, sabemos su importancia pero si no va de la mano con una educación de los sentimientos servirá de poco, pues para lograr los objetivos —comunes en la vida académica— importa mucho una adecuada formación sentimental, pues muchos de los fracasos escolares, en el rendimiento y en la atención de los alumnos, es originado precisamente por desestabilidad emocional o una afectividad fracturada consigo mismo.

Abordar la educación de forma integral sólo es posible si contemplamos junto al mundo de la razón, el mundo de las emociones y los sentimientos. Nuestra sociedad, la sociedad de la información, la diversidad y la globalización es una sociedad que favorece la inmediatez y, por el contrario, no ayuda al desarrollo espontáneo de la reflexión y la razón, por lo que los procesos cognitivos-rationales deben seguir siendo objetivos fundamentales, educativa y pedagógicamente. Sin embargo, no es suficiente con integrar tales desarrollos y conocimientos puesto que es necesario hacer lo mismo con los que se refieren al mundo de los sentimientos. El aprendizaje humano no puede explicarse sin hacer referencia a ambos, que deben concebirse como integrantes de la acción humana en su acepción más amplia y de la interacción social y comunicativa que como sujetos mantenemos con el medio y los otros. (Tey, 2006: 5)

Trabajar solamente la parte intelectual de las personas no necesariamente es una educación integral, pues para que la educación pueda concebirse como tal, se debe tomar en cuenta otros ámbitos importantes de las personas, como son los sentimientos, emociones o afectos; sí se pretende que las personas vuelvan a ser virtuosas se necesita educar en una triple vía, que sería la educación intelectual, la educación moral y por supuesto la educación de los sentimientos; si la educación siguiera esta triple vía, las personas serían educadas en totalidad, desde la interioridad que sería los sentimientos, reforzadas con los componentes sociales que brinda la moral y tener una adecuada formación intelectual. Los seres humanos tendrían herramientas para vivir de la mejor manera posible, en tanto la suma de las

educaciones dichas, les facultarían una buena formación instrumental o pragmática: para la acción y el trabajo.

La educación de los sentimientos es necesaria e importante en la educación integral y debería ser compromiso de los docentes y directivos de toda Institución educativa dar a conocer a los alumnos esa dimensión personal, humana e interna, pues al conocerla, se puede actuar adecuadamente en la vida académica y cotidiana de las personas. Conocer lo que se siente permite que los alumnos utilicen adecuadamente sus sentimientos, de manera que estos puedan apoyarlos positivamente en la toma de decisiones, en la consecución de logros académicos y personales. Una educación del nivel sensible de la persona permite que los alumnos se conozcan y posean habilidades necesarias para su pleno desarrollo y así comprendan y valoren los sentimientos que se relacionan con las diversas situaciones en las que se implica la persona día con día, lo que al mismo tiempo permite que la persona aprenda a cómo vivir y expresar adecuadamente lo que siente él y las personas que lo rodean.

Como se sabe durante la infancia es cuando las personas aprenden a expresar sus sentimientos y emociones. Hay ocasiones en que por diversas circunstancias de la vida la niñez deja de recibir una adecuada formación sentimental por parte de sus padres, pero la sociedad también juega un papel muy importante en este proceso de aprendizaje y de moldeamiento de la sensibilidad, pues cada sociedad como se señaló, enseña la manera en que sus habitantes deben expresar sus sentimientos, y bajo qué circunstancias.

Las Instituciones Educativas deben tomar cartas en el asunto, pues no es posible hablar de una educación integral sino se incluye dentro de esta el nivel sensible de la persona, la interioridad y los procesos afectivos que los alumnos viven en las instalaciones educativas y fuera de ellas. Muchos de los fracasos escolares se debe a la falta de espacios para que los alumnos expresen y canalicen de forma correcta lo que están sintiendo; al conocerse a uno mismo se tiene la oportunidad de salir adelante ante diversas circunstancias negativas de la vida y encauzar los esfuerzos para que los estudiantes puedan tener una buena calidad de vida. Al conocer lo que se siente y

conocer las alternativas de expresión de estos podemos lograr que los estudiantes adquieran la habilidad de discernir entre las cosas buenas y las malas, buscando la manera de sacar lo que siente de forma positiva: haciendo ejercicio, practicando un deporte, potenciando sus habilidades en pintura, arte, o algo que a los estudiantes los guste y los lleve a canalizar sus sentimientos negativos a acciones positivas¹¹.

En el modelo de educación integral uno de los objetivos principales tendría que ser educar a la persona en su totalidad, con una actividad que no sólo quede en un ideal, sino que en la práctica educativa diaria ese objetivo este presente; no se puede seguir hablando de una educación integral que no incluya la parte afectiva de la persona, hacer referencia a este tipo de educación y no incluir los sentimientos es un gran error, pues la finalidad de este modelo es desarrollar y potenciar las habilidades de la persona en su totalidad, y si se quieren potenciar todas las habilidades se deben tomar en cuenta tanto las intelectuales, las morales y las afectivas.

¿Por qué es necesaria una educación de los sentimientos? Porque como se dijo anteriormente con ellos percibimos de manera inmediata la realidad, y si no están bien encauzados, pueden engañarnos lo que ocasiona un desconocimiento de la realidad y de uno mismo.

3.2 La adolescencia como etapa de desarrollo de la personalidad afectiva.

La presente exposición obedece a la necesidad de contribuir a la educación integral de los estudiantes del Colegio de Ciencias y Humanidades (CCH) Plantel Sur, donde la mayoría de estos se encuentran en la adolescencia. En la práctica cotidiana se ha observado en reiteradas ocasiones que uno de los obstáculos en el sano desarrollo académico de los estudiantes es ocasionado por problemas sentimentales o afectivos

¹¹ En este punto recomiendo revisar el capítulo tres del libro *La filosofía de la educación en clave postcolonial* (Primero y Beuchot 2015b), titulado “Educar en los sentimientos, las emociones y pasiones: avances para una filosofía de la educación onto-antropológica”, que hace especial hincapié en los sentimientos negativos. Este libro puede obtenerse gratuitamente en <http://spine.upn.mx>

propios de la etapa en que están viviendo, tales problemáticas afectan la manera en que los estudiantes aprenden y se relacionan con sus compañeros.

Las anomalías de la afectividad son a veces imperceptibles, pero reales. Esto se puede ver en el aprendizaje, en el cual influye la afectividad. Esto lo tienen que saber los profesores evitando refugiarse en la llamada educación “intelectual” (que en realidad suele reducirse a mera información, asociación de datos, o mero aprendizaje de técnicas). Sin embargo, aun para lograr esos objetivos a los que se suele reducir la educación intelectual, importa mucho una normalidad afectiva, ya que se sabe que muchos fracasos en el rendimiento escolar de niños y jóvenes tienen precisamente como origen una desestabilidad emocional, o una “afectividad descolocada”. (Castilla, 2003, p.34)

Como se ha sostenido a lo largo del presente trabajo, el proceso de formación del carácter y la personalidad comienza desde la infancia, pero es la adolescencia la etapa en que la persona se enfrenta al proceso de decidir y definirse completamente. Durante esta etapa el adolescente se encuentra en proceso de la búsqueda de identidad, y en la configuración de su carácter y personalidad. Es necesario que los profesores, así como el sistema educativo mexicano, consideren las características del desarrollo del adolescente al momento de plantear los planes y programas, e incorporar dentro de las aulas una comprensión mayor de esta etapa; sería fundamental que a la par de lograr una comprensión de la vida adolescente se alcanzara una comprensión de la importancia de intervenir afectivamente dentro de ella, pues como se verá más adelante, es en esta etapa donde los sentimientos, emociones y afectos están a *flor de piel*, pues los estudiantes en ella viven un proceso de transición hacia las formas de comportamiento personal y social propias de la vida adulta.

El tema de la adolescencia es y siempre ha sido un contenido fundamental para quienes nos dedicamos al ámbito educativo, pues representa un punto de partida en la práctica docente debido a las necesidades y características específicas de los adolescentes; trabajar con adolescentes sería complicado si no se entendiera esta etapa del desarrollo humano. En esta etapa las personas empiezan a establecer una identidad personal, emprenden a desarrollar procesos de pensamiento más complejos dignos de la vida adulta a la que aspiran ingresar, logran la madurez sexual —en el

sentido biológico— y tienen la necesidad urgente de ser parte de un grupo de pares que los acepte y con el cual se sientan identificados.

Para tener una mayor comprensión de la etapa del desarrollo humano denominada *adolescencia*, en las siguientes líneas se pretende desarrollar lo que algunos autores definen y clasifican dentro de esta etapa.

La palabra adolescencia proviene del latín *adolescere* que significa “crecer” o “crecer hacia la madurez”. De acuerdo con el Instituto Mexicano de Orientación Vocacional y Profesional (IMOVO) “La adolescencia es una etapa de transición de la niñez hacia la vida adulta, período en el cual el niño alcanza la madurez sexual pero no asume los roles ni las responsabilidades que acompañan la condición de adulto.” (IMOVO, 2010: 4) Esta etapa entraña cambios mentales, físicos y emocionales que toda persona adulta tuvo que vivir, pues son parte del proceso de crecimiento.

No existe una definición de adolescencia aceptada internacionalmente, por tal motivo diferentes Organizaciones o Instituciones Internacionales tienen sus propias definiciones, tal es el caso de la Organización Mundial de la Salud (OMS) que la define como “La etapa que transcurre entre los 10 y 19 años, se consideran dos fases: (1) adolescencia temprana 10 a 14 años y, (2) adolescencia tardía 15 a 19 años”. (OMS, 2001: s/p.) Por su parte las Naciones Unidas establecen que los adolescentes “son personas con edades comprendidas entre los 10 y los 19 años.” (UNICEF, 2011). Como se puede observar, ambos Organismos Internacionales comprenden a la adolescencia entre los 10 y 19 años de vida, la OMS hace referencia a dos tipos de adolescencia, lo que otros autores podrían llamar pubertad, que sería el periodo comprendido entre los 10 y los 13 años, y la adolescencia propiamente dicha abarca la edad comprendida entre los 14 y los 19 años. La mayoría de los estudiantes de Bachillerato no sólo del Colegio de Ciencias y Humanidades comprenden estas edades que conforman la segunda década de la vida humana, lo que los ubica en una de las etapas vitales más críticas y vulnerables.

Durante esta etapa de la vida la persona sufre cambios a nivel físico, pero también cambios internos, pues se encuentra en la etapa de construcción de su identidad y personalidad. Ésta se construye a partir del registro de la experiencia que la persona ha obtenido en la realidad; la personalidad interviene de manera implícita en el proceso de construcción de la identidad adolescente, pues al hacer el registro de las actividades que a la persona le gusta o le disgustan se va moldeando el nivel sensible de la personalidad; se conoce por tal motivo las cosas afines a la persona y las cosas que le disgustan o aborrece, para el adolescente es urgente encontrar un grupo en el que se sienta comprendido, valorado y aceptado.

La vida de los adolescentes es complicada y necesita ser entendida en toda su dimensión, los cambios sentimentales y emocionales que sienten drásticamente son producto de los cambios hormonales que viven, pues la transformación física va acompañada de cambios biológicos diferentes en los hombres y las mujeres; a los cambios físicos y hormonales a los que se enfrentan, debemos agregar las tareas que deben realizar tales como: despedirse del pasado infantil para vivir sus cambios presentes y orientarse hacia el futuro como adultos miembros de una sociedad que exige y va de prisa, asumir una nueva imagen corporal, desligarse de su familia, elegir un compañera o compañero amoroso, lograr una autoestima positiva, generar un proyecto de vida presente y futuro que los integre en la comunidad adulta. Para lograr esto, se apoyan en lo que la realidad social les ofrece, en sus vínculos emocionales y en su fantasía.

Es por eso que en esta etapa de la vida los adolescentes pasan la mayor parte del tiempo con sus amigos o compañeros de clase y no con su familia, eso sin contar las horas de estudio. El joven adolescente la mayoría de las ocasiones se siente incomprendido por sus familiares o sus mayores y está en constante agresión por defender lo que él cree sano, adecuado y correcto para su desarrollo y que muchas veces va en contra de lo que sus padres, familiares, profesores o la sociedad le exigen y proponen. Esta incomprensión que siente el sujeto por parte de sus familiares a veces crea una inestabilidad emocional, por lo que el adolescente se ve necesitado de

encontrar un grupo que lo “*acoja*” y lo haga sentir comprendido. Esta búsqueda de un grupo de pares es necesario en el desarrollo de la identidad y personalidad, pues en esta exploración de identidad el sujeto puede hallar diversos grupos que lo quieran integrar a sus redes de pertenencia, pero si la persona no encuentra lo que busca sigue en el proceso de descubrimiento hasta llegar al grupo con el que verdaderamente se sienta identificado y comprendido; esto en el mejor de los casos, pues hay adolescentes que por su urgencia de pertenencia moldean completamente su personalidad ¿con proporciones negativas o dañinas?. Es responsabilidad del adolescente encontrar un grupo en el que se sienta pleno y con confianza de mostrarse como es.

La adolescencia como parte del ciclo de vida, es un periodo donde las personas experimentan diversos cambios tanto en su desarrollo físico y biológico, como en el psicológico, en sus relaciones familiares y sociales, además de las escolares. Todos estos factores pueden generar una serie de problemas ya sean emocionales o de conducta que es necesario sanar para que el adolescente pueda tener un desarrollo armónico de manera integral. Una educación de los sentimientos en esta etapa de la vida coadyuvaría en el proceso de conformación de la identidad y la personalidad, una educación del nivel sensible pensada para los adolescentes, conduciría a un conocimiento de uno mismo y por consiguiente a entender a los otros.

Existen tres ámbitos en donde la adolescencia genera más cambios y ellos son el biológico, el psicológico y el sociológico. En el ámbito biológico el adolescente presenta mudanzas físicas como consecuencia de la maduración sexual que conlleva una serie de transformaciones diferentes en los hombres y en las mujeres; para la mayoría de los varones es más fácil aceptar estos cambios ya que representan socialmente el convertirse en un “*hombre hecho y derecho*”. Entre los cambios más visibles se presenta el ensanchamiento de hombros, el engrosamiento de la voz y la aparición de vello, barba y bigote. Para las mujeres en cambio el proceso de dejar de ser niñas es uno complicado que genera inestabilidad, pues para ellas es difícil aceptar los cambios a nivel físico y hormonal. El proceso psicológico es señalado como un período

prolongado de adaptación, el cual es determinado cultural, política y económicamente, pues cada sociedad rige las reglas de comportamiento que se deben seguir. Sociológicamente el término se refiere al período de transición entre la niñez dependiente y la edad adulta autónoma, proceso complicado al que se debe hacer frente.

Los sentimientos y emociones juegan un papel fundamental en las relaciones que se establecen en esta edad, pues es donde las personas viven sus primeras relaciones amorosas más intensas y un poco más estables, junto con la maduración biológica surge la maduración sexual y por ende, el deseo propio.

Durante este periodo se establecen los primeros grupos de pares bien definidos en donde la persona pertenece por gusto y satisfacción; en esta etapa también se establecen relaciones de amistad fuertes y cimentadas, lo que da paso a las primeras relaciones amorosas por la necesidad de los adolescentes de amar y ser amados, al establecerse estos tipos de relaciones el impulso sexual y el sentimiento de amor da paso a que inicie la actividad sexual, los adolescentes empiezan a conocer su cuerpo y sienten el deseo de conocer el del sexo opuesto, o el de su mismo sexo en otra persona, dependiendo de las preferencias que se tenga. Esta tarea de definir las preferencias sexuales es propia de la adolescencia. Con el despertar a la vida sexual activa también aparecen otras responsabilidades que los adolescentes deben aprender a manejar de manera inmediata, tales como el cuidado de su salud previniendo infecciones o enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados, abortos por parte de las chicas y demás responsabilidades que trae consigo la vida sexual. Una educación de los sentimientos permite que los jóvenes conozcan su cuerpo en sincronía con la sensibilidad que este emite.

Luis Eduardo Primero y Mauricio Beuchot Puente en el libro: *Desarrollos de la Nueva Epistemología* hacen referencia a esta etapa de la vida, escriben que el adolescente:

El adolescente se arriesga en sus construcciones senso-simbólicas, en sus acciones, y asume riesgos de grande magnitud., pues cree que es invulnerable e impermeable: *no le va a pasar nada*. Él no saldrá herido, o ella no se embarazará.

Incluso, quizá, podrá concebir que solo serán amigos, estando a salvo de enamorarse. Es indeciso, inseguro. A pesar de las dudas, las impugnaciones, las fantasías y la temeridad, el adolescente aún carece de seguridades, de recursos consolidados —experienciales, sensibles, intelectuales y referenciales—, y esto lo conduce a la inseguridad e inconstancia. Puede ilustrarse esto con manifestación civil contra la guerra y a favor de la paz, donde los adolescentes participantes, se ponen violentos, arrojan piedras y pueden agredir el entorno o a terceros. (Primero & Beuchot, 2015: 72)

Los adolescentes como se puede interpretar de las líneas anteriores, asumen riesgos, pero al mismo tiempo no tienen o no alcanzan a vislumbrar las consecuencias de sus actos, lo que conlleva diferente tipo de peligros no solo para él, sino para las personas que lo rodean. El adolescente asume estos compromisos por la necesidad de satisfacer su curiosidad; esta curiosidad por hacer está íntimamente ligada con la experiencia, pues a su corta edad el adolescente no ha tenido la oportunidad de llevar a la práctica lo que ha imaginado, lo que ha deseado hacer y no se le ha dado la oportunidad de realizar. La curiosidad es incitada inconscientemente desde las perspectivas adultas que la persona se crea desde la infancia, y que deben ser llevadas a cabo para satisfacer la necesidad de ingresar al mundo adulto. Siguiendo en los planteamientos de los autores citados anteriormente, el pensamiento adolescente es cuestionador y creador. Cuestiona las verdades de sus mayores y a partir de lo rechazado crea verdades para él. De esta manera el adolescente aunque ya es capaz de formular un pensamiento formal, se limita a seguir con su pensamiento infantil, es decir, mezcla el pensamiento formal con el egocentrismo propio de la infancia, lo que le permite crear mundos de fantasía por voluntad, deseo y capricho.

La adolescencia es una etapa del desarrollo humano que se ha llenado de estereotipos, mitos y demasiada incompreensión y la mayoría de las veces se la entiende como la etapa en la que la persona se rebela ante los adultos y las reglas impuestas socialmente; pero la adolescencia no es sólo eso que se cree, sino que es una etapa fundamental en el desarrollo humano. Este periodo se integra de elementos físicos, pero al mismo tiempo completa procesos intelectuales, sociales y afectivos. El contexto en el que se desenvuelven los jóvenes permea el proceso de búsqueda de

identidad, pues al ser parte de una sociedad establecida el joven debe conocer las normas, leyes, principios y costumbres preestablecidas que debe comprender y valorar para su inserción a la sociedad como personas adultas y maduras; en este proceso de integrarse a la sociedad adulta el joven experimenta inestabilidad sentimental y psicológica, por tener que dejar de ser y pensar como infante e involucrarse con la tareas adultas; es en esta etapa donde se hace una unión de lo que se es, se debe ser y se quiere ser. La importancia de la educación de los sentimientos en esta edad radica en la necesidad que tiene el adolescente de auto-reconocerse y mostrarse conforme en el entorno social al que pertenece. Al iniciar el proceso de confrontación de lo que ha sido, de lo que es y de lo que desea ser se necesita conocer su carácter y personalidad emocional, expresar adecuadamente lo que siente y diferenciar lo positivo y lo negativo de sus implicaciones con el mundo que lo rodea.

La época que actualmente se vive en México y a nivel mundial, es una época que emerge dentro de un contexto globalizador, en la que el papel del adolescente ha cambiado; ahora la adolescencia ya no se considera pasiva como se pensaba anteriormente, actualmente los jóvenes son los protagonistas de esta nueva era; los cambios a nivel digital, social, personal y en los diferentes ámbitos de la vida diaria hacen que la concepción que se tenía del adolescente se deba de actualizar; actualmente los adolescentes se desenvuelven en una sociedad que se enfrenta a realidades cambiantes, rápidas e innovadoras. Un ejemplo de esta nueva época se puede vislumbrar con la llegada del Internet y las redes sociales que vinieron a transformar no sólo las relaciones personales y sociales, sino que representan un antes y un después. Con el arribo del Internet se transformó la vida entera; ahora se puede conocer lo que está pasando en determinado momento a miles de kilómetros del lugar donde se encuentra la persona. Junto con la llegada del Internet nacen las llamadas *redes sociales*; estas hacen que la vida privada tome un nuevo giro, pues en ellas se hace público lo que ocurre en el día a día. Son los adolescentes quienes están más sumergidos en la *era digital*, quienes están a la vanguardia en las nuevas páginas que se crean, “subiendo” y expresando lo que sienten en sus perfiles para tener mayor

número de seguidores, ser más populares o simplemente para externar lo que está viviendo. Con las *redes sociales* los adolescentes se acercan a los demás, pero al mismo tiempo se alejan. En el proceso de búsqueda de identidad propio de esta etapa, los adolescentes siguen modas a veces peligrosas para su salud física, mental o psicológica. Los contenidos e información que llega a manos de los adolescentes y de la población en general a veces no se sabe de donde proviene, pues no se tiene un control de lo publicado en Internet; es deber y responsabilidad de padres y personas mayores estar al pendiente de lo que sus hijos o familiares consultan.

Durante esta época se ha cambiado de igual forma la dinámica familiar. Anteriormente en la mayoría de los hogares mexicanos era el padre quien proveía el sustento; en la actualidad, como parte de una sociedad globalizada en la que tener las condiciones económicas necesarias para vivir bien, cubrir las necesidades primarias de la persona como: comer, beber, vestir, calzar y asistir a la escuela, son cada vez más difíciles de cubrir, pues los costos son cada vez más elevados y la mano de obra peor pagada. Ante tales hechos la madre ha tenido que dejar las labores del hogar, se prepara y también debe trabajar. Ahora son el padre y la madre quienes deben trabajar para cubrir las necesidades básicas de los hijos; ante tal acontecimiento desde la infancia, los niños se quedan bajo el cuidado de un familiar cuando terminan sus actividades escolares. Al igual que los infantes los adolescentes también al regresar a casa, o terminar sus estudios diarios, son cuidados por algún familiar o son ellos quienes deben cuidar a los hermanos menores —en el caso de que existan—. Ante tales hechos el adolescente se ve desprotegido y desatendido. Como se puede interpretar ya no existe una persona mayor al cuidado de ellos, pues en algunas ocasiones los abuelos se sienten cansados y sin fuerzas para educar a los nietos, los padres trabajan y nos encontramos ante infantes o adolescentes que crecen educados por los medios de comunicación, por la televisión, el Internet, la radio o cualquier otro medio con el que están en contacto. De cierta manera la educación que recibe el adolescente la adquiere de los medios masivos de información o amistades, pues los padres hacen referencia a que mandan a sus hijos a la escuela porque es ahí donde serán educados;

hay que puntualizar: en las Instituciones Educativas se forma a la persona y la educación se recibe en casa como parte complementaria del proceso de formación.

Es necesario re-pensar la educación de los sentimientos como una forma de atender los malestares provocados por la transformaciones que se han vivido en los últimos tiempos, es urgente atender y tratar de llenar los vacíos emocionales que se generan en los adolescentes como resultado del debilitamiento familiar, hay que pensar la educación de los sentimientos como una estrategia que permita una reconciliación entre las partes dañadas y una educación integral, sana y armónica de los estudiantes, en este caso de Bachillerato, para así evitar llegar a otro de los malestares más comunes en esta época: los llamados “padecimientos de la época” como lo describe Luis Eduardo Primero Rivas: “estos son cánceres, estrés, diabetes y hasta depresión psico-afectiva” (Primero, 2011: 45); los padecimientos de la época son provocados debido a la falta de control sentimental que las personas sufren. Los adolescentes y las personas en general no saben controlar, identificar y manejar sus sentimientos, emociones y pasiones lo que ocasiona que se afecte la construcción de la personalidad y las relaciones humanas.

Uno de los objetivos a conseguirse actualmente es re-pensar la educación de los sentimientos e inculcar un sentido humano a la vida, donde se tome en cuenta a la persona como un todo que requiere y necesita una educación integral, una educación a nivel externo, intelectual, moral y afectivo. Como se dijo anteriormente, hay que apostar por una educación del nivel sensible de la persona que permita percibir, identificar y modular los sentimientos porque estos orientan la acción humana, orientación que se necesita durante la adolescencia y durante los estudios del Nivel Medio Superior pues es en esta etapa donde el estudiante toma decisiones importantes para el resto de su vida como lo es elegir una carrera profesional que estudiar y posteriormente ejercer, además de sanar las relaciones dañadas o tóxicas con su familia o con la sociedad, edifica un proyecto de vida, construye relaciones interpersonales de amistad, noviazgo y debe hacerse responsable de su salud física, sexual y mental.

Es prudente entender a la adolescencia como una etapa de la vida donde el joven debe definir su identidad, en tanto en el proceso de definición surge una problemática entre el aceptar, descubrir, o escoger tal identidad, pues las relaciones con sus pares aportan de forma inconsciente características para que se vaya formando la identidad; ésta se construye de igual manera a partir de las normas sociales y de las expectativas que el adolescente tiene sobre sí.

3.3 Lo que se identificó al trabajar con estudiantes del Colegio de Ciencias y Humanidades (CCH) Plantel Sur.

Un objetivo de esta tesis para optar al título profesional dicho, es abordar parcialmente el tema de la adolescencia, pues existen diversos trabajos en los que se ha escrito acerca de este asunto pero se piensa necesario considerarla de la manera dicha, por la relación que tiene con el objetivo principal: dar a conocer la importancia de la educación de los sentimientos en el espacio educativo y en especial con los alumnos del Nivel Medio Superior, pues estos suponen una parte de la población nacional que demanda atención y compromiso hacia su educación integral, una cultura que no se resume al conocimiento intelectual, pues se propone una formación que enseñe a conocer, modular, y saber expresar los sentimientos y emociones que se presentan en la práctica diaria. Los adolescentes al vivir un proceso de transformación en todos los aspectos de su vida, experimentan un cúmulo de pasiones y pulsiones que si no son bien encausadas, generan problemáticas graves como las adicciones, dependencia afectiva hacia los amigos o la pareja, autolesiones, estrés, desconocimiento de uno mismo, depresiones y en algunos casos, se llega hasta el suicidio.

Hay que generar una cultura de la salud mental pues vivir sano mental, anímica, física y afectivamente, genera relaciones personales con uno mismo y con los demás favorables. Esta cultura de la salud mental puede tener mayor viabilidad durante esta etapa de la vida porque es aquí donde el ser humano adquiere las habilidades lógico-formales. El desarrollo emocional de los y las adolescentes en muchos casos “es generado por la maduración mental, que se desarrolla junto a una capacidad de abstracción, al potenciar al máximo sus razonamientos, adquiriendo así la capacidad

de discriminar entre lo científico-racional y la razón-sentimental” (Castillo, 2001: 106). De esta manera se atiende la necesidad de no separar la razón de lo sentimental, pues ambas capacidades se complementen. No se puede pensar a la persona y mucho menos al adolescente separado del sentimiento, la adolescencia es una etapa donde las personas más sienten en cada una de sus actividades, sueños y anhelos para el futuro están presente su carácter emocional. Lo que los sitúa son los sentimientos orientativos y lo que les hace ponerse en movimiento ante cualquier circunstancia, es su personalidad y carácter sentimental.

3.4 Realizar los conocimientos adquiridos

La práctica de campo para completar el trabajo realizado se llevó a cabo en el Colegio de Ciencias y Humanidades (CCH) Plantel Sur, ubicado en Cataratas y Llanura S/N, Jardines del Pedregal, Coyoacán, C.P. 04500, México D.F. Esta Institución fue seleccionada para hacer dentro de ella el presente análisis diagnóstico de cómo se encuentran afectivamente sus alumnos, cuáles son sus carencias, prioridades en esta etapa de la vida, metas y dificultades encontradas en su labor diaria como alumnos del Nivel Medio Superior respaldados por una de las máximas casas de estudios a nivel Nacional e Internacional, es decir, la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

La facilidad de hacer este análisis dentro del CCH-Sur lo obtengo al haber sido prestador de Servicio Social en dicha Institución durante seis meses (de Octubre de 2014 a Abril de 2015) y al estar actualmente haciendo prácticas profesionales en la institución. Específicamente trabajé desde el Departamento de Psicopedagogía ubicado en el edificio “U” del plantel, el cual actualmente se encuentra dirigido por la Maestra Clara León Río, a quien agradezco su apoyo por permitirme ser parte de su equipo de trabajo.

El trabajo del Departamento es fundamental para la Institución; busca brindar a los jóvenes apoyo y orientación educativa, tomando en cuenta las diferentes problemáticas a las que se pueden enfrentar, como la deserción, reprobación,

problemas de adicciones, problemáticas en el ámbito sexual, contención y atención de problemas afectivos, psicológicos y psiquiátricos que no permiten un correcto desenvolvimiento de las facultades cognitivas necesarias para obtener un sano y correcto aprovechamiento escolar. Una de las funciones que desempeño en el Departamento es brindar información, orientación y asesoría a los estudiantes y padres de familia, en ámbitos escolares, vocacionales, profesionales y/o personales. Desde este departamento tengo una comunicación directa con los adolescentes que me permite involucrarme en su proceso de formación académica, profesional y personal.

Uno de los objetivos principales que se plantean en esta tesis es mostrar la importancia que tiene re-pensar la educación de los sentimientos para los estudiantes de bachillerato, para hacer significativa la situación que actualmente viven los adolescentes tales como desorientación, depresión y escasa claridad sobre lo que esperan del futuro. En el trabajo efectuado se pidió a algunos de los estudiantes que llegaban al Departamento de Psicopedagogía que escribieran en una hoja qué es lo que estaban sintiendo en ese momento y expusieran de igual manera el motivo que los había llevado a pedir apoyo profesional; los alumnos que acuden al Departamento de Psicopedagogía pueden llegar por varias razones: motivos personales que ellos piensan necesitan ser valorados por los psicólogos, pedagogos o personal de psicopedagogía, de igual manera pueden ser canalizados por algún profesor o profesora, tutor o enviados por el Departamento Jurídico de la Institución. Las respuestas que dieron los estudiantes se digitalizaron para ser mostradas y analizadas en este trabajo, además cabe señalar que en estas entrevistas iniciales siempre se contó con la supervisión y/o apoyo de algún trabajador del Departamento, esto para poder brindar una mejor atención, bajo el código de privacidad y respeto a los datos confidenciales se les pidió a los alumnos su permiso para mostrar los datos anónimamente y las respuestas son las siguientes:

Alumno # 1**Edad: 15 años****Sexo: Masculino****Motivo de consulta:**

- **Desconfianza de uno mismo, baja autoestima.**
- **Confusiones internas creadas por asuntos familiares.**
- **Miedo a ser nada en la vida.**

En mi experiencia puedo afirmar que trabajar con alumnos que se encuentran en la adolescencia es un poco complicado, pues hay que ser muy atentos para no herir su auto-concepto, no dañar susceptibilidades y generar un ambiente de confianza. La adolescencia “es una etapa de transición vital en la que el sujeto ve afectado el sentido del yo, en relación a sí mismo y a los demás.” (Lobato, 2004, p.3). En este primer caso, el alumno hace referencia a algo que la mayoría de las personas a la edad de 15 años viven: la baja autoestima. Es parte del deber docente y por supuesto pedagógico, coadyuvar a que el alumno sane la relación o relaciones dañadas que tiene consigo mismo. La baja autoestima presente en alumnos del Nivel Medio Superior es una problemática activa en las aulas que se debe atender, ya que los alumnos durante esta etapa de la vida viven cambios y fracturan relaciones con sus mayores que los aíslan; este aislamiento puede suponer dos cosas: en primer lugar puede ocasionar sentimientos negativos como la tristeza, la soledad, la angustia o el temor, o puede suponer, en segundo lugar que el adolescente en este aislamiento genere un proceso de aceptación de lo que es. Es indispensable motivar al alumno a que sea virtuoso para conocerse a sí mismo, de aceptarse y aceptar a las demás personas, evitando los sentimientos negativos y centrándose en situaciones que generen un cambio constructivo para él.

Durante esta etapa de la vida como se nombró anteriormente, el ser humano se ve confrontado a dejar de pensar y actuar como infante para hacer frente a las nuevas responsabilidades para las que no se siente preparado, tales responsabilidades

suponen retos y una postura crítica ante los acontecimientos de la vida; la sombra de las personas mayores que lo rodean está siempre presente y tienen miedo, sentimientos negativos de no cubrir con las expectativas que padres y profesores se hacen de él, el miedo a no ser nada o nadie en la vida debe ser superado, pues el alumno debe aprender que es alguien en la vida desde el momento en que nace, es por tanto, tarea de él ser una persona preparada para afrontar las tareas, retos y exigencias de la sociedad en la que nace y se desarrolla, o de buscar crear alternativas viables y productivas.

Los problemas familiares, el auto-desconocimiento, y el miedo al futuro tienen una fuerte incidencia en el aprovechamiento escolar de los alumnos, ya que concentran la atención en otro tipo de problemáticas y no se atiende la parte educativa. Hay que atender primeramente este tipo de problemáticas para que el alumno pueda explotar sus potencialidades en situaciones académicas. Apoyar a los adolescentes a comprender lo que sienten es un paso importante y urgente, es un objetivo que se plantea al querer re-pensar la educación de los sentimientos.

Alumno # 2

Edad: 17 años

Sexo: Femenino

Motivo de consulta:

- **El motivo por el cual pido asesoría es porque no logro entender mi forma de actuar.**
- **La manera en la que me siento por cuestiones académicas me hace sentir muy mal la mayoría del tiempo.**
- **De igual manera, no encuentro la forma de llevar bien mis clases, pues mis problemas emocionales no me dejan estar bien.**

En este segundo caso se puede observar nuevamente la angustia que viven los adolescentes al no comprenderse a sí mismos; cuando la alumna # 2 describe que “necesita asesoría porque no comprende su forma de actuar” hace referencia a una

incomprensión de lo que pasa en su vida, una incomprensión de ella misma. Esta discrepancia genera problemas afectivos que la orillan a sentirse mal. Cuando un alumno llega al Departamento de Psicopedagogía a pedir apoyo por cuestiones académicas, la mayoría de veces hay de fondo problemas sentimentales y familiares que no permiten que el alumno aprenda correctamente. Cuando se identifican problemas sentimentales y familiares hay que trabajar primeramente esa parte, pues para pasar a lo académico se debe solucionar en la medida de lo posible las cuestiones personales.

La forma de actuar y pensar adolescente es muchas veces incomprendida y en ocasiones reprimida, la adolescencia es una etapa del desarrollo humano donde los sentimientos afloran en todo momento, son cambiantes e inestables, es por tanto necesario una herramienta educativa, pero al mismo tiempo cotidiana, que permita a los adolescentes y a las personas adultas —padres y profesores principalmente— conocer lo que sienten, para expresar adecuadamente lo que viven y piensan. Conocer y comprender la interioridad humana es indispensable para no reprimir ni lastimar durante esta etapa de la vida.

Alumno # 3

Edad: 17 años

Sexo: Femenino

Motivo de consulta:

- **Inseguridad emocional.**
- **Conflictos para relacionarme con los demás.**

La “inseguridad emocional” a la que se hace referencia en este caso es propia de la adolescencia, pues al estar frente a tantos cambios en diferentes ámbitos de la vida es normal que la persona sufra esta inseguridad. Los alumnos del Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Sur son un claro ejemplo; la mayoría de ellos se encuentra en la edad comprendida entre los 15 y los 19 años, siendo esta etapa crucial para

reafirmar o revelarse con lo aprendido durante toda la infancia, pues en ella hay que reafirmar cuestiones académicas, religiosas, políticas, económicas, sociales y de todos los aspectos, pero el adolescente ya tiene otra capacidad: la crítica. Entonces es aquí donde se genera toda la inestabilidad como consecuencia del proceso de crearse una identidad, un pensamiento crítico y un carácter sentimental que será indispensable para el resto de su vida.

Los conflictos para relacionarse con los demás son producto del egocentrismo que se vive durante la adolescencia, el adolescente es por naturaleza ególatra y necesita satisfacer la necesidad que tiene de sentirse querido, admirado y respetado. Pero al mismo tiempo hay temor de poder encontrar un grupo de pares en el que se sienta identificado y del que se sienta perteneciente. El tercer caso que se está considerando es un claro ejemplo de las problemáticas que viven los adolescentes, pues junto a la dificultad de relacionarse con los demás, esta alumna, al igual que otros del Colegio presenta una inestabilidad emocional; la idea de una educación de los sentimientos surge de la necesidad de ayudar a construir una estabilidad emocional para los adolescentes pues es necesaria para su integración a grupos de pares y establecer relaciones sociales estables.

Alumno # 4

Edad: 16 años

Sexo: Masculino

Motivo de consulta:

- **Fui enviado por mi Profesor de matemáticas, pues él cree que necesito ayuda porque me da miedo estar con mucha gente.**
- **No me gusta hablar por miedo a ser rechazado.**
- **Soy muy dependiente hacia las personas que ya conozco.**
- **Me cuesta mucho trabajo socializar con las personas.**
- **Necesito apoyo para entender mi comportamiento.**

En este caso el alumno fue canalizado por uno de los profesores del Platel; a veces los profesores son quienes más posibilidad tienen de identificar alguna problemática en sus estudiantes, pues ellos los conocen y pasan más tiempo de interacción juntos. Sería adecuado que más profesores conocieran las ventajas y las oportunidades que se obtienen al educar los sentimientos junto al intelecto, sin hacer una separación entre ellos, sino tomándolos como parte del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Como se puede observar en este caso, el alumno se encuentra ante una crisis de identidad, falta de control sentimental y escasa estabilidad emocional. Los adolescentes requieren ayuda para resolver sus problemas psicológicos y emocionales presentes en su vida diaria; además se necesitan una atención oportuna de los trastornos emocionales que afecta el rendimiento escolar, la vida personal y familiar. Los programas que existen dentro del Colegio, como lo es el Programa de Atención Psicológica a Estudiantes (PROAPE) son pensados como programas remediales, al que los alumnos son canalizados cuando la problemática que viven ya está muy avanzada; por ejemplo cuando el alumno presenta problemas psiquiátricos, ideaciones suicidas, depresiones severas o conductas de riesgo que ya no les permite tener una vida “normal”, es necesario pensar en programas preventivos, establecer modelos de intervención ante las necesidades de la población del Plantel.

Una de las tareas pendientes dentro del trabajo programado para realizarse es elaborar e impartir un curso-taller para que los alumnos aprendan a conocer, identificar y expresar sus sentimientos de forma positiva; la idea de este taller se está gestando como parte de las actividades que tengo a mi cargo dentro de Área de proyectos psicosociales, pues es una necesidad latente trabajar y dar a conocer la importancia de educar desde la interioridad humana.

La importancia de poner en marcha un programa que acerque en la comunidad del Colegio a alumnos, profesores y directivos para conocer una de las características primarias de la conformación de las personas como lo son los sentimientos, su expresión e interacción en la práctica educativa, responde a la necesidad urgente de poner atención nuevamente en este tipo de educación; la experiencia dicta que un

modelo educativo que reconoce la interioridad humana, los sentimientos, emociones y afectos que intervienen en el quehacer educativo, es un modelo que humaniza a las persona. Una propuesta pedagógica que se propone para atender estas problemáticas son la construcción e implementación de un curso-taller donde se vincule la parte ética, moral, intelectual y por supuesto, sentimental de los alumnos y profesores, pues se piensa como extra-curricular para que los alumnos y los profesores conozcan lo que pasa cuando sienten, aprendan a diferenciar sus sentimientos y emociones y a conocerse a sí mismos.

El objetivo principal del taller será impulsar la formación de una persona virtuosa en tres categorías: en la moral, el intelecto y el sentimiento. La virtud nos hace buenos en algo y en este momento histórico en el que vivimos, hay que aspirar a ser un virtuoso en muchos aspectos, y entre ellos está, aprender a ser virtuoso sensiblemente.

Alumno # 5

Edad: 16 años

Sexo: Masculino

Motivo de consulta:

- **Enviado por Jurídico por fumar dentro de la escuela.**
- **Siento que tengo problemas emocionales.**
- **Desmotivación por los estudios.**
- **Me siento enojado con la vida.**

Como se puede observar con este quinto alumno los problemas académicos que en ocasiones presentan los escolares van acompañados de problemas afectivos no atendidos. La falta de interés o desmotivación que algunos alumnos del Colegio presentan son señales de alerta, muchos de los casos de falta de motivación atendidos día con día en el Departamento de Psicopedagogía son de buenos estudiantes que tienen problemas familiares y estos no los dejan seguir adelante en sus estudios; otro de los casos es de alumnos que necesitan atención, pues refieren que sus padres

trabajan y los desatienden, en las asesorías que se les brinda a estos alumnos se trata de hacer una reconciliación con sus padres, o un acercamiento con ellos, pues por la etapa en la que se encuentran a veces es complicado que ellos acepten la importancia de tener relaciones saludables con sus mayores.

El enojo hacia la vida también es común entre los adolescentes, al no comprender el porqué de las reglas y las normas establecidas, el alumno confronta a los mayores poniendo en crisis las normas y leyes vigentes. Esto se puede observar claramente dentro del Colegio; el reglamento Institucional establece que está prohibido fumar o ingerir bebidas alcohólicas dentro del Plantel, muchos de los alumnos rompen estas reglas, y confrontan a las autoridades que les llaman la atención.

Las carencias y vacíos sentimentales que sufren los adolescentes son “llenados” la mayoría de las veces con sustancias adictivas; el adolescente que empieza a consumir estas sustancias como escape de la realidad lo único que hace es dañarse hasta que llega a *tocar fondo*. Dentro del pensamiento adolescente se supone que al tomar o fumar sustancias legales o ilegales olvidarán o solucionarán sus problemas y al despertar del “viaje” o al otro día de una tarde borrachera, se darán cuenta que estas acciones sólo lo están encaminando a perderse más, pues se están dañando y están perjudicando a quienes lo rodean. En el Plantel son muchos los estudiantes suspendidos temporalmente por sus padres para que sean internados en clínicas de rehabilitación, y por ello se debe implementar un programa para evitar que el alumno llegue hasta estas consecuencias.

La educación de los sentimientos plantea enseñar a los estudiantes a llenar esos huecos sentimentales, a incorporarse nuevamente a sus actividades y desarrollarse en una vida saludable con atención y con un trabajo personal del cuidado de sí mismo, del conocerse y respetarse como seres humanos integrales, como adolescentes responsables de su salud y bienestar físico, mental y sentimentalmente.

Alumno # 6

Edad: 18

Sexo: Femenino

Motivo de consulta:

- **No me siento bien conmigo misma.**
- **Cosas muy pequeñas me afectan demasiado y no sé controlar mis emociones.**
- **Tengo miedo a una relación amorosa estable, aunque quiero, me da miedo enamorarme.**
- **Soy miedosa e indecisa.**

Uno de los grandes conflictos que viven la mayoría de los adolescentes corresponde a las problemáticas existentes a nivel sentimental y en especial a las referidas al ámbito amoroso. Los estudiantes del Nivel Medio Superior establecen sus primeras relaciones amorosas estables, involucran mayor parte de su tiempo y sentimientos para consolidar relaciones duraderas. Aunque es algo que desean vivir, es una situación que les provoca miedo; la mayoría de ellos carecen de la adecuada madurez mental, psicológica y afectiva para comprometerse amorosamente con alguien.

La desconfianza e inseguridad que sienten de su persona es un factor importante que les impide dar todo de ellos y sentirse bien cuando establecen una relación amorosa; los celos, los caprichos e inseguridades que se expresan en esta etapa son el resultado de la inestabilidad sentimental adolescente, los miedos e indecisiones que los alumnos dicen sentir nos habla de la angustia y el temor que ellos sienten como parte de la conformación de experiencias amorosas, la personalidad de cada uno de los adolescentes juega un papel muy importante durante este proceso, pues de la personalidad depende en muchas ocasiones la facilidad o dificultad que tengan al establecer relaciones interpersonales.

Es en el hogar donde empieza la construcción de la personalidad sentimental, las bases que se reciben durante la infancia son las más importantes, pues estas son la referencia que tiene la persona de cómo se debe vivir y qué se debe sentir ante

determinadas implicaciones con la realidad. Un infante que crece en un ambiente en donde se expresan sentimientos positivos y está rodeado de la confianza necesaria para expresar lo que siente será un adolescente y posteriormente un adulto, que no tendrá miedo de establecer relaciones amorosas o de amistad estables, ya que su carácter sentimental se irá formando desde temprana edad, lo que permite una mejor inserción en la sociedad. Hay que aprender a cambiar los miedos que se presentan en la vida y transformarlos en sentimientos que permitan un sano desarrollo de la personalidad, sentimientos constructivos que permitan un mejor actuar en la vida, siendo consciente de lo que se siente y se expresa.

Alumno # 7

Edad: 16 años

Sexo: Femenino.

Motivo de consulta:

- **Soy una persona tímida y me considero muy sensible negativamente, pues todo me pone triste.**
- **Indecisa y nunca estoy segura de mis acciones.**
- **Necesito que me ayuden a canalizar positivamente mis sentimientos, porque me los tomo muy a pecho.**

Los sentimientos negativos se caracterizan por ser vinculaciones que impiden un correcto accionar en la realidad y se puede clasificar dentro de esta categoría la tristeza, miedo, angustia, temor, dolor, ira, enojo, estrés, y demás sentimientos que generan pensamientos y acciones negativas; dentro de la categoría que Heller hace de los sentimientos podrían definirse como los sentimientos que se pueden categorizar como malos.

Los adolescentes al vivir una etapa de transición de la niñez a la vida adulta sienten más los sentimientos negativos por el miedo que se genera hacia la vida, las relaciones interpersonales y por el proceso de duelo que viven. Al acabar la vida que hasta el momento estaban acostumbrados a llevar sienten que una parte de ellos muere: la

niñez. Como resultado de las implicaciones con la realidad y las personas que los rodean, los adolescentes desorientados empiezan a tener conductas de riesgo, se puede considerar como tales a aquellas situaciones en las que la persona pone en peligro su bienestar: el no alimentarse bien que ocasiona un problema a la salud, el ingerir sustancias adictivas que en fuertes cantidades afecta el sistema nervioso central, exponerse a situaciones peligrosas que ponen en conflicto su vida y demás conductas negativas que afectan su sano desarrollo psicológico y mental.

Hay que enseñar a los alumnos a canalizar de manera constructiva los miedos y angustias generadas por la desorientación de la que son presos, enseñarles a ser virtuosos afectivamente, y sobre esto puede preguntarse: ¿cómo se puede lograr esta construcción educativa? La respuesta sugerida es dejando atrás viejos paradigmas ya obsoletos en los que se piensa que la educación debe resumirse solamente a la formación del intelecto, es preciso pensar en una de las nuevas ciencias del conocimiento para formar en una doble dimensión: la intelectual y la afectiva, que redundarán en la formación pragmática.

Alumno # 8

Edad: 15

Sexo: Femenino

Motivo de consulta:

- **El motivo por el cual acudo es porque me siento muy mal, muy deprimida por problemas que he tenido con mi familia.**
- **Siento un rechazo muy grande por parte de mis padres por mi confusión respecto a mi sexualidad.**
- **Siento que por mis preferencias sexuales la gente habla de mí, me preocupa lo que digan sobre mí y eso no me deja estar bien en la escuela.**
- **Tengo sentimientos feos y cuando me pongo triste pienso en morir.**

La sexualidad es un punto crítico dentro de la formación de los adolescentes, pues dentro de las Instituciones Educativas no se forma o se interviene en el proceso de

definición de la sexualidad, sino que esto, es un proceso personal que toda persona debe trabajar consigo misma. La definición sexual es una de las tareas principales que los adolescentes deben cumplir para poder desarrollarse mejor en otras áreas de la vida. Un adolescente que se define y acepta como heterosexual, bisexual u homosexual genera para sí una estabilidad, quienes no logran definirse del todo deben ser ayudados a entender la importancia que tiene social y personalmente definirse dentro de alguna de las categorías mencionadas líneas atrás.

En la práctica se ha identificado que los alumnos que no logran definirse sexualmente tienden a tener mayores problemáticas escolares, pues la angustia y el miedo que les provoca ser rechazados no les permite desenvolverse y comprometerse con sus estudios. Como se puede ver en este caso, a veces los miedos orillan a la persona a buscar un escape, la tristeza y el temor son sentimientos que no atendidos pueden llevar a depresiones fuertes o ideaciones suicidas.

Los profesores, pedagogos y padres de familia debemos estar preparados para ayudar a resolver esta problemática, ya que los adolescentes se acercan con miedo, temor y a veces vergüenza cuando quieren abordar este tema. Hay que hacerles sentir que la sexualidad es algo natural de lo que no deben sentir pena o vergüenza, sino que se debe aceptar con responsabilidad y consciencia, una consciencia del sí que debe ser desarrollada para evitar pensamientos negativos hacia las personas que no piensan o actúan de forma semejante “a las normales”. En este asunto también interviene de forma consistente la *hermenéutica del sí*, que como se recuerda, está vinculada a la obra de Michel Foucault, un autor internacional claramente identificado por su preferencia homosexual.

A veces para los padres el aceptar que su hijo o hija no se sienta atraído hacia el sexo opuesto genera sentimientos de preocupación, alteración, rechazo y miedo. Al formarse, crecer y vivir dentro de una cultura monógama en donde “lo normal” es que se establezcan relaciones entre hombre y mujer, el aceptar que alguien tenga otro tipo de preferencias es complicado y se debe impulsar una cultura donde se respeten las

diferentes preferencias, y no sólo sexuales, sino también políticas, religiosas, culturales y cognitivas que toda persona tiene derecho a desarrollar.

Las ideaciones suicidas que algunos de los alumnos del Colegio presentan supone una necesidad urgente que se debe atender, al estar dentro del Departamento de Psicopedagogía te das cuenta de las problemáticas que viven los adolescentes son demasiado fuertes y preocupantes, pues mucho de los alumnos han llegado a no sólo pensar en el suicidio, sino que algunos ya han fallado en su intento de escapar de la realidad. El pensar en un joven que se quiere quitar la vida porque no ha encontrado una forma de solucionar sus problemas familiares o personales es algo que lastima, preocupa, y hace reflexionar sobre la responsabilidad que se tiene como educador, como pedagogo, o como padre de familia, no se puede ser tan inhumano o tan inmoral para dejar que sigan reproduciéndose estos modelos, hay que re-pensar una formación ética, moral y afectiva donde uno de los objetivos principales sea educar a la persona en todos los ámbitos de su vida.

Alumno # 9

Edad: 17 años

Sexo: Masculino

Motivo de consulta:

- **Me envía mi tutora porque piensa que tengo problemas de autoestima.**
- **Tengo problemas con mi familia y eso me hace estar mal anímicamente y sentimentalmente.**
- **Dependo mucho de las críticas de los demás.**
- **Y dependo mucho de mis amigos.**

Como ya se ha dicho anteriormente, los problemas familiares que el alumno vive no se dejan fuera del salón de clases, sino que lo acompañan en todas las acciones que realiza. Los problemas sentimentales, la dependencia emocional y el miedo al rechazo son problemáticas comunes entre la comunidad del CCH Sur, problemáticas a las que se debe dar atención y seguimiento.

El caso del alumno # 9 es común y hasta cierto punto normal dentro del Colegio. En el Programa Institucional de Tutorías (PIT) se brindan herramientas para que los profesores que son asignados como tutores trabajen con los estudiantes temas como la autoestima, el auto-concepto, la asertividad, estrategias de aprendizaje que ayuden al estudiante a definir metas, crear un proyecto de vida y establecer una relación con la vida universitaria. Este programa tiene sus objetivos muy claros, el problema es que los profesores que son asignados como tutores, la mayoría de las veces no sabe de qué manera trabajar estos temas, pues no corresponden a su formación profesional. Dentro de este programa podemos encontrar a profesores de diversas áreas que son seleccionados para trabajar con los estudiantes porque pueden ser sus profesores en alguna materia o porque son asignados al azar. Aunque existen reuniones de tutores donde se explican los contenidos y se habla acerca de la experiencia que han tenido con sus grupos, no existe una preocupación real por ayudar a los alumnos, o la intención a veces no basta: los tutores desconocen lo que se debe hacer cuando identifican una problemática y los envían a Psicopedagogía a pedir una cita con alguna de las psicólogas del Departamento; muchas veces lo que los alumnos necesitan no es atención psicológica, sino que necesitan atención pedagógica o alguien que escuche lo que están pasando, necesitan ser simplemente escuchados y entendidos.

Es necesario hacer que los profesores se comprometan con su labor docente, y trabajen para asegurar que los alumnos aprendan y generen conocimientos útiles para la vida, que les sirvan para atender problemáticas personales que necesiten de acción, compromiso y afecto. La educación de los sentimientos supone un “humanización” del proceso de enseñanza-aprendizaje, pues se ha divorciado la vinculación que hay entre la razón y los sentimientos.

Por último se analizará la información recibida del estudiante # 10, cabe señalar que la problemática que se analizará a continuación es una de las más comunes para los pedagogos del Departamento de Psicopedagogía:

Alumno # 10

Edad: 17 años

Sexo: Femenino

Motivo de consulta:

- **No controlo mis emociones.**
- **Además no sé qué carrera elegir, estoy demasiado confundida en este tema importante para mi vida.**
- **Tengo miedo al futuro.**

El miedo al futuro y la incertidumbre de no saber qué carrera elegir para estudiar y posteriormente desarrollar es una problemática común en el Colegio, más específicamente para los estudiantes de 4º Semestre cuando tienen que elegir sus asignaturas para el 5º y 6º semestre; los alumnos eligen de acuerdo a sus preferencias, gustos, habilidades, estrategias y a veces, también se dejan guiar por sus sentimientos orientativos; la selección de materias es para que dentro de ellas se vayan formando de acuerdo a la carrera que los alumnos deseen, además que es necesaria cursar para culminar sus estudios de Nivel Medio Superior, pero puede que los estudiantes descubran que la carrera que deseaban estudiar no es “lo suyo”, entonces tienen tiempo para pensar de nuevo cuál es la carrera profesional que les llene.

Durante el 5º y 6º Semestre los estudiantes tienen el tiempo necesario para cambiar de idea acerca de su formación profesional, durante estos semestres tienen la posibilidad de acercarse al Departamento para pedir orientación vocacional, cuando llegan por este motivo se les entrevista para saber con qué estrategias de aprendizaje cuenta el alumno, sus habilidades, destrezas, conocimientos y sentir. Se ha observado que los alumnos que piden un cambio de la carrera en el proceso de pase a Facultad son alumnos que durante la selección de asignaturas habían sido aconsejados por los padres o por los amigos.

Recordemos que los estudiantes del Colegio viven en una etapa de transición donde dejan de pensar y actuar como infantes y se tienen que hacer responsables al momento de elegir decisiones importantes para el resto de su vida, la elección de una carrera muchas veces se ve influenciada por las opiniones de las personas mayores que rodean al joven, pueden ser sus padres quienes inconscientemente o muy conscientemente demandan al alumno elijan una carrera similar a la que ellos ejercen, o les recomiendan una u otra porque “esos profesionistas ganan más” el alumno se ve enfrentado y a veces en oposición entre lo que él desea estudiar y entre lo que sus mayores le recomiendan. La angustia, el temor son propios en este proceso de selección, el estudiante de Bachillerato se ve enfrentado ante decisiones que debe tomar en lo inmediato, pero sin olvidarse de lo que siente, es decir, hacia lo que se siente más atraído profesionalmente.

Durante este proceso de selección de carrera los estudiantes son una mezcla de sentimientos positivos, negativos, emociones, pasiones y razones. Viven una etapa muy crítica, cuentan con el apoyo de sus amigos que se encuentran en la misma situación que ellos eligieron. Cuentan también con el apoyo de profesores del Colegio que los apoyan y orientan, pero como todas las decisiones que tome el adolescente, será responsabilidad de él que sea algo que verdaderamente le guste. Es necesario confrontar los sentimientos y la razón, dejarse guiar por la sensibilidad que lo conoce y lo orienta hacia a lo que le gustaría estudiar o dejarse guiar por lo que desean sus mayores que él estudie.

Hay que enseñar a los alumnos a ser virtuosos para tomar decisiones asertivas y correctas para él; es muy importante y sano que el estudiante se conozca tanto como se pueda en esta etapa de la vida, que conozca sus gustos, preferencias, habilidades, destrezas, para así evitar la angustia y el miedo que provoca la desorientación creada por desconocerse. La educación de los sentimientos se propone como una herramienta para que los alumnos atiendan sus necesidades, sepan e identifiquen las problemáticas que hay dentro de ellos, que sean capaces de transformar sus miedos en acciones que los conduzcan a tomar buenas decisiones.

La educación de los sentimientos guía y orienta en el proceso de formación de los estudiantes, al mismo tiempo que estimula un sano desenvolvimiento dentro de la sociedad. Es una educación que no se resume a lo intelectual, pero no desconoce la importancia de hacer una vinculación entre lo que se piensa y lo que se siente. Promover un curso-taller en el que se puedan atender y posiblemente resolver estas problemáticas es una tarea pendiente dentro del presente trabajo, como se dijo desde el inicio, esta tesis tiene la finalidad de ser diagnóstica y busca mostrar la importancia y necesidad que tiene re-pensar la educación de los sentimientos.

Conclusiones

A lo largo del texto se ha defendido el planteamiento que nos sugiere pensar que el conocer e identificar lo que se siente permite una *hermenéutica del sí*, orienta hacia el autoconocimiento, el autodescubrimiento y brinda a la persona herramientas necesarias para un sano desarrollo de la personalidad, identidad y el establecimiento de acertadas relaciones humanas; se expresó de igual manera que en el proceso de conocer e identificar lo que se siente, la experiencia adquiere un papel central, pues la conciencia de lo que ha ido moldeando a la persona se convierte en energía sensible que guía la práctica cotidiana de los seres humanos. La experiencia, la sensibilidad, la racionalidad y los instintos al ser partes integrantes de la personalidad guían a la persona hacia un proceso de descripción, comprensión y valoración de sí mismas y de la realidad en la que se desenvuelven.

Repensar la educación de los sentimientos se plantea como tarea principal ya que responde al momento histórico que actualmente vive México, en el cual los cambios tecnológicos, la cambiante dinámica de vida dentro de las familias, la desorientación que existe en los niños y adolescentes que carecen de figuras paternas presentes en su crecimiento y desarrollo como personas, la casi nula educación moral, ética y afectiva que se inculca desde los hogares, los problemas sociales, políticos y la enajenación que provocan los medios son tan sólo algunos de los cambios y problemáticas que generan en los jóvenes sentimientos negativos, idólicos y por tanto auto destructivos como el miedo, la angustia, el temor al futuro y la desesperanza.

La importancia de educar los sentimientos, impulsos o pasiones se conoce desde la antigüedad, donde el objetivo era formar personas virtuosas, éticas y que se conocieran a sí mismas; el conocimiento de sí mismo ofrecía la consciencia para el cuidado de sí mismo, se educaba en la dualidad cuerpo-alma, que se puede interpretar como la dualidad que no separa al sentimiento de la razón. Educar bajo los principios de esta dualidad permitía que los ciudadanos fueran virtuosos, sabían hacer bien las cosas y al mismo tiempo sabían cómo expresar de manera adecuada lo que sentían. Como se señaló en el primer capítulo, cuando se instaura el positivismo esta dualidad

se reprimió, dándole importancia única a la razón y/o al intelecto, educar bajo este modelo deshumanizó completamente el proceso educativo, provocando el individualismo, la auto-ignorancia y una sociedad donde prevalece el enojo, el estrés, el miedo y enfermedades psico-afectivas que podrían superarse si educáramos nuevamente junto al intelecto y/o razón, la interioridad humana, es decir, la parte afectiva de las personas.

Los sentimientos positivos y negativos están presentes en toda acción que las personas llevan a cabo en su práctica cotidiana, los alumnos no pueden dejar fuera del salón de clases lo que sienten y viven, el proceso de formación se ve fuertemente permeado de sentimientos y pasiones. En la práctica se reafirmó esta tesis, se descubrió que los estudiantes de Bachillerato del Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Sur viven una etapa de transición hacia la vida adulta llena de sentimientos que no saben expresar adecuadamente, sentimientos mal encauzados que generan angustia y miedo dada su condición de “adolescente”, por tanto muestran temor al futuro, desorientación y una incertidumbre de lo que esperan, de “lo que viene”, igualmente se identifica el enojo con los mayores por sentirse incomprendidos y un constante sentimiento de desconfianza al tener que incorporarse dentro de un grupo de pares.

Como futuro profesional de la educación pienso necesario y en algunos casos hasta urgente atender estas problemáticas a la brevedad, pues no sólo dificultan y entorpecen el proceso de enseñanza-aprendizaje, sino que provocan problemáticas en la vida personal, y por ende, en la sociedad en general.

La urgencia de educar la parte sensible de los adolescentes también se puede observar en el trabajo que hace el Programa de Atención Psicológica Especializada a Estudiantes (PROAPEE) con el que cuenta el Colegio; éste tiene la finalidad de brindar atención y apoyo para que los estudiantes puedan atender problemas psicológicos, emocionales o sentimentales que no les permiten tener un sano desenvolvimiento en sus tareas académicas y personales. Este programa está pensado como un modelo de intervención remedial para los estudiantes que presentan problemáticas y

conductas de riesgo, sin embargo, dadas las referencias presentadas en esta exposición se sugiere que hay que pensar no en un programa remedial, sino en uno de atención temprana, llamémosle “preventivo”. La idea de diseñar un taller para la población del colegio surge de la necesidad de contribuir a la formación integral de los jóvenes, y debe ser un espacio de trabajo donde se enseñe a conocer, identificar y modular las senso-percepciones que se dan en la vida cotidiana.

Durante el periodo comprendido de Agosto de 2014 a Agosto de 2015 según el informe de actividades del Departamento de Psicopedagogía el cual está adjunto a su programa, se recibieron 169 nuevas solicitudes para recibir apoyo, siendo los motivos de consulta los siguientes: Por trastornos afectivos (depresión, baja autoestima, problemas sentimentales y duelo no resuelto) se atendieron a 71 alumnos que corresponde al 42% de la población aceptada; por problemas familiares 30 alumnos (18%), bajo desempeño escolar 24 alumnos (14%), 22 no cuentan con diagnóstico porque se encuentran en lista de espera (13%), los trastornos de ansiedad (inadecuado control de impulsos) se atendieron a 15 alumnos (9%) y 7 de ellos por trastornos alimenticios (4%). Como se puede observar, la mayor parte de las solicitudes corresponden a problemáticas afectivas, lo que nos hace pensar que algo se está haciendo mal y se debe pensar la manera de solucionar estos conflictos.

Los sentimientos no sólo ayudan a conocerse a uno mismo, también tienen la tarea de guiar lo que se hace, decide, prueba, gusta o disgusta a la persona. Las situaciones en las que se implica el ser humano con la realidad se ven fuertemente cargadas de componentes sentimentales, dada su condición humana, la manera en que las personas responden a estas implicaciones se va formando con base en la experiencia. La construcción del carácter y personalidad sentimental es resultando indispensable para un sano desarrollo psicológico y afectivo. Una educación de la parte sensible del ser humano permitirá que la persona se conozca, identifique lo que siente, aprenda a actuar y expresar en concordancia con lo que piensa y siente, y coadyuvar al desarrollo de habilidades necesarias para el mejoramiento del auto-concepto y la conformación de una gramática sentimental para que el estudiante cuente con el vocabulario

necesario para poner en palabras lo que a veces parece difícil de explicar, sentir y expresar: los sentimientos o pasiones.

La educación integral de la cual se escribió en el tercer capítulo, debe reconocer la importancia de tomar en cuenta junto al intelecto y/o racionalidad la parte afectiva de los alumnos; no se pueden seguir reproduciendo modelos, planes y programas educativos donde se haga la separación de ellos este tipo de educación forma a la persona en su totalidad, desde la interioridad, tomando en cuenta los procesos psico-afectivos que intervienen en todo proceso educativo.

Por último me gustaría hacer hincapié en dos cuestiones más: en primer lugar, la educación de los sentimientos no sólo debe ser reflexionada para los adolescentes, sin duda es una de las etapas más críticas dentro del desarrollo humano por todas las transformaciones físicas, mentales, actitudinales, intelectuales y afectivas que vive la persona, es por eso la urgencia de repensar la educación de los sentimientos en este nivel, pero deberíamos crear consciencia de la importancia que tiene formar afectivamente desde la infancia, crear los cimientos para que posteriormente se forme de manera integral a los alumnos. En segundo lugar, la educación de los sentimientos no se forma exclusivamente dentro de las Instituciones Educativas formales, sino que es una asignatura pendiente en la educación informal, pues este proceso de formación afectiva debe comenzar en los hogares, impulsándose en la escuela y actualizándose en todo momento, pues como todo proceso educativo, la educación de los sentimientos es continua y para toda la vida. Repensar la educación de los sentimientos será posible si se cambia el paradigma hacia una de las nuevas ciencias del conocimiento.

La hermenéutica de la vida cotidiana y la pedagogía análoga son las herramientas necesarias para comprender e interpretar lo que las personas sienten y necesitan expresar. La labor pedagógica dentro de la educación de los sentimientos responde a la necesidad de adjuntar el intelecto-razón y la parte sensible de las personas, sus sentimientos, pasiones y emociones mediante un proceso de interpretación de uno mismo, de conocerse y cuidarse, de alcanzar la eutimia de la vida.

Bibliografía

- Beuchot, Puente Mauricio (2001). *Antología: Hermenéutica analógica y educación*. México: UPN.
- Beuchot, Puente Mauricio y Primero Rivas Luis Eduardo (2003). *La Hermenéutica Analógica de la Pedagogía de lo Cotidiano*. México: Primero Editores.
- Beuchot, Puente Mauricio y Primero Rivas Luis Eduardo (2012). *Perfil de la Nueva Epistemología*. México: CAPUB Ediciones.
- Bisquerra, Rafael (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Castilla Córdova, Genara (2003). *Educación de la afectividad*. Universidad de Piura: Facultad de Ciencias y Humanidades. 2003. Consultado en: http://www.biblioteca.udep.edu.pe/BibVirUDEP/libro/pdf/1_32_70_20_194.pdf consultado el 23/03/2015 a las 14:30 Hrs.
- Castillo, Gerardo (2001). *Los adolescentes y sus problemas*. España: Eonsa.
- Cedeño, Peña Lurel (2010). *Adolescentes del siglo XXI*. México, D.F: IMOVO.
- Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades (2014). *Historia del Colegio de Ciencias y Humanidades*. México, D.F: Universidad Nacional

Autónoma de México (UNAM). Consultado en: <http://www.cch.unam.mx/historia el 25/07/ 2015 a las 17:28 Hrs.>

- Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades (2014). *Misión y filosofía*. México, D.F: Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Consultado en: <http://www.cch.unam.mx/misionyfilosofia el 25/07/2015 a las 17:35 Hrs.>
- Galeano, Eduardo (2000). *El libro de los abrazos*. México, D.F: Ed. Siglo XXI.
- García, Cabrera Belinde (2009). *Las dimensiones afectivas de la docencia*. México, Vol. 10 # 11, ISSN: 1067-6079 consultado en: <http://www.revista.unam.mx/vol.10/num11/art71/int71.htm>
- Heller, Ágnes (1980). *Instinto, agresividad y carácter*. Barcelona: Ed. Península.
- Heller, Ágnes (2011). *Teoría de los Sentimientos*. México: Ediciones Coyoacán, S.A. de C.V.
- Lowen Alexander (1991). *El narcisismo o la negación de nuestro verdadero ser*. México: Editorial Pax.
- Mahamud, Kira (2012). *Emociones y sentimientos: Coordinadas históricas y multidisciplinares en un campo de estudio clave*. EN: Revista Arrow, México, No. 16. Consultado en: http://www.adide.org/revista/index.php?option=com_content&task=view&id=446&Itemid=7 2 consultado el 27/03/15 a las 21:34 Hrs.

- _Moreno Salvador (2002). *De cómo los sentimientos tienen un lugar propio en la educación*. EN: Revista Sinéctica, Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, Guadalajara, México, No. 19.
- Philip. Rice F. (2000). *Adolescencia: Desarrollo, relación y cultura*. Madrid: Prentice Hall.
- Portal: EducarChile (2013). *Expresar los sentimientos*. Consultado en: <http://ww2.educarchile.cl/UserFiles/P0037/File/Orientador%20y%20Jefe%20UTP/%20Sentimientos.pdf> el 24/02/2015 a las 17:29 Horas.
- Portal: Estrés y ansiedad (2015) *Emociones, pasiones y sentimientos*. Consultado en <http://www.estresyansiedad.com.ar/PDF/emociones%20pasiones%20sentimientos.pdf> el 27/02/2015 a las 23:05 Horas.
- Portal: Pedagogía a distancia (2011). *Glosario de la Teoría de la Educación, Educación integral*. Consultado en: <http://pedagogia-a-distancia.blogspot.mx/2011/03/glosario-de-teoria-de-la-educacion.html> el día 31/08/2015 a las 18:23 Hrs.
- Primero Rivas Luis Eduardo (2012). *El conocimiento actual I*. México, D.F: Ediciones CAPUB.
- Primero Rivas Luis Eduardo (2014). *Desarrollos de la nueva epistemología*. Sello editorial de la Universidad del Cauca. (Edición de los autores, libro en proceso editorial por la Universidad del Cauca, Colombia).

- Primero, Rivas Luis Eduardo (2000). *¿Cuál Ágnes Heller?* México: Primero Editores.
- Primero, Rivas Luis Eduardo (2010). *Filosofía y educación desde la pedagogía de lo cotidiano*. México D.F: Editorial Torres Asociados.
- Sierra Gabriela (2002). *Sentir para transformar la educación*. EN: Revista Sinéctica, Guadalajara, México: Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, No. 19, ISSN: 1665-109X. Recuperado en: Bibliografía Latinoamericana en revista de investigación científica y social: http://sinectica.iteso.mx/assets/files/articulos/19_sentir_para_transformar_la_educacion.pdf Consultado el 27/02/2015 a las 23:43 Horas.
- Tey Teijón, Amelia (2006). *La Educación de los Sentimientos: Algunas reflexiones sobre las relaciones educativas*. Salamanca, España: Universidad de Salamanca.
- Ulich, Dieter (1985), *El sentimiento. Introducción a la psicología de la emoción*. Barcelona: Herder.