



Educar con cuidados: menos castigo, más convivencia

Es necesario centrar la educación no solo en las disciplinas, sino en aprender a resolver conflictos emocionales para una mejor convivencia.

Miguel Ramírez Fuentes

21 de octubre de 2024

Normalmente se piensa que la educación se basa únicamente en el conocimiento; repasar lecciones y aprender conceptos, pero dentro de las aulas también hay emociones. Alumnas y alumnos experimentan conflictos emocionales que, sin el acompañamiento adecuado, pueden repercutir en su desempeño académico y su salud mental.

Así lo describió José María Avilés, doctor en psicología por la Universidad de Valladolid, España, quien estuvo en el Seminario: *Cuidados para la vida y el bien común* del Centro de Ciencias de la Complejidad (C3) el pasado 14 de agosto.

Avilés es presidente de la Asociación Red Convivencia y Bienestar EAsenRED, una organización que se encarga de reunir y reforzar a las comunidades educativas que trabajan en red bajo un modelo de convivencia sostenible, bienestar y cuidados.

“En la educación no todo es académico. En las escuelas y en las aulas entramos con el corazón también, entramos con nuestros conflictos y los ponemos en juego aunque no queramos”, enfatizó el profesor en el Departamento de Psicología de la Facultad de Educación de la Universidad de Valladolid.

Sin embargo, no es común que en los espacios educativos haya el acompañamiento necesario, lo que puede influir en la salud mental de las y los estudiantes y el aumento en la tasa de depresión, ansiedad y conductas suicidas.

En su charla, Avilés comentó que hay un sobreuso de fármacos para tratar este aumento de trastornos mentales. “No podemos tener a los niños, niñas y adolescentes hiper-medicalizados porque estamos haciendo un diagnóstico de falta de acompañamiento emocional, de sentimientos de soledad, de reconocimiento”.

Con base en estudios realizados en España, como el [informe](#) “Barómetro de la soledad no deseada en España”, Avilés explicó que la sensación de sentirse solo está más presente en las juventudes en comparación con los adultos mayores. Parte de este estudio indica que las personas de 16 a 24 años de edad son las que sufren este sentimiento que representa el 21.9% (14 puntos por encima de la media total).

El especialista en convivencia escolar apuntó que la causa es la falta de acompañamiento: “Esta soledad de muchos alumnos y alumnas que tienen que [hacerle] frente a los mandatos sociales, a los mandatos del Internet y las redes sociales, a los mandatos de sus iguales, a los mandatos de la propia sociedad evolucionada hoy día con la inteligencia artificial, está planteando retos que tienen que responder solos porque no están acompañados”.

Por tal motivo, es necesario centrar la educación no solo en saber matemáticas o historia, sino en aprender a resolver conflictos emocionales para una mejor convivencia. He aquí donde surge el vínculo con la perspectiva de cuidados.



Avilés, en la charla, destacó la importancia de los cuidados en la educación.

Los cuidados, como lo indica su definición, son actos que implican ayudarse o ayudar a otros. Con su realización, se puede llegar al bienestar y esto, desde la perspectiva de Avilés, radica en un “encuentro colectivo”.

“Hay que escuchar a las personas porque son las que saben qué pueden hacer, cómo pueden hacerlo, con quién pueden hacerlo, a quién pueden aliarse para generar esta cultura de cuidados en su comunidad”, aseguró.

Dentro de estas acciones, la escuela juega un papel importante dentro de la construcción de cuidados. Avilés añadió que la escuela, al estar vinculada con la sociedad, está rodeada por una serie de “ideas que residen en el individualismo y supremacismo [ventaja de algún sector social sobre otro, sea por razones de género, raza u origen]”. Estos aspectos relegan el cuidado y la empatía hacia los demás.

Aunado a estas ideas, invisibilizar la vulnerabilidad y aquellos aspectos que pueden afectar a los jóvenes emocionalmente repercute en el cómo perciben y se perciben, pues pueden crear un concepto distinto de la realidad por medio de relatos y situaciones que pueden llegar a ver en el entorno digital, por ejemplo.

“Muchos adolescentes, ante las demandas sociales, están construyendo sus relatos solos y en muchas ocasiones están construyendo relatos equivocados contra sí mismos”.

Por lo que en el ámbito de los cuidados es necesario “tenerlo presente para trabajar aspectos en la escuela como son la inclusividad y la diversidad”.

Corregir, prevenir y construir

Para poder implementar la cultura de cuidados, es prioritario hacerlo desde las escuelas. Y para integrarla en el sistema educativo, Avilés describió tres niveles: reactivo, preventivo y proventivo.

El nivel reactivo se refiere a la protección del alumnado a través de leyes y normativas dentro de las escuelas. El nivel preventivo pone énfasis en el rol del profesorado para identificar situaciones de riesgo antes de que derive en problemas. Finalmente, el nivel proventivo consiste en construir relaciones personales y valorar la vivencia del alumnado en las aulas.

Analizando estos niveles, Avilés destacó que actualmente las escuelas se quedan en los niveles reactivo y preventivo: “Muchas escuelas se sitúan en el control únicamente. Están [las autoridades y profesores] en una actitud defensiva (...) Yo lo denomino como una actitud bombero; son bomberos que van apagando fuegos conforme van surgiendo y no tienen tiempo de hacer otras actividades en la propia escuela que conduzcan a una convivencia más constructiva, a una práctica de cuidados”.

Ejemplo de ello es lo que hacen muchas escuelas frente al acoso escolar o **bullying**: “Se abordan los conflictos y los problemas, o incluso el acoso, el bullying, el cyberbullying desde un punto de vista punitivo a partir de la criminalización. Esto no da resultados”, añadió el académico.

La Red por Derechos de la Infancia en México (REDIM) indicó en una [encuesta](#) de 2023 que el 28% de adolescentes en México (12 a 17 años de edad) han experimentado algún tipo de acoso escolar. Esto equivale a 3.3 millones de estudiantes a nivel nacional.

El acoso escolar va desde burlas y rechazo, hasta agresión física y digital. REDIM, en otro de sus [trabajos](#), analizó la violencia escolar en México. En 2023, tres de cada cuatro adolescentes de entre 12 y 17 años sufrieron violencia psicológica en las escuelas, mientras que una quinta parte tenía entre 6 y 11 años.

Este tipo de violencia que afecta a las y los alumnos conlleva a padecimientos que inciden en su salud mental. El mismo informe destacó el malestar emocional, la ansiedad junto con estrés postraumático y la depresión como consecuencias de este tipo de violencia.



En el seminario se habló de que los cuidados, desde la perspectiva de Avilés, radican en un “encuentro colectivo”. Foto de Miguel Ramírez Fuentes.

(Avilés, 2023)				
NORMATIVO	ORGÁNICO	CONVIVENCIAL	RELACIONAL	PERSONAL
Legislación	Legitimación	Soporte	Procesos	Patrones Individuales
SÉGURIDAD JURÍDICA	PRESENCIA OFICIALIDAD	ESTRUCTURAS	PRÁCTICA SOCIAL	INTERNALIZACIÓN
Leyes	Plan de Convivencia	Grupo-Equipo Figuras	Comunicación Participación Interacción	Autocuidado Cuidado de otras personas
GARANTÍAS DEMOCRÁTICAS	INSTITUCIONALIDAD	CONTEXTUALIZACIÓN	CLIMA SOCIAL	VIVENCIA

Garantías democráticas, José María Avilés. Foto de C3 UNAM.

Cambios a nivel estructural

José María Avilés señaló que es importante un cambio en cómo las escuelas resuelven conflictos, pero sobre todo, en inculcar un sistema de cuidados:

“Si las escuelas no tienen [sistemas de cuidados] difícilmente va a haber prácticas sostenibles. Sí, habrá personas que cuidan, por supuesto, pero el cuidado no será una vivencia de la escuela, será una vivencia de personas. No será cultura de cuidado sino serán cuidados aislados”.

En la revista *Innovación educativa*, Avilés escribió un [artículo](#) en 2017 donde estudia el Sistema de Ayuda entre Iguales (SAI), una serie de estructuras en la que el alumnado puede participar de forma activa para una mejor convivencia. En estas estructuras se encuentran la acogida, la ayuda, la mediación y la tutoría o mentoría.

Con base en un estudio previo en otro [artículo](#) de la revista brasileña *AMAzônica*, el investigador publicó un sistema denominado Equipos de Ayuda™ (EA). Éste consiste en una serie de estructuras que impulsan el trabajo en equipo entre alumnado y profesorado. Las estructuras son un conjunto de relaciones que establecen la forma de abordar un conflicto mediante acciones como la ayuda, la convivencia, la participación, el diálogo, entre otros. Avilés también describió los EA como un modelo horizontal que construye estructuras permanentes de cuidados en las escuelas. “Cuando hablamos colectivamente, se fundamenta un elemento de cohesión, de sentido de pertenencia dentro de las comunidades educativas”, destacó.

En los EA existen dos agentes de cuidado: el alumnado y el profesorado. Éste último debe servir para orientar, moderar y ayudar a las y los estudiantes para que encuentren soluciones.

Otra [investigación](#) publicada en la revista *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, Avilés, junto con el especialista en Educación, Rafael Petta Daud, indicó que las estructuras de los EA han ayudado al profesorado a prevenir y resolver formas de maltrato, entre ellas el acoso escolar o *bullying*. “Encontramos diferencia significativa respecto al acoso respecto al bullying en ámbitos donde existen estas estructuras. Hay más profesorado que interviene contra el acoso que en aquellos lugares donde no las hay”, apuntó.

Si bien este estudio fue una comparativa entre escuelas de España y Brasil, el contexto es fundamental para comprender los cuidados que las escuelas necesitan: “Cada comunidad educativa organiza, se inspira, proyecta los cuidados de forma particular. Por lo tanto, los contextos son muy importantes”, indicó el creador de Equipos de Ayuda™.

“Para construir, debemos partir de la realidad de cada escuela, de cada contexto educativo, de cada familia, de cada profesorado para empezar a tomar decisiones conscientes”.



Garantías democráticas, José María Avilés. Foto de C3 UNAM.

En el caso de México, Avilés aclaró que es importante desarrollar modelos de EA que respondan a las necesidades de cada centro educativo. No puede funcionar un mismo modelo en todas las escuelas: “Por eso habría que pensar en otros modelos, quizá en modelos más reducidos de implantación, más controlados, más experimentales para ver cómo empezarían a funcionar”.

Por tanto, un primer paso para implementar estos modelos es un compromiso político por parte de las autoridades educativas que incite al cambio y beneficie la salud mental, así como la convivencia del alumnado. Se trata, dijo el investigador, de lograr que la escuela sea un lugar de encuentro para el cuidado colectivo.

Ligas de interés

- Video de la exposición en el C3:

<https://www.youtube.com/live/6vY9cFRdSFg>