

CONGRESO DISRUPCION EN LAS AULAS

ENSEÑAR A CONVIVIR NO ES TAN DIFICIL

Manuel Segura Morales

(Doctor en Filosofía y CC de la Educación. Profesor jubilado, Universidad de La Laguna)

Introducción

Mi esfuerzo se ha dirigido siempre, tanto en la docencia como en libros y artículos, no a plantear problemas, sino a buscar soluciones. Ya hace veinte años escribí *Tratamientos eficaces de delincuentes juveniles* y desde entonces he escrito media docena de libros, muchísimos artículos y he dado innumerables cursos a profesores para intentar encontrar soluciones al problema de la violencia. He facilitado los materiales necesarios para ello, tanto a profesores de colegios e institutos, como a educadores de cárceles y de casas de menores en riesgo.

La raíz del problema de la violencia está clarísimamente señalado por Gardner, en su teoría de las inteligencias múltiples, al recordar que la inteligencia interpersonal, la que necesitamos para relacionarnos bien, está en los lóbulos prefrontales, en la parte del nuestro cerebro que ha sido la última en desarrollarse, en la evolución. Lo mismo dice, de manera brillante, Fernando Savater en su libro *Sobre vivir* (Ariel, Barcelona 1994, pp. 49-50):

La solución violenta es la primera que se le ocurre a todo el mundo para resolver los problemas, porque es la atávica, la que responde a los himnos predatorios de nuestro paleo-córtex; pero es preciso poner en funcionamiento alternativas más complejas y darle su oportunidad al neo-córtex. Este último se caracteriza porque atiende a razones y no sólo a fobias y apetencias.

Hay una tarea polémica que debe ser acometida cuando haga falta: la doble cruzada contra los que afirman que el sistema vigente es inmutable y contra los que opinan que no puede ser modificado más que por medios violentamente quirúrgicos. Pero sobre todo es imperioso plantar dialécticamente cara ala lógica militar, sea para mantener el régimen actual o para revocarlo.[...]

La lógica militar es una perspectiva que se complace en lo que de tenso e irreductible tiene todo enfrentamiento entre hombres. Todo conflicto de ideas, pasiones o intereses, encierra un coágulo durísimo, insoluble, que pide a gritos la pura y simple supresión del adversario para afirmarse sin trabas. Desde un...fuerte y arraigado punto de vista, filogenéticamente muy primitivo pero de permanente influencia, abolir al otro es la manera auténticamente eficaz de afirmarse [...]

El partidario de la lógica militar está convencido de que lo único que cuenta es prevalecer en el enfrentamiento y doblegar al contrario, sometiéndolo o destruyéndolo. Las mediaciones de [los obstáculos a] este impulso primitivo, en forma de ideales éticos o políticos le parecen cobardía o añagazas del adversario. Sostiene tenazmente que *en el fondo* todo es pura lucha, guerra primordial por la supervivencia o supremacía, que la única manera de sobrevivir y afianzarse en la existencia es precisamente vencer. [...] El partidario de la lógica militar “desanda” hacia un naturalismo inexorable y obtuso, el difícilmente equilibrado camino por el que los hombres avanzan hacia...la obra del espíritu, donde habrán de redimirse de la necesidad natural.

En un espléndido documental de la “National Geographic” se mostraba a una hiena hambrienta acercándose a un león que devoraba a un ciervo. El simple rugido del león la ponía en fuga. Pero a continuación, la misma hiena atacaba a unos buitres que comían carroña y se quedaba ella con el botín. Son los dos únicos comportamientos accesibles al cerebro animal: huida o ataque. Y son los dos únicos comportamientos para los jóvenes que sólo usan el paleo-córtex, el paleo-encéfalo, el cerebro que tenemos en común con los animales. Habría que hacer ver a esos adolescentes y jóvenes que ser el más agresivo del Instituto no es ser el mejor, sino estar más cerca de los primates. Lo malo es que no sólo hay jóvenes que no saben usar el neo-encéfalo, sino que también algunos de nuestros políticos y figuras públicas utilizan a diario sólo el paleo-encéfalo.

Por eso, la solución de raíz al problema de la violencia en las aulas, del acoso en las aulas y del falso liderazgo de los violentos en la sociedad, no está en aplicar medidas represivas, sino en conseguir que lleguen a usar el cerebro humano, el neo-córtex. Ya dijo Don Antonio Machado “de diez cabezas, nueve embisten y una piensa” (Poesías completas, Austral, Espasa Calpe, Madrid 1994, 19ª edición, pag. 238)). Lo malo es que embisten y encima lo graban en el móvil, para gloriarse de sus embestidas. Tenemos que conseguir que no embistan

La solución de raíz es enseñarles a relacionarse asertivamente, es decir con eficacia y justicia. Voy a explicarlo aprovechando *las cuatro oleadas* que ha habido en el campo de la Educación en los últimos años.

Cuatro oleadas en Educación.

Todos los expertos, tanto educadores como psicólogos, están de acuerdo (¡cosa rara!), en que para relacionarnos bien necesitamos saber pensar, necesitamos reconocer y controlar nuestros sentimientos y necesitamos haber adquirido los valores morales básicos. Esos tres factores, el cognitivo, el emocional y el moral, nos llevarán infaliblemente a relacionarnos con los demás asertivamente, es decir, con eficacia y justicia. *Eficacia* es un concepto cognitivo: saber distinguir, entre varias alternativas, cuál es la mejor para lo que intentamos conseguir, cuál es la que producirá esa consecuencia eficaz que buscamos. En cambio, *justicia* es un concepto moral: entre las diversas alternativas, será justa la que no lesione los derechos ni la dignidad de otros.

Actuar con eficacia y justicia es actuar humanamente, como persona, no como un bobo (ineficacia), ni como un bruto (injusticia) Como hemos señalado, esas dos salidas, la cobardía y la violencia son las propias del paleo-córtex y ninguna de las dos sirve.

En esto hay acuerdo de todos, pero al diseñar programas educativos concretos, unos expertos han subrayado lo cognitivo, otros lo emocional, otros lo moral y otros incluso han querido llegar directamente a la asertividad, sin entrenar previamente en los tres campos anteriores. Así por ejemplo, entre los programas que han insistido en lo **cognitivo**, en enseñar a pensar, está el programa de “filosofía en el aula” de Mathew Lipman (*La filosofía en el aula*, Madrid, de la Torre 1992); o el “programa de enriquecimiento intelectual” (PEI) de R. Feuerstein (*Programa de Enriquecimiento Instrumental*, Madrid, Bruño 1992); o el “programa para la revolución de la inteligencia” de la Universidad de Harvard; o el “programa CORT” de E. DeBono (*Seis sombreros para pensar*, Barcelona, Granica 1988); o las aplicaciones educativas de la teoría de las “inteligencias múltiples” de Howard Gardner (*Inteligencias múltiples*, Barcelona, Paidós 1995; *La inteligencia reformulada*, Barcelona Paidós 2001). Esos excelentes programas, junto con libros de enorme éxito editorial, como *El mundo de Sofía*, de J. Gaarder (*El mundo de Sofía*, Madrid, Siruela 1994), o *Más Platón y menos prozac*, de Lou Marinoff y *Pregúntale a Platón*, del mismo autor (*Más Platón y menos prozac*, Barcelona, edic. B 2000; *Pregúntale a Platón*, Barcelona, ediciones B, 2004), han subrayado la importancia de saber pensar. Si no han tenido el éxito educativo que se podía esperar de ellos, no se debe a que esos programas sean malos, sino a que son insuficientes. Lo son porque han olvidado los otros dos factores esenciales para una educación completa: el emocional y el moral y, como consecuencia, no culminan su trabajo en la asertividad entendida como eficacia y justicia.

En lo **emocional** se ha sucedido una verdadera oleada de publicaciones y programas, a partir del éxito mundial que alcanzó el libro *Inteligencia emocional* de Daniel Goleman (*Inteligencia emocional*, Barcelona, Kairós 1996). Esas publicaciones se esfuerzan por aplicar las ideas de Goleman a la educación de adolescentes y de jóvenes: por ejemplo, *El cerebro emocional* de Le Doux (Barcelona, Ariel Planeta 1999) o el muy práctico de Güell y Muñoz llamado *Desconócete a ti mismo* (Barcelona, Paidós 1999) o el interesante *Sedúcete para seducir* de Bach y Darder (Barcelona, Paidós 2002) o el de Segura y Arcas llamado *Educación de las emociones y los sentimientos*

(Madrid, Narcea 2003), lleno de ejercicios prácticos para enseñar sesenta sentimientos básicos agrupados en ocho familias, como hacía Goleman.

Sobre cómo educar los **valores morales**, hicieron una contribución definitiva J. Piaget y su discípulo L. Kohlberg (HERSH R, *El crecimiento moral. De Piaget a Kohlberg*, Madrid, Narcea 2002.- KOHLBERG L, *La educación moral según Kohlberg*, Barcelona, Gedisa 1997) y, entre nosotros, han escrito de forma admirable Fernando Savater (*Ética para Amador*, Barcelona, Ariel 1993) y Adela Cortina (*La ética de la sociedad civil*, Madrid, Alauda 1994)

Por último, para entender las **habilidades sociales** como asertividad, conviene consultar el *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta* de V.E. Caballo (Madrid, Siglo XXI, 1991) y para entrenar esas habilidades sociales en la práctica, son imprescindibles los clásicos *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*, de A.P. Goldstein (Barcelona, Martínez Roca 1989) y *Las habilidades sociales en la infancia* de L. Michelson (Barcelona, Martínez Roca 1987), así como la importante obra de F. Gil y J.M. León *Habilidades Sociales. Teoría, investigación e intervención* (Madrid, Síntesis 1998).

Como consecuencia de todo lo dicho hasta ahora, podemos afirmar con fuerza que para formar **personas** necesitamos educar a los jóvenes y a los adultos en ese triple campo mencionado: el cognitivo, el emocional y el moral. Sólo lo cognitivo no basta; sólo lo emocional no basta; sólo lo moral no basta. Hacen falta los tres. Si conseguimos educar bien en los tres, entonces las habilidades sociales, entendidas como asertividad, es decir como eficacia y justicia, fluirán sin esfuerzo.

Un programa para Infantil y Primaria.

La profesora Margarita Arcas y yo mismo hemos diseñado un programa concreto para Infantil y Primaria, que contiene los tres factores citados: lo cognitivo, lo emocional y lo moral. El programa se llama *Relacionarnos bien* (Madrid, Narcea 2005, 3ª edición). Nuestra propuesta es que se trabajen ya en Infantil algunos elementos del programa, pero que el programa completo se imparta dos veces en Primaria: en 3º y en 5º, dedicándole cada vez 25 sesiones: una sesión semanal durante 25 semanas.

Al principio se trabaja la atención visual y auditiva con láminas de iguales y diferentes, con listas de palabras que contienen una clave y con el juego del “gato copión”. Se les enseña a autorregularse por medio del lenguaje interior, haciéndose

siempre “las cuatro preguntas mágicas”: qué tengo que hacer, de cuántas maneras puedo hacerlo, cuál es la mejor, qué tal lo hice.

Se les enseña a pensar consecucionalmente con el juego de “¿qué pasaría si...?” y con muchos juegos y dibujos se les enseña a reconocer y a expresar ocho emociones básicas: alegría, tristeza, enfado, vergüenza, sorpresa, miedo, interés, aburrimiento.

Se trabajan con ellos las posibles soluciones alternativas a los problemas interpersonales y con divertidas actividades de grupo se les ofrecen los cuatro criterios para tomar una buena decisión: que sea segura, que sirva, que sea justa, que sea satisfactoria para todos.

El programa, iniciado en Canarias y en Cataluña, es ya conocido en casi toda España y sus resultados son francamente positivos y están avalados por una tesis doctoral.

Un programa para Secundaria (y adultos)

A partir de los trece años se utiliza el trabajo individual, la discusión en pequeño grupo y la puesta en común en gran grupo para desarrollar el Programa, llamado *Ser persona y relacionarse* (Madrid, Narcea 2005, 3ª edición). Hay seis unidades cognitivas (se pueden trabajar en unas doce sesiones), cinco dilemas morales (diez sesiones más), entrenamiento en habilidades sociales en cinco sesiones y control emocional en tres o cuatro sesiones más: en total unas 30 sesiones, que se recomienda que se trabajen una vez a la semana. Lo ideal es que el Programa se hiciera dos veces en Secundaria, por ejemplo en 1º de Eso y en 3º (o en Bachillerato). En realidad el material que se ofrece contiene dos programas, pues no se repiten los temas. Al final de cada programa se incluye un cuestionario para medir la Asertividad, adaptado por Segura del CABS de Michelson.

Entre los Temas que se ponen a discusión en la sección *cognitiva*, hay algunos serios y otros divertidos. Se trabaja prever las consecuencias de una decisión, diagnosticar problemas interpersonales, aprender a aceptar normas justas para el juego y para la vida, llegar a trazarse objetivos claros y alcanzables (aunque incluyan cierta dificultad), saber determinar nuestras prioridades según una jerarquía de valores estable y, por último, aceptar como criterios últimos de nuestras decisiones la eficacia y la justicia.

La segunda parte, la ayuda para que los alumnos descubran *valores morales*, se hace por medio de la discusión de dilemas, según el método de Kohlberg. Si no conseguimos que, al final de la enseñanza obligatoria, los alumnos estén al menos en el segundo estadio de crecimiento moral (*egoísmo mutuo*), habiendo ya superado claramente el primer estadio (*heteronomía*), de nuestros centros educativos estarán saliendo delincuentes, con algo de información. Además de la discusión de dilemas morales, es muy útil la dramatización de películas y el juego de las frases morales inacabadas.

En el campo de lo *emocional*, el programa proporciona técnicas sencillas de autoayuda, para controlar la ira, vencer los miedos irracionales y utilizar con eficacia la terapia cognitiva de la depresión

Conclusión.

El mejor aval de estos programas, tanto el de Primaria como el de Secundaria, lo constituyen los resultados obtenidos por aquellos profesores que los han puesto en práctica seriamente, hasta el final. Los alumnos que aprenden a usar el neo-encéfalo, ya no actúan ni con inhibición cobarde ni con agresividad violenta. Actúan humanamente, es decir con eficacia y justicia. Y eso es precisamente lo que queríamos.

BIBLIOGRAFÍA ESENCIAL

- BACH y DARDER, *Sedúctete para seducir*, Barcelona, Paidós 2002
- BECK A, *Terapia cognitiva de la depresión*, Bilbao, Desclée de Brouwer 1983
- CABALLO V, *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*. Madrid, Siglo XXI, 1991
- CARRERAS LL, *Cómo educar en valores*, Madrid, Narcea 2003
- CORTINA A, *La ética de la sociedad civil*, Madrid, Alauda 1994
- CSIKZENTMIHALYI M, *Fluir, flow*, Barcelona, Kairós 1997
- DE BONO E, *Seis sombreros para pensar*, Barcelona, Granica 1988
- FEUERSTEIN R, *Programa de Enriquecimiento Instrumental*, Madrid, Bruño 1992
- FISHER URY Y PATTON, *Obtenga el sí*, Barcelona, Gestión 2000 1996
- FROMM E, *El arte de amar*, Barcelona, Paidós 1997
- FROMM E, *El miedo a la libertad*, Barcelona, Paidós 1981
- GAARDER J, *El mundo de Sofía*, Madrid, Siruela 1994

- GARDNER H, *Inteligencias múltiples*, Barcelona, Paidós 1995
- GARDNER H, *La inteligencia reformulada*, Barcelona Paidós 2001
- GARDNER H, *Las cinco mentes del futuro*, Barcelona, Paidós asterisco 2005
- GARDNER H, *Buen trabajo*, Barcelona, Paidós 2005
- GARDNER H, *La buena opción*, Barcelona, Paidós 2005
- GIL F. y J.M. León *Habilidades Sociales. Teoría, investigación e intervención*, Madrid, Síntesis 1998
- GOLDSTEIN A.P, *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*, Barcelona, Martínez Roca 1989
- GOLEMAN D, *Inteligencia emocional*, Barcelona, Kairós 1996
- GÜELL y MUÑOZ, *Desconóctete a ti mismo* , Barcelona, Paidós 1999
- HERSH R, *El crecimiento moral. De Piaget a Kohlberg*, Madrid, Narcea 2002
- KOHLBERG L, *La educación moral según Kohlberg*, Barcelona, Gedisa 1997
- LE DOUX *El cerebro emocional* (Barcelona, Ariel Planeta 1999)
- LIPMAN M, *La filosofía en el aula*, Madrid, de la Torre 1992
- MACHADO A. *Poesías completas*, Austral, Espasa Calpe, Madrid 1994, 19ª edición
- MARINOFF L, *Más Platón y menos prozac*, Barcelona, edic. B 2000
- MARINOFF L, *Pregúntale a Platón*, Barcelona, ediciones B, 2004
- MICHELSON L, *Las habilidades sociales en la infancia*, Barcelona, Martínez Roca 1987
- MOORE y MC DONALD, *conflict*, Victoria Australia, Australian Print Group 2000
- PASCUAL A, *Clarificación de valores y desarrollo humano*, Madrid, arcea 1995
- RICH D, *Prepare a sus hijos para triunfar en la vida*, Madrid, Ramón Areces 2002
- SAVATER F, *Ética para Amador*, Barcelona, Ariel 1993
- SAVATER F, *Sobre vivir*, Ariel, Barcelona 1994
- SEGURA M, *Ser persona y relacionarse*, Madrid, Narcea 2002 (Secundaria)
- SEGURA Y ARCAS, *Educación de las emociones y los sentimientos*, Madrid, Narcea 2003
- SEGURA Y ARCAS M, *Relacionarnos bien*, Madrid, Narcea 2004 (Primaria, Infantil)
- SEGURA M, *Enseñar a convivir no es tan difícil*, Bilbao, Desclé de B. 2005.
- SELIGMAN M, *Aprenda optimismo*, Barcelona, Grijalbo 1998.