Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), mayo-junio 2024,
Volumen 8, Número 3.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3

PENSAR LAS EMOCIONES EN EL AMBIENTE ESCOLAR: UNA MIRADA DESDE LOS DIFERENTES ENFOQUES

THINKING ABOUT EMOTIONS IN THE SCHOOL ENVIRONMENT: A LOOK FROM DIFFERENT APPROACHES

Lizeth Johanna González-Alfonso
Universidad de la Salle, Colombia

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.12120

Pensar las Emociones en el Ambiente Escolar: Una Mirada desde los Diferentes Enfoques

Lizeth Johanna González-Alfonso[1]
lizeth.gonzalez.alfonso@gmail.com
https://orcid.org/0009-0004-5002-7575
Universidad de la Salle
Magíster en Educación, Universidad de los Andes
Licenciada en Lingüística y Literatura, Universidad La Gran Colombia
Docente de la Secretaria de Educación de Soacha
Colombia

RESUMEN

El presente artículo se centra en comprender las distintas perspectivas teóricas sobre las emociones, explorando las contribuciones de varios autores clave, para recocer la importancia y transcendencia dentro el contexto educativo. La estrategia metodológica empleada se basa en un enfoque cualitativo, mediante la revisión bibliográfica-descriptiva, que adopta la siguiente ruta metodológica: delimitación de componentes, formulación del camino metodológico, selección y sistematización de la información, análisis de los hallazgos y elaboración del documento. La intención de este artículo es la comprensión de los distintos enfoques que abordan las emociones, dado que, las ideas desarrolladas a lo largo del texto invitan al lector a reflexionar y dialogar con las múltiples fuentes para profundizar en el posicionamiento teórico de las emociones, considerando las perspectivas biológicas, neurológicas, psicológicas, políticas y educativas. Teniendo en mente esto, el documento intenta trazar abordaje del concepto de emociones desde diferentes enfoques, los componentes que constituyen la emoción y las distintas clasificaciones de las emociones; destacando la importancia de integrar de los distintos enfoques para una comprensión holística en el ámbito escolar.

Palabras clave: emociones, perspectivas de las emociones, herramientas educativas

[1]Autor principal
Correspondencia: lizeth.gonzalez.alfonso@gmail.com

Thinking about Emotions in the School Environment: A Look from Different Approaches

ABSTRACT

This article focuses on understanding the different theoretical perspectives on emotions, exploring the contributions of several key authors, to recognize the importance and transcendence within the educational context. The methodological strategy used is based on a qualitative approach, through the bibliographic-descriptive review, which adopts the following methodological path: delimitation of components, formulation of the methodological path, selection and systematization of information, analysis of the findings and preparation of the document. The intention of this article is to understand the different approaches that address emotions, since, the ideas developed throughout the text invite the reader to reflect and dialogue with multiple sources to deepen the theoretical positioning of emotions, considering biological, neurological, psychological, political and educational perspectives. With this in mind, the document attempts to outline an approach to the concept of emotions from different approaches, the components that constitute emotion and the different classifications of emotions; stressing the importance of integrating different approaches for holistic understanding at school level.

***Keywords*:** emotions, perspectives of emotions, educational tools

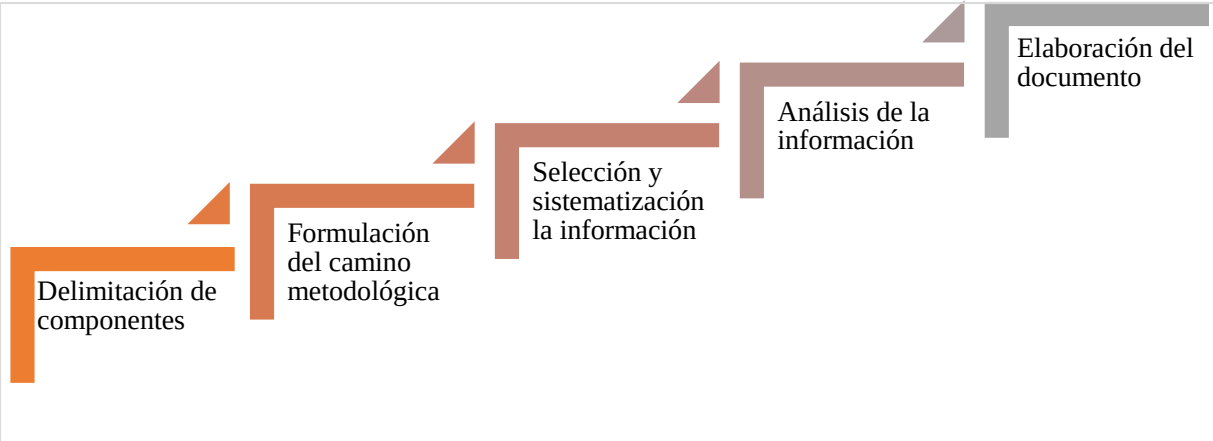
Artículo recibido 15 mayo 2024
Aceptado para publicación: 18 junio 2024

INTRODUCCIÓN

Al examinar la literatura sobre las emociones, los distintos autores indican que estas son innatas al ser humano, por lo que realzan su importancia e impacto en el desarrollo del sujeto y aunque el estudio de las emociones constituye un tema clásico dentro de la psicología, ha logrado despertar la curiosidad en otras áreas, lo que ha contribuido a consolidar diversas representaciones en torno a la definición de emoción, por este motivo es necesario examinar las emociones desde la perspectiva biológica, neurológica, psicológica, política y educativa.

La visión reflexiva y crítica de este artículo sigue la metodología de la revisión bibliográfica-descriptiva, para consolidar definiciones contemporáneas sobre el concepto de emoción, en cuál ha estado en constante evolución, para ello, se desarrolla una ruta metodológica de revisión bibliográfica que se detalla en la Figura 1.

Figura 1. Ruta metodológica para la revisión bibliográfica descriptiva



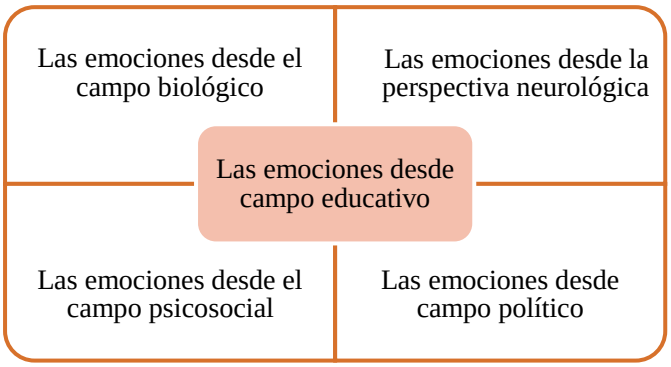
El anterior diagrama, muestra cinco fases: la delimitación de componentes, la descripción del camino metodológico, selección y sistematización de la información, análisis de información sistematizada y la elaboración del documento. La primera presenta *la delimitación de componentes*, en donde se definen las categorías analíticas y objetos de investigación de interés para la investigación; la segunda fase es *la descripción del camino metodológico* en el que se presenta el proceso a seguir, desde la selección de categorías, la búsqueda de información, la temporalidad, el registro de la información y la organización correspondiente.

Mientras que, la tercera fase abarca la *selección y sistematización*, esta inicia con la búsqueda información en bases de datos científicas, dándole precisión y rigor a los datos obtenidos, a partir del

criterio de confiabilidad y calidad, seguidamente se procede a la sistematización de la información recopilada a través una matriz bibliográfica; la cuarta fase implica el *análisis de información sistematizada*, a través de un constructo lógico que revela postulados teóricos, incluye la verificación, comprensión y para ser analizada desde diferentes perspectivas las cuales reflejar su alcance. Finalmente, esta *la elaboración del documento* que expresa cuidadosamente las ideas de forma clara y coherente.

El proceso metodológico descrito anteriormente permite identificar cinco perspectivas que direccionan las reflexiones establecidas en el presente artículo. Estas se organizan dentro de la matriz analítica representada en la figura 2.

Figura 2. Matriz analítica



En la matriz analítica, que expone la figura 2, se presenta: las emociones desde el campo biológico, las emociones desde la perspectiva neurológica, las emociones desde el campo psicosocial, las emociones desde campo político y las emociones desde campo educativo. La consolidación de estos enfoques se construye a través de las distintas concepciones teóricas y académicas, exploradas en 62 documentos, artículos e investigaciones 37 pertenecientes a la producción académica internacional y 25 a la nacional (Colombia), que tienen relación directa con la temática investigativa abordada.

En este proceso, estuvo direccionado por tres criterios de selección, el primero corresponde a la confiabilidad de la información, por tal razón se búsqueda se centró en bases de datos científicas y académicas, tales como Teseo, Dialnet, Redalyc, Scopus, Scielo y Google Academic. El segundo criterio, delimita la revisión bibliográfica a literatura y el último criterio se relaciona con la elección de la temática, ya que los documentos y artículos investigativos deben articulan las emociones dentro del ámbito escolar.

RESULTADOS

Las emociones, entendidas como respuestas complejas que involucran procesos fisiológicos, cognitivos y conductuales, han sido objeto de estudio desde diversas perspectivas académicas. Esta revisión documental explora cómo los diferentes enfoques que abordan las emociones, destacan sus intersecciones y complementariedades para una comprensión integral de este fenómeno humano fundamental.

Las emociones desde el campo biológico

La comprensión de las emociones a partir del campo biológico se argumenta desde Darwin, quién expone sus principales postulados en el libro *La expresión de las emociones en el hombre y en los animales*, declarando que las emociones son comportamientos inclinados a la selección natural, porque hacen parte de una disposición para llevar a cabo una acción, que sirve como reacción a una situación específica, que desencadena una reacción corporal que contribuye a la supervivencia del organismo (Hernández-Zambrano, 2010, p,13), dado que cumplen una función adaptativa, la cual repercute en la supervivencia. Un ejemplo claro, es la retracción de las orejas del gato en situación de peligro, inicialmente era una medida de protección adoptada por el animal para evitar mutilaciones y con el trasegar del tiempo, la retracción de las orejas se volvió una expresión emocional que se transformó en un estado mental, la cual se activa en situaciones de peligro de manera generalizada en la especie, volviéndose una respuesta automática ante una situación que implique peligro (Hernández-Zambrano, 2010).

Avanzando con esta perspectiva se hallan los planteamientos de Maturana (1997), el cual indica que las emociones son disposiciones corporales para la acción y que suelen ser dinámicas, este planteamiento lleva a la comprensión de que “no hay una acción humana sin una emoción que la fundamente y la haga posible” (Otero, 2006, p. 29).

Del mismo modo Maturana indica que la emoción esta subvalorada con relación a la razón, indicando que no somos seres racionales con breves momentos emotivos, sino por el contrario somo seres emocionales con momentos racionales, afirma que no es la razón lo que nos lleva a la acción sino la emoción. Plantea que “al declararnos seres racionales vivimos una cultura que desvaloriza las emociones, y no vemos el entrelazamiento cotidiano entre razón y emoción que constituye nuestro vivir

humano, y no nos damos cuenta de que todo sistema racional tiene un fundamento emocional" (Maturana, 1997, p. 15). Los vínculos entre la emoción y la razón son innegables, por lo tanto, los procesos cognitivos son una fuente importante para las emociones.

Sin embargo, no todos los autores que abordan las emociones desde la perspectiva biológica defienden esta dinámica relacional; literatos como Damasio (1997), reconocen esta dualidad, pero indican que las "emociones y sentimientos puedan causar estragos en los procesos de razonamiento [...] resulta aún más sorprendente y novedoso que la ausencia de emoción y sentimiento sea igualmente perjudicial, pueda comprometer la racionalidad que nos hace distintivamente humanos" (Damasio, 2005, p. 12), dado que no se puede afirmar que un proceso es netamente racional porque existirían sesgos emocionales, netamente racional porque en ciertos aspectos del procesamiento de emociones y sentimientos son indispensables para la racionalidad.

Damasio, recopila tres elementos, el primero, el estado de sensación que puede ser representado inconscientemente; el segundo, el estado de emoción que puede ser desencadenado y ejecutado inconscientemente; y tercero, el estado de sentimiento en donde el sujeto es consciente de su sentir. Estos postulados fundamentan la distinción entre sentimientos y emoción que presenta.

Damasio afirma,

> "Las emociones, y las sensaciones de las emociones, respectivamente, son el principio y fin de una progresión, pero la relativa exhibición pública de las emociones y la completa privacidad de las sensaciones correspondientes, indican que los mecanismos a lo largo de ese continuo proceso son bastante diferentes" (Damasio, 2005, p. 52).

Es decir, que las emociones se expresan de manera pública por las conductas que generan, mientras que los sentimientos se mantienen en la esfera de lo privado, pues hacen parte de la percepción consiente de los cambios físicos que se generan de manera individual. Damasio enfatiza que las emociones son fenómenos físico-químicos que sirven a la supervivencia de un organismo.

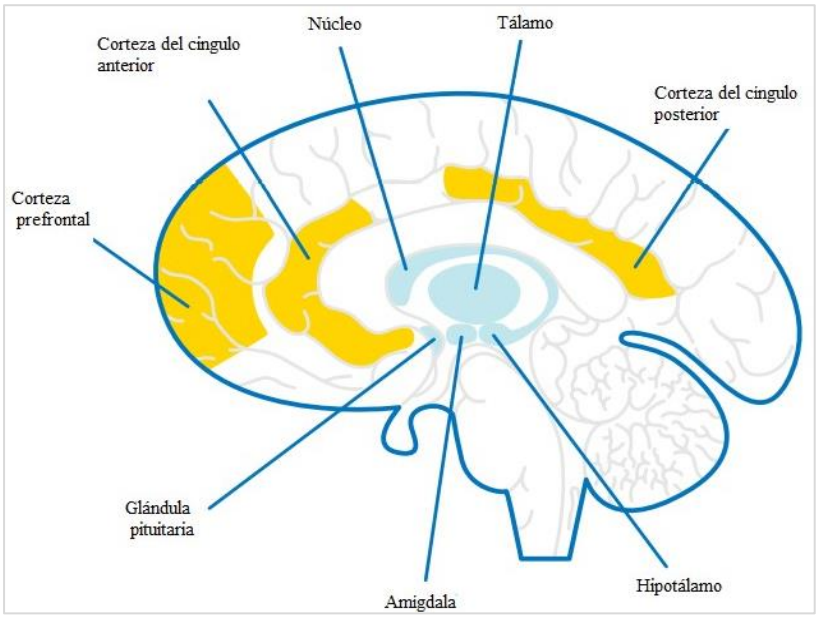
Tras el análisis de la perspectiva biológica propuestas en este artículo, se reconoce que las emociones tienen un componente biológico, pues sirven para la sobrevivencia de la especie y emergen a partir de la percepción de estímulos externos o internos, generando ciertas conductas o comportamientos en los organismos que contribuyen a su supervivencia. Igualmente, se acepta la diferencia entre emoción y

sentimiento, pues en esta última, se arguye la capacidad de conciencia en la especie humana para identificar las emociones en las que se encuentran en su cotidianidad.

Las emociones desde la perspectiva neurológica

La neurociencia se ha encargado del estudio del sistema nervioso; sus avances en los últimos años han permitido comprender diferentes aspectos relacionados con el funcionamiento y la estructura del cerebro. Desde esta perspectiva, los seres humanos son individuos en constante movimiento, por lo tanto, son sistemas activos capaces de transitar de una emoción a otra, por este motivo la emoción pertenece a un estado fisiológico- conductual. Como lo demostró el estudio científico de LeDoux (1999) citado en Cuadrado (2021), el cual indica que el componente emocional se localiza dentro del sistema límbico: En la amígdala, en el hipocampo y en la corteza cerebral o cerebro racional. Este sistema tiene funciones de metaconocimiento, lo que permite los seres humanos tener conciencia sobre sus estados emocionales, partiendo del discernimiento, análisis y comprensión de dichos estados. Razón por la cual, se presenta la *figura 3*, denominada "vista medial del cerebro y de las áreas relacionadas con las emociones", pues presenta las estructuras nerviosas del cerebro que se relacionan con la gestión emocional. Como se observa, esta postura tiene mucha relación con la teoría biológica, pero profundizan aún más en el funcionamiento del cerebro.

Figura 3. Vista medial del cerebro y de las áreas relacionadas con las emociones



Fuente: Tomado Neuroscience and learning through of the game: a summary of the evidence. Noviembre 2017.

Como se puede observar en la *figura 3*, las emociones tienen su sede biológica en un conjunto de estructuras nerviosas denominado sistema límbico, que incluye el hipocampo, la circunvalación del cuerpo calloso, el tálamo anterior y la amígdala. De esta manera al referirse al pensamiento, emoción o conductas, no se pueden comprender como entidades separadas, sino por el contrario como elementos articulados.

Por lo tanto, en algunas ocasiones los seres humanos reaccionan de manera instantánea, sin coordinar sus ideas con su actuar. En estos casos, según sea la emoción, así mismo será la reacción, generalmente esta respuesta es involuntaria e inmediata, debido a que la emoción se procesa primero en la amígdala. Por esta razón, el cuerpo experimenta la emoción y actúa antes de pensar; recibiendo la información de manera tergiversada, de forma previa, por lo que el cerebro pensante no puede reaccionar y tomar con calma la información suministrada. Este proceso se da porque en la amígdala quedan grabados sucesos significativos y al presentarse situaciones similares se asocian de manera inmediata al sentir y evoca las emociones que se vivieron en esos acontecimientos.

Bajo esta interpretación Goleman (1995), indica que la amígdala funciona como centro de acopio de la memoria emocional, pues logra explorar las experiencias y contrasta las situaciones actuales con sucesos ocurridos en el pasado. Para ello, el método empleado es el asociativo, que equipara cualquier situación presente a otra pasada, ya que encuentra rasgos similares, es decir que, "reaccionar al presente con respuestas que fueron grabadas hace ya mucho tiempo […], con reacciones aprendidas en respuesta a acontecimientos vagamente similares, lo suficientemente similares como para llegar a activar la amígdala" (Goleman, 1995, p. 32).

Por esta razón, los estallidos emocionales que se generan en la amígdala resultan poco precisos, pues se actúa antes de que haya confirmación plena de que la información es real y clara. En definitiva, cuando una persona siente ciertas sensaciones que lo dejan inmóvil o impetuoso, está experimentando una emoción en su máximo nivel, debido a la función de la amígdala; posteriormente, esa sensación es comprendida por el cerebro pensante que determina la manera consciente de su actuar.

Desde esta perspectiva Lange (1884) plantea que las emociones son sucesos que ocurren como resultado de reacciones fisiológicas a los eventos externos, en otras palabras, en la medida que se percibe un estímulo, el sistema nervioso desarrolla reacciones físicas (aumento en la frecuencia cardíaca,

temblores, malestar estomacal, entre otras), que son interpretadas por el componente emocional. Según esta teoría, al estar paseando por el bosque y ver una serpiente venenosa; el cuerpo comienza a temblar y los latidos de corazón se aceleran, por lo tanto, se deduce que está asustado (Rodríguez, 2022). En este razonamiento no se tiembla porque este asustado, sino que, se siente asustado porque está temblando; ya que una emoción no puede constituirse a partir de "material mental", sino sólo a partir de sus síntomas corporales.

En oposición, el autor Cannon (1927) concluyó tras varios estudios que se puede experimentar reacciones fisiológicas vinculadas a las emociones, sin sentir realmente esas emociones como es el caso del ejercicio, el cual acelera el ritmo cardiaco, y no representa una emoción. De igual forma, argumentó que los cambios viscerales no son suficientemente rápidos para provocar estados físicos, en ese sentido si una persona se encuentra en peligro, la sensación inicial será el miedo antes de percatarse de la aceleración de la frecuencia cardiaca o síntomas asociados. Esta teoría afirma, que es en el tálamo donde se producen las emociones, cuando envía un mensaje al cerebro en respuesta a un estímulo, por lo que la experiencia física y psicológica de la emoción ocurre de manera simultánea y una no depende de la otra.

Como se ha mencionado, las emociones involucran la mente y el cuerpo, y una depende de la otra, de manera que existen dos percepciones, la primera, que las emociones afectan al cuerpo desde la mente, y la segunda, que las emociones afectarían a la mente mediante el cuerpo. Esta tesis no pretende defender una de las dos posturas, por el contario reconoce la relación entre emociones, mente y cuerpo.

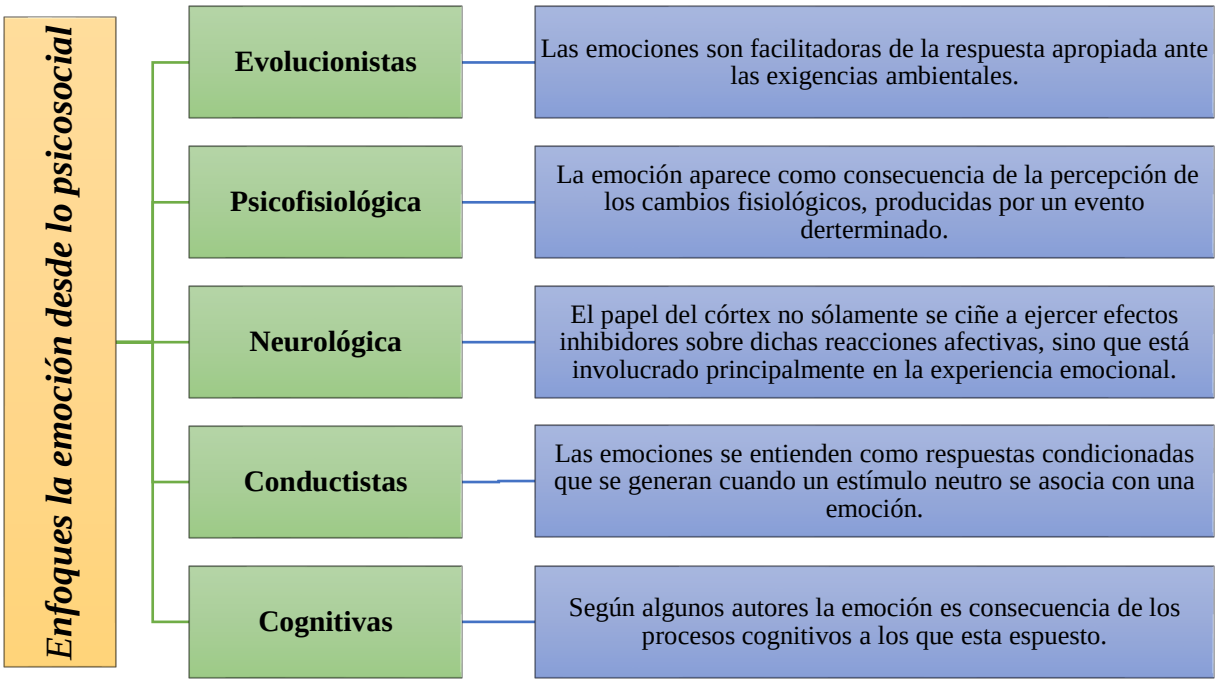
Las Emociones desde el campo psicosocial

Desde esta perspectiva la emoción es un proceso de adaptación, que prepara al sujeto para responder a un entorno en continuo cambio, el cual implica una serie de condiciones desencadenantes (estímulos relevantes), diversos niveles de procesamiento cognitivo (procesos valorativos), cambios fisiológicos (activación), patrones expresivos, de comunicación (expresión emocional) y efectos motivadores.

Sin bien es cierto, el recorrido que ha realizado la perspectiva psicosocial con relación a la emoción ha sido amplia, algunos autores han establecidos diversos enfoques que se exponen de manera generalizada en la *figura 4* denominada enfoques de la emoción desde lo psicosocial, las categorías que se exponen

en esta figura son tomadas del texto *Psicología de la emoción: el proceso emocional*, desarrollado por Chóliz (2005).

Figura 4. Enfoques de la emoción desde lo psicosocial



Fuente: Elaboración propia basada en Chóliz 2005. Psicología de la emoción: El proceso emocional

La figura 4, sintetiza los enfoques desde los cuales se abordan las emociones en la perspectiva psicosocial, pese a ello, se hace necesario detallar algunos autores y recopilar sus postulados para establecer las bases de estas investigaciones.

Para Cornelius (1996), las emociones son entendidas bajo un rol social transitorio, a partir de una serie de eventos que ocurren de forma sistemática, donde el sujeto evalúa la situación, dicha valoración es interpretada como una pasión, más que como una acción. Por esta razón, el autor menciona los componentes que hacen parte de la emoción; el primero se refiere a las experiencias subjetivas; el segundo, va encaminado a las reacciones expresivas que abarcan los gestos y las posturas relacionadas con la emoción; el tercer componente indica las respuestas psicológicas, que se refieren a cambios físicos, principalmente del sistema nervioso y finalmente a las reacciones de afrontamiento, las cuales establecen los comportamientos al ser emocionales.

De ahí que las emociones sean entendidas como papeles prediseñados de acción para el sujeto, convenidos de manera explícita o implícita por la sociedad en la que se desarrolla, en donde cada

emoción exige ciertas reglas que determinan su rol, las cuales son aprendidas. A manera de ejemplo "cuando alguien hace daño a otro, se le exige que debe sentir culpa y hasta cierto punto se le exige a la víctima sentir disgusto o emociones similares" (Hernández-Zambrano, 2010, p.29), por lo tanto, las emociones obedecen a reglas construidas por una sociedad, convirtiéndose en un conjunto de requisitos adecuados para la comunidad.

De acuerdo con Sigrid Lange autora del libro *Las emociones. Siento... Luego existo* (2001), el cuerpo emocional es anterior a las culturas humanas y hace parte de la cultura en la que está inmerso el sujeto, al punto de que las respuestas emocionales se conviertan en verdades absolutas al ser alimentadas por su contexto. Para Lange, la cultura occidental reprime las emociones o no les da el grado de importancia que requieren demostrando así, una "involución emocional", donde la predisposición es a lo rudo, lo insensible, y a la opacidad emocional que resuena en el efecto colectivo distorsionante que provocan las alteraciones emocionales en la sociedad (Cuadrado, 2021), en otras palabras, la población que deja de lado el sentir personal y el bienestar colectivo, se convierten en seres mezquinos, individualistas y agresivos; que evitan emociones como dolor, miedo, tristeza y abandono, ya que estas emociones son catalogadas como inaceptables dentro de una cultura que esconde su sentir y solo admite emociones que propendan al bienestar como la alegría y gozo.

Culturalmente existen prejuicios sobre algunas emociones y sus estallidos, al considerarse irracionales y poco propicias para el desenvolvimiento individual del sujeto ya que causan sufrimiento. La limitada comprensión de las emociones hace que se prefieran unas por encima de otras, desconociendo la razón por la cual existen, por este motivo cuando se percibe una emoción desagradable o socialmente rechazada se tiende a reprimirlas. Es por ello, que se debe reconocer que todos los individuos poseen un cuerpo emocional, que necesita ser exteriorizado, dado que las emociones deben experimentarse y vivirse de manera espontánea, para crecer no solo en el aspecto emocional sino avanzar en al ámbito racional.

Como lo manifiestan Fernández-Abascal & Palmero (1997) quienes articula las distintas miradas y logra consolidar una definición propia:

> "La emoción es un proceso multifactorial que implica unas condiciones o estímulos desencadenantes, una experiencia subjetiva o sentimiento, un procesamiento cognitivo,

una actividad fisiológica, una manifestación expresiva, una finalidad que es el servir para la adaptación al mundo exterior y unos efectos motivacionales" (Fernández-Berrocal & Extremera, 2002, p. 35).

Las emociones desde campo político

Esta perspectiva, se fundamenta en la relación que tienen las emociones con la vida social y moral, busca comprender como las emociones inciden en la atmosfera colectiva y los climas sociales, ya que estas, son esenciales en la forma de actuar y de tomar decisiones individuales, en tanto, se perciben las emociones como elementos inteligentes que consolida el razonamiento. Desde esta perspectiva se consolida la teoría cognoscitiva (emociones como componentes activos de la razón) y evaluadora (dado que las emociones estiman las acciones, intenciones y decisiones).

El papel protagónico de las emociones desde lo político ha sido acentuado por Nussbaum (2014) quién afirma que las emociones son juicios formulados a partir de las creencias, que construye al sujeto con relación al mundo y a su propia noción de bienestar. El propósito de esta autora es resignificar las emociones, dado que tradicionalmente se consideran, elementos dañinos, pasionales, nocivos e irracionales; esto con el objetivo, de convertir a las emociones en elementos unificadores dentro de los procesos políticos que favorezcan a la sociedad.

Para esta autora las emociones no se pueden considerar como estados, por el contrario, son experiencias individuales donde el sujeto percibe el mundo. Nussbaum (2014) hace cuatro distinciones sobre la emoción, la primera indica que tiene un objeto, la segunda, es que dicho objeto es de carácter intencional, dado que la persona que lo experimenta lo puede percibirlo e interpretarlo; la tercera, indica que las emociones no encarnan un objeto, sino las creencias propias del sujeto; la cuarta distinción es el valor de las emociones, la cual está cargada de una importancia particular para el sujeto que la experimenta.

Ciertamente desde esta perspectiva, las emociones están vinculadas a las creencias de los sujetos, sin distinguir si estas son presentes o pasadas, verdaderas o falsas, justificadas o injustificadas. Por consiguiente, las emociones cambian, si cambian las creencias que se tienen de ciertos acontecimientos, a manera de ejemplo el acontecimiento de la muerte se puede experimentar de acuerdo las creencias del lugar de procedencia, pues si para la cultura de origen la muerte se concibe como la continuación de la

vida al transcender a otro plano, la experiencia será de gozo y regocijo; mientras que si culturalmente entiende la muerte como el fin de la vida, la experiencia será dolorosa, y cargada de tristeza.

Las emociones desde campo educativo

Las emociones han impactado el ámbito educativo, lo que ha repercutido en la construcción de planteamientos en pro a la perspectiva psicopedagógica. Dentro de los principales exponentes se encuentra Bisquerra (2009) quién expone:

"una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno. Un mismo objeto puede generar emociones diferentes en distintas personas" (p. 20).

Bisquerra (2009) caracteriza la emoción a partir de cuatro elementos: el primero, es un estado afectivo subjetivo, donde la emoción repercute de forma individual; el segundo elemento, es la respuesta biológica, donde se involucran las reacciones fisiológicas que preparan al cuerpo para una acción adaptativa al entorno; un tercer elemento, es el aspecto funcional, que se da a partir del equilibrio fisiológico; un último elemento es el fenómeno social, en donde las emociones son orientadas hacia la interacción con los demás.

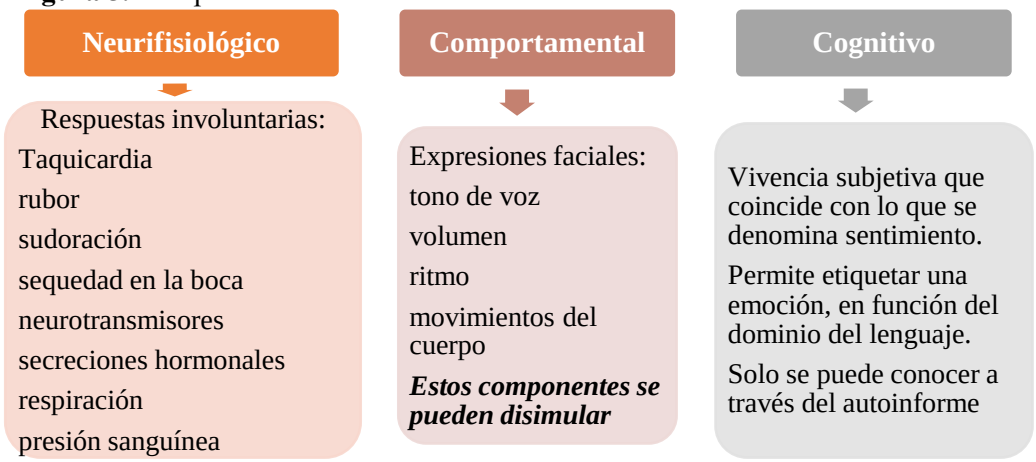
Las emociones se han convertido en tema central en las investigaciones educativas, en cuanto buscan la implementación de estrategias que potencien las emociones positivas y reduzcan las negativas, debido a esto, el autor Adam (2003) indica "las emociones son reacciones rápidas, impulsivas e intuitivas que experimentamos casi sin darnos cuenta…la acción educativa debe contribuir a que el individuo descubra el estado en que se encuentra" (p. 13). De este modo, los sujetos logran verbalizar y exteriorizar de manera adecuada su sentir, ya que las emociones están inmersas en sus prácticas cotidianas, del mismo modo, el reconocimiento de las emociones impacta el aprendizaje, por lo que el objetivo dentro del entorno educativo estaría encaminado a la reflexión sobre la gestión emocional.

Desde este enfoque Goleman (1995) apropia el concepto de inteligencia emocional, como la manera en que los individuos interactúan con el mundo, a partir de habilidades relacionadas con el ímpetu propio de cada emoción, de este modo la inteligencia emocional permite al sujeto controlarlas, lo que configura un rasgo de carácter. Las emociones ejercen influencia sobre los saberes, las habilidades relacionadas con las situaciones de enseñanza y los vínculos sociales que se desarrollan en el ámbito educativo.

Componentes de la emoción

Para analizar los componentes de la emoción, es necesario recurrir a los argumentos de Bisquerra (2009), quien expone que la valoración del acontecimiento genera respuestas emocionales que presentan básicamente tres componentes: el neurofisiológico, asociado con la respuesta que tiene el organismo; el comportamental, vinculado a la expresión emocional y el cognitivo, el cual se refiere a la experiencia emocional subjetiva sobre lo que sucede, tal como se expone en la *figura 5*. Componentes emocionales; el cual sintetiza a manera de ejemplo los componentes emocionales.

Figura 5. Componentes emocionales



Fuente: Tomado de Bisquerra (2009)

Teniendo presente los componentes de la figura 5, se puede reconocer que tipo de acontecimientos generan o desencadenan las emociones en los educandos, como estas pueden ser valoradas y cuál es la postura que asumen al exteriorizar las emociones, de este modo, se logra comprender la relación existente entre las emociones y el comportamiento, teniendo en cuenta el contexto y la edad. Comprender esta relación permite identificar cómo las emociones predisponen a los estudiantes y determinadas sus acciones dentro de la convivencia escolar.

DISCUSIÓN

Clasificación de las emociones

Así como existen diversas acepciones y posturas sobre el concepto de emoción, lo mismo sucede con su clasificación. Puesto que para algunos autores se distinguen entre buenas -malas; positivas - negativas; primarias – secundarias y básicas - sociales. A continuación, se exponen las clasificaciones de emociones más conocidas.

Emociones Básicas y Sociales

Emociones Básicas

Estas emociones son consideradas innatas, dado que cuando los sujetos las experimentan sus reacciones tienden a ser similares, estas emociones se desarrollan en un lapso corto, y las manifestaciones fisiológicas son similares de un sujeto a otro, la exteriorización de estas suele relacionarse con las expresiones faciales. Palmero Cantero et al. (2002) menciona las principales características de cada una de ellas.

El miedo: Esta emoción emerge cuando el individuo percibe una amenaza física, psíquica o social al organismo; esta reacción puede ser consciente o inconsciente; dicha emoción tiene la connotación de perdida, por lo que se asocia a la adaptación, ya que el sujeto que la experimenta, toma conciencia de lo que se puede perder. El autor Chóliz (2005) considera al miedo como un sensor del riesgo vital, es por ello que la respuesta automática es el escape o la evitación ante una situación peligrosa; la reacción corporal es la movilización excesiva de energía.

Alegría: Se produce tras la evaluación positiva de las consecuencias provocadas por un determinado evento alusivo a un avance razonable respeto al alcance de una meta determinada o un fin deseado; esta emoción permite demostrar el afecto o estima, por lo que suaviza las tensiones que con frecuencia se generan en el ambiente personal (Palmero et al. 2002).

Sorpresa: Se produce de manera inmediata ante una situación novedosa o extraña, y desaparece con la misma rapidez, por lo que se contempla como la emoción más breve, sin embargo, facilita la aparición de una reacción apropiada, ya que centra la concentración y los esfuerzos en el análisis de un evento sorprendente o inesperado. De acuerdo con Palmero et al. (2002) comunica a los demás la situación de incertidumbre y permiten adecuar el comportamiento a dicha condición.

Ira: Prepara al organismo para experimentar un evento o estímulo referido a una ofensa o desprecio, en contraste con este postulado Palmero et al (2002) afirma que la ira tiene connotaciones sociales, comparando la emoción a rol social transitorio que esta culturalmente determinado por lo que escapa al mecanismo fisiológico. La investigación adelantada por Chóliz (2005), indica que esta emoción moviliza la energía necesaria para ejecutar las reacciones de autodefensa o de ataque, elimina los obstáculos que impiden el desarrollo de los objetivos deseados y generan frustración. Esta emoción se

considera un elemento básico de la vida afectiva, de la supervivencia humana, pues posee funciones de regulación interna y de comunicación social.

Tristeza: Se relaciona con la pérdida o el fracaso, sin embargo, los estudios adelantados por Palmero et al. (2002), indican que los estímulos que desencadenan la emoción de tristeza son tamizados por influencias sociales, culturales, morales y religiosas, que haya experimentado el individuo en particular, tiene connotaciones personales, debido que siendo la emoción más reflexiva que existe, permite que las personas hagan introspección, realice un análisis personal acerca de su situación, su futuro y su vida en general.

Asco: Es la respuesta emocional causada por la repugnancia que se tienen por alguna cosa o por una impresión desagradable causada por algo. De acuerdo con Palmero et al. (2002), la emoción de asco desencadena estímulos desagradables fundamentalmente químicos peligrosos y/o molestos, por ejemplo, comida descompuesta, olores corporales, contaminación ambiental. Esta emoción prepara al organismo para que ejecute eficazmente un rechazo de las condiciones ambientales potencialmente dañinas, movilizando la energía necesaria para ello.

Emociones Sociales

Se refieren a las emociones que surgen por la interacción con el otro, surgen en un contexto social determinado, el cual les confiere significación, por este motivo necesitan de la comprensión de los otros que involucrar los valores y las creencias culturales. Dentro de estas emociones surgen los calificativos "correctas o incorrectas", las cuales son interpretaciones establecidas socialmente (Palmero et al. 2002), es decir que los sujetos asumen estas emociones de acuerdo con su contexto, los valores y las normas culturalmente aceptadas. Estas creencias se arraigan desde pequeños e inciden en el comportamiento que asumen.

Orgullo: Surge como una evaluación positiva del yo, donde el sujeto se siente satisfecho consigo mismo, esta emoción generar una sensación de placer y admiración, la cual se intenta mantener a toda costa. Por lo general, provocan rechazo en los demás, debido que esta emoción es conflictiva en el terreno interpersonal, ya que interfiere en los deseos y necesidades de los otros, siendo fácil que surjan conflictos (Cuadrado Peraza, 2021).

Culpa: Esta emoción se produce cuando el sujeto experimenta dolor, pero en este caso el dolor tiene que ver con el objeto dañado, pues el fallo se asume debido a las causas de la acción realizada (Palmero et al; 2002, p. 378), esta se encarga de establecer ciertos comportamientos individuales y sociales, teniendo en cuenta los valores interiorizados y la cultura a la cual las personas se encuentran incluidas.

Vergüenza: Se da por el deseo de esconderse o desaparecer, es un estado que provoca la interrupción de la acción, una cierta confusión mental y dificultad o torpeza para hablar, esta emoción señala las conductas que amenazan el honor y la autoestima (Palmero et al. 2002).

Enamoramiento: Se trata de una explosión emocional que va acompañada euforia y ansia por unirse a otra persona "El enamoramiento se caracteriza por dos tipos de sentimientos: eróticos y románticos" (Yela, 2000, citado en Palmero et al; 2002, p. 397). Esta emoción se da dentro del contexto sociocultural, suele ser la primera etapa del amor de pareja. Comienza antes de que una relación de pareja se constituya y perdura mientras se mantiene.

Celos: Es la percepción de amenaza o pérdida de una relación significativa, se inculpa de esta emoción a la persona con quien se mantiene la relación o a una tercera en discordia, se le atribuye a la amenaza por la pérdida de la atención del otro. Los celos son un fenómeno social porque las manifestaciones de esta emoción están relacionadas las formas en que se ha interiorizado expresar las emociones, con las normas, creencias, símbolos y valores de la cultura de la que se haga parte (Palmero et al. 2002).

Envidia: Esta emoción indica que se codicia lo que tienen los demás y se desea su mala suerte, además, de alguna manera se reconoce, un grado de inferioridad respecto a la persona que posee lo que se anhela (Palmero et al; 2002). Esta emoción promueve reacciones de hostilidad y otros sesgos cognitivos que cambian la realidad, al experimentar la emoción se admiten las cualidades del otro, por el que se llega a tener admiración, o al menos reconocimiento de sus virtudes, lo que puede servir de estímulo para desarrollar habilidades que permitan superarse. Pese a ello pueden experimentarse sentimientos de inferioridad, que afectan negativamente al autoconcepto; por lo tanto, el enfoque que se le dé a la emoción depende de la manera como se gestione.

Empatía: Presenta tres cualidades; la primera, es la capacidad para comprender a los demás; la segunda, es la capacidad de sintonizar y ajustar el estado afectivo con relación a lo que el otro siente; y finalmente, la capacidad de ejecutar las conductas apropiadas para solucionar problemas de otra u otras personas.

Esta emoción facilita los procesos de adaptación, mejora la comunicación, favorece la realización de comportamientos de ayuda, reduce el malestar generado ante la presencia de conflictos y generar relaciones interpersonales respetuosas (Cuadrado Peraza, 2021).

Emociones Primarias y Secundarias

Esta clasificación es propuesta por Damasio (1997), el cual identifica como primarias, a las emociones que se experimentan al inicio de la vida, y permiten responder emocionalmente a un estímulo externo o interno, por esta razón se plantea que son universales y poseen origen biológico; mientras que las secundarias, se perciben en la vida adulta y datan de un andamiaje que ha sido construido gradualmente sobre los cimientos de las emociones "tempranas" o primarias, es decir, que permite hacer conexiones entre los estímulos, situaciones y las emociones primarias.

Conforme a esta clasificación, Bisquerra (2009) indica que las emociones primarias tienen un elemento inherente al sujeto representado en las expresiones faciales y una disposición distintiva en su afrontamiento; mientras que las emociones secundarias son el resultado de la combinación de emociones primarias. A diferencia de las primarias, las secundarias no presentan una tendencia particular a la acción, que puede variar según las personas y las circunstancias.

Emociones Positivas *y* Negativas

Para abarcar esta clasificación es necesario recurrir a Fernández-Abascal (1997), quien propone una dimensión formada por las emociones negativas o desagradables, que se experimentan cuando se bloquea una meta, se produce una amenaza o sucede una pérdida; cuando estas emociones emergen, los sujetos son capaces de elaborar planes que resuelvan y alivien la situación. Opuesto a ello, esta dimensión formada por las emociones positivas o agradables, que se experimentan cuando se alcanza una meta.

De este modo Vecina (2006) se inclina por esta clasificación, y centrar su investigación en identificar las emociones positivas para mejorar los efectos que tienen los sujetos con las emociones negativas, por esta razón, afirma que experimentar algo agradable y placentero a corto plazo, produce felicidad e induce a la creatividad, a pasar límites y a mejorar las relaciones interpersonales; lo que se traduce en el desarrollo y el entrenamiento de habilidades físicas (fuerza, resistencia, precisión), de habilidades

psicológicas e intelectuales (comprensión de normas, memoria, autocontrol), destrezas necesarias para solucionar un conflicto.

Bisquerra (2009) señala que la clasificación entre emociones positivas y negativas se estructura en función de la valoración del estímulo que activa la respuesta emocional, dado que las funciones de las emociones positivas terminarían complementando las emociones negativas, ya que estas últimas solucionan problemas de supervivencia, mientras que las emociones positivas dan cuenta del desarrollo personal y fortalecen la conexión social, dentro de esta clasificación se encuentran las siguientes emociones descritas en la tabla 1**.** Clasificación de las emociones: negativas, positivas y ambiguas.

Tabla 1. Clasificación de las emociones: negativas, positivas y ambiguas

Tipo de emoción	Emociones Negativas	Emociones Positivas	Emociones ambiguas
Definición	Se refieren a diversas formas de amenaza, frustración o dilación en lograr un objetivo o conflicto entre objetivos. Incluyen miedo, ira, ansiedad, tristeza, culpa, vergüenza, envidia, celos, asco, etc	Son el resultado de una evaluación favorable (congruencia) respecto al logro de objetivos o acercamiento a estos. Incluyen alegría, estar orgulloso, amor, afecto, alivio, felicidad.	Su estatus es equívoco. Incluyen sorpresa, esperanza, compasión y emociones estéticas. Algunos autores denominan a esas emociones problemáticas.
Momento de generación	Se experimentan ante acontecimientos que son valorados como una amenaza, una pérdida, una meta que se bloquea, dificultades que surgen en la vida cotidiana, etc.	Se experimentan ante acontecimientos que son valorados como un progreso hacia los objetivos personales, que son básicamente asegurar la supervivencia y el bienestar tienen una dimensión personal y social.	Son aquellas que pueden experimentarse según las circunstancias.

Fuente: Elaboración propia basada en Romero (2022)

Es necesario advertir, que esta clasificación no implica asumir las emociones positivas como “buenas” y a las negativas como “malas”: “todas las emociones son legítimas y hay que aceptarlas” (Bisquerra, 2009, p. 74). En definitiva, los efectos de las emociones positivas suelen ser beneficiosos y los efectos de las emociones negativas suelen ser ambivalentes, es decir, pueden ser activadores o desactivadores de comportamiento de los sujetos.

CONCLUSIONES

El recorrido que se ha esbozado hasta ahora sirve para comprender la forma en la cual se asumen las emociones desde las distintas clasificaciones, afirmando que estas se asumen desde la integración de lo individual y social, teniendo presente la categorización de emociones básicas y sociales, pues a partir de la interacción social se adquiere un concepto generalizado de algunas emociones, las cuales se ven supeditadas a las respuestas de los sujetos frente a la experimentación de emociones, ya que estas son aprendidas y enseñadas en los espacios de convivencia.

Pensar las emociones en el ambiente escolar, implica reconocer los postulados de los diferentes enfoques, dado que las emociones constituyen un proceso multifactorial y un estado complejo del organismo, al ejercer influencia sobre los saberes, las habilidades relacionadas con las situaciones de enseñanza y los vínculos sociales que se desarrollan en el ámbito educativo. Por esta razón, la propuesta de este artículo es a asumir una perspectiva integradora de la emoción, donde se comprenda las emociones como disposiciones corporales para la acción, que suelen ser dinámicas, emergen de forma espontánea al percibir estímulos internos o del medio, y se configuran según el entorno sociocultural en el que se desenvuelven.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Adam, E. (2003). Emociones y educación : qué son y cómo intervenir desde la escuela (Graó).

Bisquerra, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones (Sintesis).

Cannon, W. (1927): The James-Lange theory of emotion: A critical examination and an alternative theory

Chóliz Montañés, M. (2005). Psicología de la emoción: El proceso emocional. www.uv.es/=choliz

Cornelius, R. (1996). The science of emotion. Research and tradition in the psychology of emotion (Prentice-Hall: Inc).

Cuadrado Peraza, M. (2021). Relación entre emociones, cultura ambiental y convivencia en los procesos de formación en instituciones educativas rural, urbana y étnica del Huila.

Damasio, A. (2005). En busca de Spinoza: Neurobiología de la emoción y los sentimientos. (Crítica Barcelona, Vol. 1).

Da Silva Santos , F., & López Vargas , R. (2020). Efecto del Estrés en la Función Inmune en Pacientes con Enfermedades Autoinmunes: una Revisión de Estudios Latinoamericanos. Revista Científica De Salud Y Desarrollo Humano, 1(1), 46–59. https://doi.org/10.61368/r.s.d.h.v1i1.9

Fernández- Abascal E, & Palmero G (1997). Estilos y estrategias de afrontamiento. Cuaderno de Prácticas de Motivación y Emoción (pp. 189-206). Madrid. Pirámide.

Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. Revista Iberoamericana de Educación, 29, 1–6. https://doi.org/10.35362/rie2912869

Fernández C., F. (2024). Determinación De Erodabilidad En Áreas De Influencia Cuenca Poopo Región Andina De Bolivia. Horizonte Académico, 4(4), 63–78. Recuperado a partir de https://horizonteacademico.org/index.php/horizonte/article/view/19

Goleman, D. (1995). La inteligencia emocional (pp. 1–376). https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=cat06300a&AN=sibbila.190158&site=eds-live

Hernández-Zambrano, D. (2010). Una perspectiva de las teorías de la emoción: hacia un estudio de las implicaciones de las emociones en la vida del hombre. Universidad Colegio Mayor de Nuestra Señora del Rosario.

Lange, C. (1887). Les emotions. Universidad de Philod. Alcan.

Lange, S. (2001). El libro de las emociones. Siento… Luego existo (EDAF, Vol. 2).

Maturana, H. (1997). Emociones y lenguaje en educación y política (Dolmen).

Medina Nolasco, E. K., Mendoza Buleje, E. R., Vilca Apaza, G. R., Mamani Fernández, N. N., & Alfaro Campos, K. (2024). Tamizaje de cáncer de cuello uterino en mujeres de una región Andina del Perú. Arandu UTIC, 11(1), 50–63. https://doi.org/10.69639/arandu.v11i1.177

Nussbaum, M. C. (2014). Emociones políticas: ¿Por qué el amor es importante para la justicia? (Páidos).

Ortega-Ruiz, R. (febrero 4 de 2007). La convivencia : un regalo de la cultura a la escuela. revista de educación de Castilla-La Mancha Toledo, 50-54. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/39219654_La_convivencia_un_regalo_de_la_cultura_a_la_escuela

Otero, M. R. (2006). Emociones, sentimientos y razonamientos en didáctica de las ciencias. www.redalyc.org/articulo.oa?id=273320433004

Palmero Cantero, F., Fernández Abascal, E., Chóliz Montañés, M., & Martínez Sánchez, F. (2002). Psicología de la motivación y emoción (McGraw-Hill).

Rodríguez, E. M. (23 de mayo de 2022). La mente es maravillosa. (G. S. Cuevas, Editor) Obtenido de https://lamenteesmaravillosa.com/las-principales-teorias-de-la-emocion

Romero-Rincón, Y. (2022). Relaciones entre las emociones y el desarrollo profesional de maestros en servicio de la básica primaria en el en contexto de la educación en ciencias.

Sánchez Puche , E. M., Ovalle , C., Coronel Verdecia, A. R., & González Molina, E. (2024). Factores de Riesgos: Desnutrición, sobrepeso y obesidad infantil en la ciudad de Barranquilla. Estudios Y Perspectivas Revista Científica Y Académica , 4(1), 698–712. https://doi.org/10.61384/r.c.a.v4i1.124

Sánchez Puche , E. M., Ovalle , C., Coronel Verdecia, A. R., & González Molina, E. (2024). Factores de Riesgos: Desnutrición, sobrepeso y obesidad infantil en la ciudad de Barranquilla. Estudios Y Perspectivas Revista Científica Y Académica , 4(1), 698–712. https://doi.org/10.61384/r.c.a.v4i1.125

Vecina Jiménez, M. (2006). Emociones positivas. Papeles Del Psicólogo, 9–17.