

ENSAYO

LA FELICIDAD AL BANQUILLO: UNA REFLEXIÓN CRÍTICA SOBRE LA EDUCACIÓN POSITIVA

HAPPINESS IN THE DOCK: A CRITICAL REFLECTION ON POSITIVE EDUCATION

FELICIDADE NO BANCO: UMA REFLEXÃO CRÍTICA SOBRE A EDUCAÇÃO POSITIVA

Marion Acuña Reyes¹

¹Universidad de Barcelona, marionacunareyes@gmail.com

RESUMEN

En pocas décadas pasamos de tener escuelas ajenas a la felicidad, a otras en las que ésta es incluso más importante que el aprendizaje mismo. Tanto familias, como docentes y estudiantes demuestran en sus actos y actitudes el valor que le otorgan a esta emoción. A simple vista, puede parecer un acontecimiento fundamental para transformar la vieja idea de que “La letra con sangre entra” y posicionar el bienestar en su merecido espacio dentro del mundo educativo. Sin embargo, este fenómeno tiene matices que merecen ser analizados. El presente artículo busca entender cómo la felicidad ha logrado este lugar privilegiado, de qué tipo de felicidad estamos hablando, los beneficios y los peligros que ésta supone y si hace falta hacer cambios en provecho de la vida de las comunidades escolares.

Palabras Claves: *felicidad; educación emocional; psicología positiva.*

ABSTRACT

In just a few decades, we have moved from having schools that were unconnected to happiness to others where it is even more important than learning itself. Families, teachers, and students demonstrate through their actions and attitudes the value they place on this emotion. At a first glance, this may seem like a fundamental event to transform the old idea that 'Learning comes with pain' and to position well-being in its well-deserved place within the educational world. However, this phenomenon has nuances that deserve to be analysed. This article seeks to understand how happiness has achieved this privileged status, what type of happiness we are talking about, what are the benefits and dangers of it, and whether changes are needed for the improvement of school communities..

Key words: *happiness; emotional education; positive psychology.*

RESUMO

Em poucas décadas, passamos de ter escolas alheias à felicidade para outras em que a felicidade é ainda mais importante do que o próprio aprendizado em si. Tanto as famílias quanto os professores e os estudantes demonstram em suas ações e atitudes o valor que atribuem à essa emoção. À primeira vista, pode parecer um acontecimento fundamental para transformar a antiga ideia de que “tem que sofrer para aprender” e para posicionar o bem-estar em seu merecido espaço no mundo educacional. No entanto, esse fenômeno tem nuances que merecem ser analisadas. O presente artigo procura entender como a felicidade conseguiu esse lugar privilegiado, de que tipo de felicidade estamos falando, os benefícios e os perigos que ela acarreta e se são necessárias mudanças para beneficiar a vida das comunidades escolares.

Palavras chaves: *felicidade; educação emocional; psicologia positiva.*

Fecha de recepción: 21 de noviembre de 2024
Fecha de aceptación: 13 de noviembre de 2025

“Quiero que sea feliz” eran las palabras que resumían las expectativas que tenían muchas de las familias de mis alumnos/as frente a los procesos de aprendizaje de sus hijos/as. Si bien, cuando yo era una docente joven e inexperimentada, también creía fundamental tener como meta educativa la felicidad del alumnado, la práctica me fue enseñando que este era un enfoque limitado y lleno de riesgos. Cada vez que una niña o un niño se frustraba ante un desafío, cuando un compañero le decía algo desagradable, cuando se sentía aislado, cuando se expresaba con palabras hirientes o golpeaba, cuando le decían “No”, esa infancia era infeliz. Sin embargo, en cada una de esas situaciones había un aprendizaje necesario para la vida, era una incomodidad que, en muchas ocasiones, obligaba al estudiante a salir de su zona de confort. Además, en ningún caso estos hechos denigraban, ni humillaban a su protagonista.

Erróneamente, esas familias creían que un acompañamiento educativo más respetuoso y amoroso, implicaba necesariamente que sus hijos/as no experimentarían en la escuela emociones tales como la tristeza, la rabia, el aburrimiento y la frustración. Fue entonces que empecé a cuestionarme el valor que le estábamos dando a la felicidad desde el ámbito educativo.

Así también, fui testigo de cómo parte del profesorado se mostraba esquivo a la hora de poner límites, negaban su rol de autoridad y era extremadamente complaciente con el alumnado con tal de privilegiar su estado de bienestar por sobre otros valores como la responsabilidad, el rigor y el respeto. Volvía a ser la felicidad un bien superior que hacía evitar cualquier situación que pudiera ponerla en duda.

En cuanto a las niñas y los niños noté una tendencia a rehuir de situaciones exigentes como poner atención a la ortografía y a la gramática a la hora de escribir, entregar los trabajos con puntualidad o persistir ante alguna dificultad. La cultura de lo instantáneo tenía fuerza y, en muchos casos, estaban acostumbrados a recibir la

gratificación desde la comodidad.

Puede ser que parte de las descripciones que acabo de detallar no se observen en la mayoría de los espacios educativos y se remitan a ciertos contextos en los cuales yo trabajé, pertenecientes a modelos educativos no tradicionales. Sin embargo, son muchos los autores que coinciden en que la felicidad se ha insertado en el mundo educativo como un pilar fundamental, más allá de que estén a favor o en contra de esta visión (Arguís et al., 2012; Bisquerra et al., 2017; Campo, 2020; Cabanas y Illouz, 2019; Solé, 2020; García y Martín, 2023). A continuación, intentaré responder a las siguientes preguntas: ¿Cómo la felicidad ha logrado este lugar? ¿De qué felicidad estamos hablando? ¿Qué beneficios y qué peligros nos presenta este hecho? ¿Es necesario plantear algún cambio?

Para comprender cómo la felicidad se ha posicionado tan fuertemente a nivel educativo hay que entender que este fenómeno se ha dado en distintas disciplinas y organizaciones, emergiendo desde la psicología positiva. Esta línea terapéutica creada por Martín Seligman ha conseguido expandir su propuesta con mucha fuerza por el mundo entero a lo largo de poco menos de tres décadas (Cabanas y Illouz, 2019). Para implementar investigaciones en distintos ámbitos ha contado con el financiamiento del gobierno de Estados Unidos, de la empresa Coca-Cola, de la fundación de la empresa Johnson & Johnson, entre otras (Cabanas, 2017). En cuanto al desarrollo propio de la educación positiva, uno de los grandes referentes es CASEL (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning). Este centro de estudio y divulgación cuenta con el auspicio de grandes empresarios como Bill Gates (Microsoft), Mark Zuckerberg (Meta) y empresas como LG (Cornejo-Chávez et al, 2021).

Si bien las investigaciones científicas pueden contar con el respaldo monetario de fondos públicos o privados, conocer a sus inversores nos puede mostrar ciertos

intereses que hay de por medio. En este caso, podríamos deducir que grandes transnacionales consideran importante instaurar este modelo en la sociedad y también en las escuelas. Varios autores estiman que detrás está la idea de formar a un tipo de trabajador, ciudadano y/ o consumidor neoliberal (Cabanas y Illouz, 2019; Solé, 2020; García y Martín, 2023).

Para entender más sobre este asunto, pasaré a responder la segunda pregunta: ¿De qué tipo de bienestar estamos hablando? Desde la educación positiva refieren que es un estado emocional individual y social que se logra fomentando las emociones positivas y regulando las negativas, a través del desarrollo de competencias emocionales (Bisquerra, 2011). Sus detractores consideran que esta propuesta carece de un punto fundamental: Niega el vínculo entre el bienestar del sujeto y las condiciones materiales y relacionales que lo afectan, tales como su situación económica, social y familiar (Diligenti, 2023). Desde esta lógica, Cabanas (2017) explica que la felicidad se plantea como una meta natural y universal, pero tras esta idea, aparentemente inocente, oculta una fuerte carga ideológica, marcada por su individualismo. Para García y Martín (2023) la felicidad está mercantilizada, haciendo de la persona un empresario de sí mismo que busca el éxito particular y muchas veces está asociada al goce que genera el consumo de un producto.

Ante esta concepción de la felicidad hace falta responder a la siguiente pregunta ¿Qué beneficios y qué peligros nos presenta este hecho? La dificultad para responderla radica en que quienes son seguidores de la psicología positiva suelen resaltar los beneficios de ésta, mientras que sus detractores son muy críticos. Desde mi óptica, me parece importante el rescate que hace la educación emocional de la felicidad como un aspecto al que hay que poner atención dentro de los procesos de aprendizaje del alumnado. Me es imposible olvidar la frase que se repetía con frecuencia cuando yo era niña “La letra con sangre entra”, aludiendo a que, para aprender, hay que sufrir. Si bien creo que la educación puede ser un camino que tenga momentos difíciles, también los habrá de goce. Así mismo, me parece valioso el protagonismo que se

le da a la dimensión emocional de las personas, puesto que las escuelas tradicionalmente han considerado el ámbito cognitivo como foco principal del desarrollo de las infancias.

Por otra parte, me sumo a las críticas de muchas de las voces contrarias a la psicología positiva. Para empezar, a la idea de que este modelo convierte la escuela en reproductora del modelo altamente individualista que se impone en la sociedad (Solé, 2020; Cornejo-Chávez, 2021). También, reduce la complejidad del ser humano y de la vida social planteando soluciones simples y superficiales a problemas determinantes (Diligenti, 2023). A su vez, atribuye la responsabilidad de la infelicidad a aquellos que no alcanzan su bienestar (García y Martín, 2023). En una sociedad altamente injusta la felicidad se vuelve una falsa promesa que genera una sensación de vacío (Solé, 2020). Este simulacro termina ocasionando enfermedades como el cutting, la depresión, la anorexia, entre otras (García y Martín, 2023). Estos hechos provocan que la escuela pierda su principal función puesto que no brinda al alumnado la oportunidad de cuestionar la realidad que le rodea, ni permite construir un proyecto común (García, 2023).

Para terminar, cabe preguntarse ¿Es necesario plantear algún cambio? Mi respuesta espontánea es sí, pero ¿cuál? Varios de los autores antes citados basan sus discursos en analizar el fenómeno de la felicidad y sus consecuencias negativas, mas no plantean soluciones concretas para transformarlo. Hay uno de estos escritos que se detiene en la búsqueda de salidas alternativas. Para Puche y De Benito (2023) se hace necesario generar un nuevo constructo de felicidad, que diste del hegemónico, donde la felicidad se aborde como una aspiración de la buena vida colectiva, basada en tres premisas: deben existir estructuras e instituciones sociales y valores compartidos que la sostengan; tiene un carácter compartido que se construye sobre la base de estar juntos (en juegos, rituales y redes de apoyo mutuo) y de la inter y ecodependencia que nos definen como humanidad; y por último, debe ser una experiencia individual y colectiva que se exprese a través del cuerpo, lugar donde se materializan todos los procesos

orgánicos y culturales. Si bien, la propuesta de estos autores no se detiene mayormente en la importancia del cuerpo, profundizaremos brevemente en el rol que juega la corporización dentro de todo fenómeno personal y social y en este caso, dentro de la felicidad.

Desde esta perspectiva, el cuerpo más que ser un objeto que refleja la cultura, pasa a ser un sujeto cultural en sí mismo, puesto que encarna aquello que acontece en la sociedad: la desigualdad, el control, la supremacía, por una parte, y al mismo tiempo, la agencia de cambio (Esteban, 2016). Por eso, hacer hincapié en el cuerpo como pieza clave de este nuevo constructo sobre la felicidad, resulta esencial, pues, necesariamente, dándole visibilidad al cuerpo, se abre un espacio para una emocionalidad auténtica.

Si pudiera revivir la experiencia docente descrita al inicio de este texto, tendría más recursos para intentar transformar el modelo de felicidad que establecíamos junto a las familias, alumnos/as y profesorado dentro del ámbito escolar. Lo primero que haría sería consensuar con la comunidad un nuevo concepto referente al bienestar, basado en las premisas de Puche y De Benito, donde haya cabida para el desarrollo personal, pero que esté al servicio del grupo. A su vez, propondría una educación que busque la felicidad sin evitar otras emociones desagradables, como la tristeza, la frustración, la rabia o el aburrimiento y que comprenda el aprendizaje socioafectivo con todos los matices que tiene. Por último, una de las finalidades de

este acompañamiento emocional cambiaría: ya no sería que cada alumno/a comprenda y regule sus emociones, sino, que sería develar el vínculo que hay entre estas emociones y las estructuras relacionales y sociales que las generan y se intentaría buscar conjuntamente caminos para transformarlas en caso de ser necesario.

Creo que la felicidad y las emociones han sido utilizadas por el capitalismo en favor de la economía y no de la ciudadanía. Renombrar estos hechos, permite resignificarlos y liberarlos de ese rol. Por lo mismo, a esta forma de educar la emocionalidad, la llamaría “Educación de los afectos”. La palabra afecto refleja un proceso complejo y necesariamente colectivo, que requiere de la interacción entre personas y en el que lo que les pasa a otros/as “nos afecta”. A su vez, en lugar de felicidad optaría por el término “Sumak Kawsay”, el “Buen vivir” utilizado por las culturas andinas. Hago esta elección pues considero que, siendo una expresión latinoamericana, tiene un carácter universal y de paso, rindo un pequeño homenaje a la sabiduría de nuestros pueblos ancestrales. Aunque es una expresión difícil de definir desde lógicas occidentales, me remito a tres ideas con las que Guardiola (2011) lo resume: El “Sumak Kawsay” es reciprocidad entre personas (quienes se relacionan a través del amor, la comprensión y la amistad y no de lógicas mercantiles o de opresión), es participación ciudadana y armonía con la naturaleza. Más que un juicio a la felicidad, éste ha sido un litigio sobre el uso que hace el neoliberalismo de ella. La felicidad queda exculpada.

Referencias bibliográficas

Arguís, R., Bolsas, A., Hernández, S. y Salvador, M. (2012). Programa “Aulas felices”: Psicología positiva aplicada al aula. Consulta realizada 28 de octubre 2024 <https://rieeb.com/aulasfelices/>

Bisquerra, R. (2011). Educación emocional: propuestas para educadores y familias. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Bisquerra, R. y Hernández, S. (2017). Psicología posi-

tiva, educación emocional y el Programa Aulas Felices. En Papeles del psicólogo, 37, 1, 58-68. Consulta realizada 28 de octubre 2024 <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2017.2822>

Cabanas, E. (2017). Psiudadanos o la construcción de individuos felices en las sociedades neoliberales. En Illouz, E. (ed.) Capitalismo, consumo y autenticidad: Las emociones como mercancías (pp. 233–263). Madrid: Katz.

Cabanas, E. y Illouz, E. (2019). *Happycracia: cómo la ciencia y la industria de la felicidad controlan nuestras vidas*. Barcelona: Paidós.

Campo, S. (2020). Desde la felicidad al bienestar: Una mirada desde la psicología positiva. *Revista Reflexión E Investigación Educativa*, 3, 1, 137-148. Consulta realizada 28 de octubre 2024 <https://doi.org/10.22320/reined.v3i1.4507>

Cornejo-Chávez, R., Araya-Moreno, R., Vargas-Pérez, S. y Parra-Moreno, D. (2021). La educación emocional: paradojas, peligros y oportunidades. *Revista Saberes Educativos*, 6, 1, 01-24. Consulta realizada 28 de octubre 2024 <https://doi.org/10.5354/2452-5014.2021.60681>

Diligenti, G. (2023). La competencia mundial por la felicidad: una mirada crítica. En García, T. y Martín, S. (ed.) *Los agujeros negros de la felicidad- educación, cultura y política en nuestros tiempos* (pp. 73-83). Asturias: Trea.

Esteban, Mari Luz (2016) *Antropología del cuerpo, itinerarios corporales y relaciones de género*. Perifèria: cristianisme, postmodernitat, globalització, 3, 134-147. Consulta realizada 21 de marzo 2025 <https://raco.cat/index.php/PeriferiaCPG/article/view/332465/423223>

García, T. (2023). De la infelicidad a la ciega felicidad en las aulas. En García, T. y Martín, S. (ed.) *Los agujeros negros de la felicidad- educación, cultura y política en nuestros tiempos* (pp. 85-96). Asturias: Trea.

García, T. y Martín, S. (ed.) (2023) *Los agujeros negros de la felicidad- educación, cultura y política en nuestros tiempos*. Asturias: Trea.

Guardiola, Jorge (2011) ¿Qué aportan los estudios de felicidad al buen vivir, y viceversa? *OBETS, Revista de Ciencias Sociales*, 6, 1, 97-109. Consulta realizada 21 de marzo 2025 https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/18068/1/OBETS_06_01_05.pdf

Puche, L y De Benito, C. (2023) Algunas pistas sobre la felicidad. Miradas desde la Antropología Social. En García, T. y Martín, S. (ed.) *Los agujeros negros de la felicidad- educación, cultura y política en nuestros*

tiempos (pp. 41-67). Asturias: Trea.

Solé, J (2020) El cambio educativo ante la innovación tecnológica, la pedagogía de las competencias y el discurso de la educación emocional: una mirada crítica. En *Teoría de la Educación: Revista Interuniversitaria*, 32, 1, 101-121. Ediciones Universidad de Salamanca. Consulta realizada 28 de octubre 2024 <https://revistas.usal.es/tres/index.php/1130-3743/article/view/teri.20945/21291>