

Notas de un Seminario

La literatura como herramienta para la educación emocional

Laura Rodríguez Bordoy | Maestra. Montevideo.

El presente artículo narra algunos aspectos trabajados en el Seminario *Educación emocional como clave para la educación ciudadana*, dictado en el año 2016 por la Dr.^a Helena Modzelewski, enmarcado en la Licenciatura en Educación de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, UdelaR.

Dos temas resultaron centrales: ¿es posible “educar” las emociones?; ¿en qué medida puede resultar relevante la literatura como instrumento para abordar la temática de la educación emocional?

Con relación a si es posible educar las emociones queremos compartir muy brevemente algunas ideas de la teoría de las emociones de Martha Nussbaum¹.

Para Nussbaum (cf. Modzelewski, 2014), las emociones son un medio para ampliar la racionalidad con el fin de cultivar la ciudadanía democrática, las emociones son la forma que tenemos de reconocer lo que nos va a ser útil para la vida y para lograr la *eudaimonia*, la felicidad. La jerarquización la vamos realizando desde que nacemos a través de las vivencias de miedo, ansiedad, alegría, esperanza.

Su teoría se encuentra dentro de las teorías cognitivas, pero hace énfasis en la posibilidad de que la significación moral y psicológica de las emociones puede ser explicitada no solo en forma proposicional, sino a través del arte. Ella lo enfoca en la literatura. A través de la literatura, uno puede transitar el proceso desde el extrañamiento hacia el reconocimiento, pudiendo ponerse en el lugar de otro, aunque ese otro sea lejano, en su edad, en su condición social, en cuanto al lugar geográfico donde vive, etcétera. Se da una relación empática donde el que está leyendo o escuchando la

¹ Filósofa estadounidense. Nació el 6 de mayo de 1947 en Nueva York. Su actividad se centra, básicamente, en cuatro ámbitos: la recuperación de la ética antigua y su valor en nuestros días; el estudio de las emociones; la teoría de la justicia y sus implicaciones en el mundo de hoy; la superación de las desigualdades por cuestiones de sexo, raza o procedencia social.

obra literaria puede sentir el sufrimiento, la felicidad, la marginación, la infelicidad... del protagonista así como compasión por el otro, piedad o temor... La literatura es una herramienta para este proceso, pues genera empatía, activa las emociones y la imaginación del lector.

«...la literatura llega a conmover por medio de la manifestación de lo que compartimos como humanidad: los sentimientos, la conciencia, la razón. Por lo tanto, la literatura tiene como característica relevante para una ética global de reconocimiento recíproco el ser capaz de posibilitar el tránsito del extrañamiento al reconocimiento, al permitir acceder a través de la imaginación a la vida de otras personas que podrían haber sido nosotros mismos.» (Modzelewski, 2006:67)



La literatura:

- ▶ Posibilita el desarrollo de las emociones.
- ▶ Asegura la identificación del lector con el otro.
- ▶ Permite el reconocimiento del otro.
- ▶ Abre la posibilidad de ser afectado como el otro y por el otro, reconociendo la propia vulnerabilidad.
- ▶ Evita la indiferencia social.
- ▶ Tiene poder empático: desarrolla la empatía.
- ▶ Genera cercanía entre el lector y los personajes.
- ▶ Contribuye a una sociedad democrática, busca la justicia social, persigue el bien común.

Nussbaum plantea utilizar los relatos como instrumentos, ya que permiten la reconstrucción del origen de una emoción, y por tanto posibilitarían que esta fuera modificada en el caso de que la información que da origen a esa emoción no se correspondiera con la emoción que debería haber suscitado.

Nussbaum no va más allá de proponer la narración, y particularmente la incluida en la literatura, como una herramienta para llevar al aula y trabajar las emociones. En ningún momento plantea un método de trabajo para llevar adelante esta propuesta. En el seminario, Helena Modzelewski aporta el concepto de autorreflexión como un camino posible para llegar a dicho fin.

La autorreflexión es un legado hegeliano, es un "conócete a ti mismo", tu verdad; pero para conocer mi verdad necesito de los otros, ese intercambio es el que me posibilita desarrollar la autorreflexión, y a su vez me va a permitir el desarrollo de metaemociones (emociones acerca de mis emociones) que son las encargadas de promover o de continuar con determinada emoción.

En los últimos años ha tomado fuerza el concepto de educación emocional, en general asociado al avance de las neurociencias y la psicología. Si hacemos una rápida búsqueda, podemos encontrar literatura sobre el tema desde la primera década del siglo xx. En el seminario hemos ido mucho más atrás, ya que se abordó el análisis de las emociones y su "educabilidad" desde la filosofía.


Para su tesis, Helena Modzelewski hace una reseña histórica, y frente a la amplitud de información plantea que las emociones han sido definidas por diferentes tradiciones filosóficas a lo largo de la historia como básicamente fisiológicas o como cognitivas, además de todos los matices.

El seminario me dio la oportunidad de reflexionar sobre la conceptualización de las distintas emociones y su "educabilidad". Saber que educar emocionalmente no es trabajar el amor una semana, y otra la tristeza; las emociones están ahí, conviven con nosotros, se superponen, se mezclan, se entrecruzan. Destacó la importancia de generar espacios y poner en práctica estrategias que nos permitan reconocer emociones y ponerlas en palabras. Y eso no puede darse en actividades aisladas, tiene que ser una forma de estar y de vivir la cotidianidad de la escuela.

El arte y, particularmente, la literatura nos brindan infinitas posibilidades. Está en los docentes la búsqueda intencional de textos que nos ayuden a que se dé el intercambio en nuestros grupos. Que los relatos nos abran a nuevos mundos, a diversas situaciones, y que den lugar a poner en palabras las emociones que nos generan, verlas en los otros y conocernos así un poco más.

La propuesta es tomarse un momento para ponerse en situación y pensar en un texto que te haya conmovido, movilizado, alegrado o enojado, que te haya llevado a lugares nuevos y a sentir sensaciones que no has experimentado.

No debemos olvidar que la primera función de los cuentos es, al decir de Puentes de Oyenard (1987), deleitarnos con sus palabras, con su mensaje estético; luego nos conectamos con lo que transmiten de acuerdo a las vivencias más íntimas de cada lector o escucha.

La invitación es pensar en nuestro grupo y sumergirnos en la búsqueda de distintos tipos de cuentos (mitos, cuentos fantásticos, folclóricos, literarios, leyendas, sagas, fábulas), relatos que envuelvan a los niños en el disfrute de las palabras, de los sonidos, que los inviten a conocer otras realidades, otros mundos, situaciones, conflictos; alegrías que los motiven al intercambio, a la reflexión, a ponerse en el lugar del otro y conocerse un poco más a sí mismos; reflexionar sobre las emociones que les provocan, reconocerlas, mirarlas, y analizar también la posibilidad de transformarlas. 



Referencias bibliográficas

MODZELEWSKI, Helena (2006): "Enseñanza de la literatura para una apertura de la alteridad" en *Actio*, Vol. 8 (Noviembre), pp. 63-76. En línea: <http://www.actio.fhuce.edu.uy/Textos/8/Helena%20Modzelewski.pdf>

MODZELEWSKI, Helena (2014): "Autorreflexión y educación de las emociones para la democracia. Entrevista a Martha Nussbaum" en *Areté*, Vol. 26, N° 2, pp. 317-333. En línea: <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/arete/article/view/11111/11626>

MODZELEWSKI, Helena (2016): "Fundamentos para un programa de educación de las emociones en una sociedad democrática" en *Andamios. Revista de Investigación Social*, Vol. 13, N° 30 (Enero-Abril), pp. 83-110. En línea: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=62845862005>

PUNTES DE OYENARD, Sylvia (1987): *El cuento y los cuentacuentos*. Montevideo: Ed. AULI.