

La salud mental en el modelo de educación universitaria

5 de Febrero 2020 Por: [Redacción](#) ^[1]

Por **Wilmer Casasola Rivera, Ph. D.**,
Escuela de Ciencias Sociales, TEC

Cabe pensar si dentro de un ambiente de enseñanza y aprendizaje universitarios se deba emplear la expresión “modelo pedagógico”, o bien, enfocarse en los factores que condicionan la particularidad de la enseñanza y el aprendizaje en la educación superior.

La demarcación conceptual es de suma importancia a la hora de diseñar el alcance práctico de una idea, porque es la locución verbal que se empleará para hacer referencia a un cierto campo de acción social.

Ahora bien, ya se trate del concepto *modelo pedagógico*, *modelo educativo*, *modelo de enseñanza universitaria*, entre otros, un tema central que no puede quedar fuera es la salud mental. Es importante considerar la salud mental como parte fundamental de cualquier política educativa.

La salud mental no es un asunto aislado. Se relaciona con muchas variables, entre ellas, las educativas. Un cierto modelo educativo puede influir notablemente en el malestar emocional de los estudiantes.

La demarcación conceptual

Mucho se ha escrito sobre las diferencias entre pedagogía, educación y ciencias de la educación. Pero también sobre otros conceptos como andragogía, docencia, enseñanza, aprendizaje, didáctica, etc. Cuando tanta cultura teórica ha corrido por las calles, no se puede simplemente construir ideas en el vacío. Esto nos obliga a no ser agentes epistemológicos pasivos ante el reto de diseñar políticas públicas en el campo de la enseñanza universitaria.

Hay tres conceptos que son parte de la cultura popular académica: pedagogía, educación y ciencias de la educación. Cada uno tiene una delimitación y alcance particular.

La **Pedagogía** es la disciplina que estudia el proceso educativo. Aborda los sujetos involucrados, el contexto, los componentes y las modalidades de la actividad educacional. Su objetivo es comprender la práctica educativa. Etimológicamente, la palabra pedagogía ha tenido diferentes acepciones a lo largo de la historia. Se compone de *paidó* y *agogé*, aunque también se habla de *paidós* y *agein*. La pedagogía, en este contexto etimológico, tendría la tarea de educar o de orientar al niño con educación.

La **Educación** es un concepto complejo. Su etimología tiene un doble sentido. Por un lado, si

partimos de *educere* (conducir fuera de) la educación tendría por objetivo desarrollar las potencialidades de cada persona según sus capacidades. Si, por el contrario, tomamos el término *educare* (criar o alimentar), la educación asumiría el objetivo de la formación e instrucción de las personas. La educación, en ambos casos, se percibe como una actividad necesaria en sociedad porque garantiza la permanencia y reproducción de cierta cultura deseada.

Las **Ciencias de la educación** se refieren a una perspectiva más amplia sobre educación. Involucran muchas disciplinas: filosofía de la educación, psicología de la educación, psicopedagogía, didáctica, entre otras. Nuevas disciplinas de estudio, como la *neuroeducación*, la *neurodidáctica*, la *neuropsicopedagogía*, deben tomarse en cuenta, necesariamente, a la hora de hablar de una educación como ciencia.

Ahora, qué sea esa educación, es un asunto importante por discutir. No se puede soslayar que los alcances prácticos del concepto educación están condicionados por una posición o imposición ideológica dominante. Ejemplo de esto es cuando se le hace creer a los estudiantes que ser competitivo en el mercado laboral es contar con competencias en ciencia y tecnología, únicamente, olvidando su formación en habilidades sociales o desarrollo humano.

Un tema marginal en la planificación de políticas educativas es la andragogía. Sería importante investigar el enfoque metodológico que impera en la enseñanza, principalmente a nivel universitario. La educación superior abraza a un tipo de estudiante con un perfil que no encaja en la categoría de niño ni adolescente, pero tampoco de adulto. No obstante, es tratado bajo un mismo esquema didáctico rutinario.

La **Andragogía** se enfoca en la educación para adultos. El concepto lo utiliza por primera vez en 1833 Alexander Kapp. Pero también otros autores, como Eugen Rosenback y Eduard Lindeman utilizaron el concepto para referirse a los componentes curriculares de la educación en adultos. No obstante, se atribuye a Malcolm Shepherd Knowles (1913-1997) ser el padre de la andragogía. Para Knowles la andragogía es la disciplina que se enfoca en el aprendizaje de adultos a través de la aplicación de un conjunto de principios fundamentales. La andragogía parte de la idea de que no se pueden aplicar procesos de enseñanza para adultos a niños, como tampoco procesos de enseñanza de niños para adultos. Niños y adultos aprenden de forma diferente. Sobre esta afirmación cabe, por supuesto, debate y discusión.

Cabe pensar si los conceptos pedagogía o andragogía son los más atinentes para referirse a la enseñanza universitaria. La investigación educativa cuenta con un marco metodológico claramente definido, y puede aportar mucho al respecto. Lamentablemente parece ocupar un rol marginal en la propuesta de políticas educativas.

La salud mental en educación

Las características psicosociales en las que vivimos nos obligan a considerar la salud mental en todos los ámbitos de nuestra vida. La educación no es la excepción, ya se trata de educación primaria, secundaria o universitaria.

La salud mental es tan importante como la salud física. La mente y el cuerpo no pueden

considerarse de forma independiente. Es una conexión psicofisiológica. No sin razón la discusión sobre la unión mente-cuerpo ha sido un tema relevante en diferentes culturas.

La estabilidad emocional es fruto de una buena salud mental. Las emociones se componen de un conjunto de aspectos conscientes e inconscientes y cuentan con una base fisiológica y cognitiva. Las emociones responden a patrones neurovegetativos, endocrinos y conductuales que permiten desplegar reacciones ante los acontecimientos facilitando su adaptación. Pero también existen aspectos de cognición social, donde los factores estresantes juegan un papel importante.

Muchas situaciones diarias pueden generar preocupaciones. Y aunque el principal objetivo de la preocupación es encontrar soluciones ante una situación problemática, debe tratarse de una preocupación fundamentada, que permita percibir alternativas ante esa situación. Cuando una persona se preocupa excesivamente, se origina un malestar emocional y surge el *preocupador*, una persona que no resuelve problemas, solo se preocupa activamente de forma obsesiva. Si una persona no puede dejar de preocuparse, se enfrenta a una situación de ansiedad generalizada. La característica principal del trastorno de ansiedad generalizada es la presencia de ansiedad y de preocupaciones excesivas e incontrolables.

La ansiedad es una respuesta emocional provocada por factores externos como internos, implicando aspectos cognitivos y fisiológicos. Se dice que intervienen factores genéticos, pero con certeza, el estrés. Todos enfrentamos estrés en la vida diaria. No obstante, existen factores que pueden provocarlo con mayor agudeza.

Tres clases de sucesos se perciben como estresantes: cataclismos, sucesos personales y eventos cotidianos. Un cataclismo puede afectar a muchas personas al mismo tiempo, y por eso se considera un factor de estrés. Los sucesos personales son aquellos que la persona considera significativos, como la muerte de un ser querido. Los factores de estrés cotidianos son las complicaciones que cada quien enfrenta en su vida diaria.

No obstante, hay planteamientos que afirman que el verdadero origen del estrés es interno y no externo. Esta es la postura del psiquiatra D. Hawkins, según el cual, la predisposición a reaccionar con temor, por ejemplo, dependerá de la cantidad de temor que está presente en una persona. En este sentido, el estrés es la reacción emocional a un estímulo desencadenante, determinado por el sistema de creencias y sus presiones emocionales asociadas.

El esfuerzo racional y emocional por superar o enfrentar el estrés, produce respuestas biológicas y psicológicas que influyen en problemas de salud. Algunos estímulos estresantes habituales se relacionan con niveles elevados de glucocorticoides, adrenalina y noradrenalina, que pueden influir en muchas enfermedades. Un ambiente laboral hostil o realizar exámenes escolares, son ejemplos de estímulos estresantes.

Los estudiantes pueden verse sometidos a niveles de estrés externo debido a la carga académica que deben asumir. La ansiedad que puede provocar en ellos asumir responsabilidades académicas puede generar problemas emocionales y conductuales.

La salud mental en el modelo de educación universitaria

El modelo de enseñanza influye en el bienestar o malestar emocional de los estudiantes. Cualquier modelo de educación que se diseñe orientado a estudiantes universitarios debe conocer necesariamente las características particulares de esta población. Es fundamental considerar los cambios fisiológicos y cognitivos que condicionan su aprendizaje.

La salud mental es un elemento necesario en la práctica educativa. Un modelo de educación que incorpore la salud mental en el diseño de estrategias didácticas y actividades educativas, contribuirá notablemente con el bienestar emocional de los estudiantes, facilitando el buen desempeño estudiantil. Incluso, la prevención de rutas que conlleven a desenlaces negativos.

La educación universitaria tiene características particulares en comparación con otros niveles. Los procesos de enseñanza y aprendizaje implican una mayor responsabilidad en su ejecución.

El estudiante se enfrenta con un profesional que no necesariamente cuenta con formación en docencia universitaria, un profesional que posiblemente encuentre la didáctica universitaria como algo ajeno a su grado profesional. El docente, por su parte, se enfrenta con un estudiante heterogéneo, con pocas habilidades metacognitivas para gestionar su aprendizaje, y que termina responsabilizándolo por sus éxitos o fracasos en alguna materia. Esto podría provocar cierta frustración recíproca: el docente *culparía al estudiante* por no tener la *madurez intelectual* necesaria para enfrentar *su curso*, y el estudiante, *culpará al docente* por no enseñar bien. En esto está latente la necesidad de una nueva concepción de docencia, de enseñanza y de aprendizaje bajo la perspectiva del bienestar emocional.

Implementar un modelo educativo requiere considerar variables sociales de todo tipo. Son tan importantes los aspectos racionales como los emocionales para alcanzar una salud intelectual balanceada.

Si bien es cierto que la carga académica puede generar cierto nivel de estrés en el estudiante, el problema no está en asumir esta responsabilidad. El problema puede radicar en el *modelo de enseñanza* que asuma una universidad. Cuando no existe verdadera actualización sobre qué estrategias didácticas implementar para lograr un mejor aprendizaje en estudiantes universitarios, se asume la clase tradicional como modelo óptimo de enseñanza. Caemos entonces en el facilismo pedagógico de practicar un esquema didáctico rutinario.

Un claro ejemplo de esto es cuando un docente llega al salón de clases a proyectar y leer (literalmente) diapositivas exacerbadas de texto. La clase se convierte en un *karaoke* educativo, pero sin ritmo, rutinario, aburrido, tedioso. La docencia termina siendo una profesión pordiosera a ojos de estudiantes y de otros profesionales. Cualquiera puede ser docente si cuenta con un bachillerato o licenciatura en cualquier cosa. La investigación e innovación educativa simplemente queda relegada.

Tanto el estudiante como el docente pierden. Aflora un círculo vicioso: el docente se desentiende del aprendizaje del estudiante; el estudiante desuella posteriormente al docente,

mercadeando negativamente su labor.

No obstante, también existe otra variable socioeducativa a considerar: las habilidades de aprendizaje del propio estudiante. Algunos estudiantes universitarios cuentan con pocas habilidades metacognitivas para gestionar su aprendizaje activo o están desinteresados en gestionarlas por cuenta propia. Las habilidades metacognitivas juegan un rol relevante en los estudiantes para tener mayor éxito en sus estudios.

Considero que preparar al estudiante para aprender, es también una tarea de cualquier modelo de educación.

La ausencia de estrategias didácticas en la enseñanza universitaria y la falta de actualización en nuevos enfoques educativos a nivel superior, contribuyen con el deterioro de la excelencia académica. La calidad en los trabajos de un estudiante, debe partir de la calidad en la enseñanza de los docentes. La ausencia de innovación en estrategias educativas por parte de las instituciones provoca desmotivación en los estudiantes.

La salud mental en los estudiantes, en este sentido, no es algo ajeno a la misma actividad docente. Si no invertimos en innovación, o si los encargados de realizar verdadera investigación para mejorar la calidad de la enseñanza universitaria no lo hacen, y se conforman con impartir talleres rutinarios desfasados, estaremos depositando una doble carga emocional al estudiante que aprende.

Es apremiante realizar un análisis crítico de lo que estamos entiendo por enseñanza en el contexto universitario. El paradigma de la rutina pedagógica no causa ningún beneficio al estudiante.

Source URL (modified on 02/24/2020 - 10:08): <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/node/3481>

Enlaces

[1] <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/users/redaccion>