

**“El desafío de aprender a Integrarnos como  
educadores”**

Me gustaría en este capítulo que podamos observar y reflexionar, cuáles son aquellas creencias por las cuáles los docentes sentimos y actuamos de determinadas maneras, y hacen que muchas veces vivenciamos nuestras prácticas educativas con cierto sabor de captura o sometimiento. Digo sometidos o capturados porque algunas de estas creencias nos habitan y todavía no nos hemos animado a cuestionarlas, y de esta manera, comienzan a funcionar como mandatos en nuestra vida cotidiana. Este fenómeno que nos atraviesa, es el que muchas veces nos deja en un lugar de sometimiento y acatamiento, que a lo largo del tiempo produce un agotamiento general en cada uno de nosotros, y muchas veces, puede provocarnos distintos sentimientos de enojo, culpa, rechazo, irritabilidad, en nuestras prácticas educativas cotidianas.

Entonces, me gustaría que nos preguntemos:

- ***¿Podemos darnos cuenta de cuáles son estas creencias que funcionan como mandatos incuestionables?***
- ***¿Registramos cuáles son los malestares que vivenciamos en nuestra profesión a partir de estas creencias?***
- ***¿Nos animamos a preguntarnos y a sentir emociones que van más allá de los mandatos establecidos en nuestra profesión?***
- ***¿Compartimos el malestar que vivenciamos con algunos actores institucionales? ¿Hay un espacio institucional para hacerlo?***

Estoy seguro que la vivencia de nuestras prácticas educativas se modificaría, si aprendemos a “darnos permiso” de vivenciar todo lo que vamos pensando y sintiendo en el desarrollo de nuestra tarea.

El malestar se produce cuando empezamos a vivenciar un estado de “guerra interna” con nosotros mismos, ya que lo primero que hacemos es juzgar, invalidar o rechazar lo que estamos vivenciando. Quiere decir que no nos damos permiso a sentir lo que sentimos. Lo primero que hacemos es censurarnos, juzgarnos, culparnos, y de esta manera comenzamos a dissociarnos, a separar la cizaña del trigo, porque todavía seguimos creyendo no deben convivir juntas. Pareciera que hay un “deber mayor” que se impone e interrumpe la vivencia reprochándonos, porque esto que sentimos, no corresponde con lo que se “debe”. ¿Y entonces?

Entonces, lo que hacemos es culparnos por lo que sentimos, ya que para el “deber mayor” esto no puede manifestarse en nosotros.

- ***¿Cuántas emociones y sentimientos se manifiestan en cada uno de nosotros durante nuestras horas cátedra?***
- ***¿Cómo es nuestra reacción ante aquello que sentimos? ¿Lo aceptamos, lo rechazamos? ¿Nos asustamos?***

Quiero decir, cuanto mejor vivenciaríamos nuestro rol si dejamos fluir en nosotros todo aquello que nos acontece. Pero evidentemente hay un fenómeno, que puede ser un pensamiento, una creencia, un mandato, una voz interna que hace que interrumpamos ese proceso de vivencia. Nos habita la contradicción entre “lo que siento” y lo que “debería sentir”, y de esta manera dividimos el fenómeno en dos partes y no resolvemos el estado de guerra. Nos transformamos en “expertos en la división”: lo bueno –lo malo, lo permitido- lo prohibido, el amor- el odio, la aceptación – el rechazo, pero no trabajamos en ser “expertos de la integración”. Quiere decir que queda en estado de espera lo desintegrado y esto, comienza a provocar cierto malestar en nosotros.

Nuestro culpador, reprochador o exigidor interno impide que vivenciamos lo que nos ocurre y no nos permite realizar el proceso de llegada y huída de las emociones. Por otra parte, cuando alguno de estos aspectos internos hace un “monólogo acusador”, impide realizar el proceso más importante, que es el de entablar un diálogo entre ambos aspectos hasta ahora en oposición: culpador-culpado, exigidor- exigio, entre otros.

Por una parte, lo que intento explicar es que todos los sentimientos pueden habitarlos, solo hace falta “tolerar el proceso” de llegada y huída. Los sentimientos son cambiantes y mutan porque somos seres en transito permanente. Entonces, el enojo no viene para quedarse, sino que nos visitita, y luego se retira. Pero la dificultad que se nos presenta, es que creemos que lo que se manifiesta en nosotros es “para siempre”.

Por otra parte, no somos conscientes de que en nuestro interior hay una especie de lucha entre distintos aspectos internos que no pueden dialogar, a veces es entre un culpador que juzga y castiga a un culpado o tambien,

pueden aparecer entre otros personajes internos, un exigidor, que pide y reclama a un exigido.

Estas son dos problemáticas que nos atraviesan y nos impiden vivenciar de manera amable nuestras prácticas educativas.

Una vez dando un taller vivencial, en una de las compartidas con los participantes, una docente levanto su mano muy angustiada, y dijo que quería compartir algo con todos nosotros. Por supuesto, que le dí permiso y comenzó: “Me acabo de dar cuenta que me siento culpable, porque siento rechazo frente algunos alumnos que tengo. Y no es con un curso en general, me pasa todos los años con distintos alumnos”. Mientras contaba esto, se la veía muy conmovida y angustiada. Luego que termino de compartir su testimonio, se me ocurrió preguntarle que era lo que la angustiaba, y ella me contesto: “es que no puedo sentir rechazo por los alumnos”. Y entonces le dije en el mismo tono que ella se expresó: “vos no podes sentir amor por tus alumnos, a lo que me contestó: “eso sí lo puedo sentir porque es un sentimiento bueno”. Entonces me animé a seguir indagando y le pregunte: ¿Qué es lo que estás haciendo con lo que sentís, con el sentimiento que se manifiesta en vos? La docente me contesta: “creo que lo estoy juzgando, etiquetándolo como bueno y como malo”. A lo que le contesto:”si, exactamente, nos estas diciendo que sentir rechazo es algo malo y sentir amor es algo bueno, quiere decir que estas haciendo un juicio a lo que sentís, pareciera que para vos hay emociones buenas y malas. Ella me contesto: exactamente. Y continué explicándole: “No solo juzgas las emociones sino que te gustaría sentir otra cosa de la que sentís ¿no es así? Ella me contesta: sí esto es lo que más me angustia, me gustaría sentir el mismo amor por cada uno de mis alumnos.

Es absolutamente comprensible, que no es agradable sentir rechazo por alguno de nuestros alumnos, pero es lo que se nos manifiesta. Evidentemente, sentir rechazo puede producirnos malestar porque es percibido como algo desagradable para nosotros. Esto puede estar ocurriéndonos porque tenemos alguna creencia personal que nos dice: “tenés que querer a todos los alumnos” y como esto no sucede, nos sentimos culpables. Ahora bien, la manera de poder resolver este conflicto es aprender a cuestionar nuestras creencias y tener la capacidad transformarlas o flexibilizarlas. Probablemente, si logramos hacerlo, nuestro sentimiento no sería el mismo. Que nos sucedería si nuestra

creencia fuera: “es importante tener un buen vínculo con nuestros alumnos pero reconozco que muchos de ellos están atravesando situaciones difíciles, y les cuesta mucho sentirse bien en la escuela con sus pares y con sus maestros. Seguramente desde esta creencia, nuestra percepción sería diferente, y tal vez podamos comprender que no siempre vamos a tener el vínculo que deseamos con nuestros alumnos.

Muchas de estas creencias se programan en nosotros a lo largo del tiempo, y evidentemente nos dan modo de mirar el mundo, y por lo tanto, nos hacen sentir y actuar de determinada manera.

Uno de los conflictos internos que se generan en nosotros es entre lo que es aquí y ahora, y lo que no gustaría que sea. Cuantas veces nos exigimos sentir lo que no sentimos, actuar como no actuamos, y en definitiva ser lo que no somos.

Debemos ser conscientes que con todos estos diálogos internos nos paramos frente a nuestros alumnos. En la medida en que no reconozcamos este fenómeno de pelea interna en nosotros, probablemente lo iremos proyectando hacia fuera. Por esto, vale la pena que nos preguntemos:

- ***¿Qué nos sucede cuando nuestros alumnos no se comportan como deberían? ¿Cuándo sus respuestas no se adecuan a nuestras expectativas?***

Tal vez, percibirlos libres y auténticos en sus respuestas y conductas, nos asusta íntimamente, ya que no se corresponden con la cultura institucional establecida. Entonces, sería bueno que podamos tomar esto como un aprendizaje para nosotros, y poder preguntarnos:

- ***¿Somos realmente libres y auténticos ejerciendo nuestro rol docente? Si nos miramos profundamente, ¿seguiríamos dando las mismas respuestas a nuestros alumnos si nos sintiéramos verdaderamente honestos y libres con nosotros mismos?***

La tarea de saber integrarnos y asistirnos, nos propone el desafío de transformar la guerra interna en capacidad de diálogo y claramente, esto nos

permitirá aprender a dialogar con nuestros alumnos y dejar de estar en guerra con ellos.

Ahora bien, para poder comenzar esta transformación necesitamos darnos cuenta cuales son aquellos aspectos internos que están peleados, en oposición, y que nos impiden sentirnos profundamente en paz.

Sería bueno que nos preguntemos:

- ***¿Qué es lo que nos exigimos internamente que no nos deja tranquilos?***
- ***¿De qué nos seguimos culpando hasta ahora que nos permite sentir paz en nuestra vida cotidiana?***
- ***¿Cuál es la lista de de reproches personales más frecuentes?***
- ***¿Cuáles son los juicios que nos adjudicamos diariamente y no nos dejan en paz?***

Probablemente si nos sentamos a contestar cada una de estas preguntas vamos a encontrar las respuestas al sufrimiento y al malestar que nosotros mismos nos creamos ya que claramente, si existen exigencias en nosotros es porque hay alguien que exige, si vivenciamos culpas, es porque hay algún personaje interno que nos está culpando, si escuchamos reproches internos es porque existe un reprochador, y si tenemos juicios es porque en nosotros habita un juez que mira, observa y declara sentencias.

Insisto en que la única manera de comenzar una transformación interna sería a partir de un diálogo entre estos aspectos ya que la lógica comportamental habitual es: uno ordena, el otro acata, y claramente esto más que diálogo es sometimiento. Tal vez, si cada uno de ellos puede comenzar a expresarse y escucharse, la guerra comience a diluirse para empezar a transformarse en un equipo que tiene acuerdos y desacuerdos, pero que la condición relacional, es el buen trato entre ellos.

Lic. Prof. Rafael Martini

[martinirafael@hotmail.com](mailto:martinirafael@hotmail.com)