



Sandra Mediavilla

# La escuela como **contexto de bienestar:** lo que realmente importa

Ángeles Ruiz de Velasco, Alexandra Mediavilla

La búsqueda del bienestar en la escuela debería ser un propósito compartido por toda la comunidad educativa. Encontrar un mismo sentido que defina el concepto de bienestar podría ser un buen punto de partida para invitar a la reflexión de todos los agentes implicados y poder conseguir el acuerdo.

▣ **PALABRAS CLAVE:** bienestar, contextos de bienestar, comunidad educativa, acuerdo, biología, cultura, necesidades básicas, Teresa Punta.

## Bienestar «a tiempo parcial»

Si pensamos en el término *bienestar*, seguro que cada uno de nosotros lo evoca con unas imágenes mentales, lo expresa con unas palabras y adjetivos concretos, lo vivencia y representa de manera única y personalizada.

Para algunos, hablar de bienestar en la escuela sería referirse a unos tiempos que respetaran a la infancia; a la diversidad de ritmos vitales, corporales, afectivos, de desarrollo y crecimiento... Para otros, en cambio, sería hablar de espacios amables, respetuosos con las necesidades infantiles y adultas, espa-

cios provocadores desde la estética. Mientras tanto, otras personas pensarían que hablar de bienestar en la escuela imprescindiblemente requeriría conversar sobre relaciones, vínculos, afectos y emociones, gestión de conflictos... Así podríamos seguir enumerando una gran cantidad de aspectos que para cada per-



*El sinsentido empapa toda la jornada y todos los espacios escolares a excepción de esos pequeños «instantes» (sesiones de mindfulness, de programas emocionales, etc.) en los que se piensa en el bienestar*

sona podrían ser generadores o no de bienestar, de tal forma que: ¿de qué hablamos cuando hablamos de bienestar? ¿A qué nos referimos con esa palabra cada uno de nosotros? ¿Qué implicaciones tiene su búsqueda y promoción en la escuela?

Siguiendo a la RAE, *bienestar* procede de *bien* y *estar*. En primer lugar, se refiere al «conjunto de las cosas necesarias para vivir bien». También lo define como «Vida holgada o abastecida de cuanto conduce a pasarlo bien y con tranquilidad» y, por último, al «Estado de la persona en el que se le hace sensible el buen funcionamiento de su actividad somática y psíquica».

Teniendo en cuenta este punto de partida y sabiendo la complejidad del tema, planteamos la siguiente reflexión. La escuela pasa por un momento en el que maestras y maestros, con su mejor intención, planifican sesiones y tiempos de meditación, de yoga, de *mindfulness*; construyen rincones para la calma, enseñan a respirar a sus niños y niñas con la ayuda de cuentos, siguen programas de educación emocional... Pero sorprendentemente descuidan u olvidan el «resto

del tiempo, el conjunto de los espacios y el sinfín de instantes de relación que se viven y educan en el silencio», en los que solo hay prisas, activismo, desatención y, tristemente, en algunos casos y para algunos niños y niñas, abandono. El sinsentido empapa toda la jornada y todos los espacios escolares a excepción de esos pequeños instantes en los que se piensa en el bienestar..., por lo que quizás sea el momento de detenerse en los equipos y comunidades, conversar sobre el tema, **documentarse y definir qué entendemos en nuestra escuela por bienestar**, qué elementos son aquellos que consideramos que influyen y deberían estar sujetos a observación y revisión, cómo favorecer el bienestar individual de cada niño, educador, familia..., pero también el bienestar social y colectivo que mejore el clima de convivencia y la manera de vivir las relaciones en la comunidad. Todo ello desde una visión global y compleja de la realidad, dialéctica, dialógica y consensuada.

*La humanización se va construyendo desde el nacimiento en la biología, a través del cuerpo y la sensorialidad, pero, a la vez, emerge de ella y se va diferenciando de lo puramente biológico, porque, además, nos conforman la cultura, el pensamiento y la conciencia*

## El encuentro entre la biología y la cultura

Teniendo en cuenta lo anterior, definir lo que la escuela necesita para constituirse en un entorno de bienestar es un tema que debe ser debatido en cada equipo educativo para poder abrir un espacio de reflexión conjunta, ya que en ningún caso existe una solución única desde el momento en que los problemas particulares solo pueden ser pensados dentro del contexto en el que se producen.

Sin embargo, existe un punto de partida que nos proporciona una identidad común y es nuestra condición humana, ya que en ella o desde ella estamos conectados desde el momento en el que venimos a la vida. La humanización se va construyendo desde el nacimiento en la biología, a través del cuerpo y la sensorialidad, pero, a la vez, emerge de ella y se va diferenciando de lo puramente biológico, porque, además, nos conforman la cultura, el pensamiento y la conciencia.

La escuela debe, entonces, atender de manera integral e interrelacionada esa doble condición: la

humanidad no es solo lo fisiológico, pero sin lo fisiológico no existe la humanidad. El ser humano reúne la complejidad de ser a la vez plenamente biológico y plenamente cultural, pero ninguno de los dos aspectos debe primar por encima del otro cuando hablamos de un planteamiento de profundo bienestar.

Así, por ejemplo, comer, que es una actividad biológica básica, se transforma en cultural porque está ligada al rito, a las normas o a las prohibiciones. Como dice Cyrulnik (2002), **comer, como acto humano, no es solo alimentarse**. De la misma manera, hablar o bailar, que son actividades específicamente culturales, ponen en movimiento nuestro cuerpo y nuestros órganos, demostrando así su inexorable relación.

**El debate sobre lo que debería ser prioritario en la escuela: los aspectos cognitivos, socioemocionales, afectivos, etc.**, debe superarse desde el momento en el que se asuma, como principio, que cualquier organización biológica necesita una dimensión cognitiva. Morín (2000) afirma que el ser vivo extrae informaciones de su entorno y ejerce una actividad cognitiva inseparable de su práctica de ser vivo. Nuestra condición humana nos capacita de entrada para sentir, pensar, relacionarnos, etc., siempre que nos encontremos con un contexto favorable que nos permita ser de manera autónoma, pero a la vez con los demás.



Representación simbólica del bienestar

### El bienestar por encima del precepto

Cualquier comunidad necesita un orden interno estable, un contexto que contenga y dé sentido a las particularidades de cada individuo, pero esa organización fundamental no debe ser condicionante a la hora de contemplar las diversas contingencias que van surgiendo en el día a día, ya que ningún entorno humano se define como estable y, por tanto, nada se puede determinar a priori con certeza. Así, una escuela aporta bienestar si tienen en cuenta las excepciones que humanizan las normativas, aceptan la incertidumbre y flexibilizan los programas, adaptándolos a las necesidades de cada miembro de la comunidad educativa.

Teresa Punta (2013) relata en este sentido, el momento en el que

empezaron a sucederse los nunciamientos en su escuela. Nuncajamases a suponer un solo formato de familia ni de nada, a cerrar en un único horario de asistencia, a ignorar que en la escuela se aprende de todos y de todo, no solo de las educadoras y educadores. Nuncajamás a pensar que un tema que le afecte a un niño no sería un tema que le compita pensar a la escuela.

En su búsqueda del bienestar para todos, Teresa Punta narra cómo atra-

*En la búsqueda del bienestar «atravesamos los saberes, juntamos el cerebro con la piel, lo conceptual con lo actitudinal, lo real con lo poético, las palabras con las imágenes...» (Teresa Punta)*



## HABLAMOS DE...

vesaron los saberes, juntaron el cerebro con la piel, lo conceptual con lo actitudinal, la teoría con la práctica, las formas con los fondos, lo real con lo poético, las palabras con las imágenes, los rituales con las emociones. Realizaron, en definitiva, con toda la comunidad educativa implicada, una apuesta por ayudarse entre todos a comprenderse y a vivir con el sentido que supone construirse desde una auténtica condición humana.

### Repensando el bienestar en la escuela

Tras todo lo dicho hasta ahora y con la idea de dar unas pistas para abrir diálogos y reflexiones en los entornos escolares y familiares, compartimos en el cuadro 1 algunos de los aspectos que pensamos que deberían ser observados y repensados si realmente queremos promover el bienestar.

- > **Las necesidades básicas:** su cuidado, atención y respeto. No son básicas porque no sean importantes, sino porque constituyen el «mínimo imprescindible» para satisfacer con calidad y exquisitez: necesidades fisiológicas (somos un cuerpo), mentales (vivimos en una realidad que interpretamos y en la que intervenimos), emocionales y sociales (nos relacionamos, sentimos, nos vinculamos), de participación y autonomía (vivimos en comunidad y en constante relación con otros).
- > **Las posibilidades de participación de los niños y las niñas:** que puedan expresar sus necesidades para ser escuchados y tenidos en cuenta.
- > **La educación en la resiliencia** para poder superar las dificultades y crecer ante las adversidades. Así como la educación positiva centrada en las fortalezas personales y no en las dificultades o limitaciones.
- > **La compensación de las desigualdades** y la promoción de la igualdad de oportunidades y la inclusión, para crear un auténtico sentido de pertenencia.
- > **La creación de entornos felices** que generan sentimientos y vivencias positivas, donde cada ser se siente cuidado, incluido, valorado, respetado y estimado.
- > **La pedagogía de la amistad.** El reconocimiento y la valoración del otro, la cooperación, la bondad y la solidaridad. Recuperar la pedagogía de la fraternidad.
- > **Los espacios de construcción y diálogo** en torno a valores que se dirijan a promover la dignidad de las personas, la vida digna y la vida en común.
- > **El pensar con otros.** Pensar en la escuela con otros a través de la sonrisa, del encuentro, del juego. Pensar en la escuela de forma no convencional, es decir, fuera de lo convencional y alejado de aquella que intenta «convencer», sino que más bien propone y transforma (Teresa Punta).
- > Y si con esto parece poco..., luego podremos debatir sobre los tiempos, los espacios y materiales, las propuestas y provocaciones, el lenguaje oral y corporal con el que nos relacionamos con cada ser humano y con el grupo, las estrategias que ponemos en marcha para observar, documentar y evaluar, la gestión que hacemos de los conflictos inherentes a la vida y a las relaciones humanas... Decidir si hacemos yoga, relajación o cualquier otra propuesta.

**Cuadro 1.** El bienestar en la escuela: pistas para la observación

Hay mucho en lo que pensar al hablar de bienestar. Algo más complejo que planificar dos sesiones de media hora a la semana de... Porque «El bienestar no es algo que pertenezca a los individuos, sino que es algo que sucede en la relación con otros» (Sara C. White).

Con esta idea clave os presentamos este monográfico, confiamos en que os aporte luces, ilusión e incite a la reflexión individual y colectiva y, sobre todo, su lectura os genere bienestar. ■

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CYRULNIK, B. (2002a): *El encantamiento del mundo*. Barcelona. Gedisa.
- (2002b): *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona. Gedisa.
- MORÍN, E. (2000): *La mente bien ordenada*. Barcelona. Seix Barral.
- PUNTA, T. (2013): *Señales de vida: Una bitácora de escuela*. Buenos Aires. Lugar (Colección del Melón).
- WHITE, S.C. (2015): *Cultures of Well-being: Method, Place, Policy*. Basingstoke. Palgrave Macmillan.

### HEMOS HABLADO DE:

- Gestión del cambio.
- Gestión del aula.
- Desarrollo profesional.
- Desarrollo personal.
- Educación afectiva emocional.
- Liderazgo en centros.

### AUTORAS

**Ángeles Ruiz de Velasco Gálvez**  
Centro Universitario La Salle. Madrid  
ange@lasallecampus.es

**Alexandra Mediavilla Rodríguez**  
CEP de Torrelavega. Viémoles (Cantabria)  
infantil.ceptorrelavega@educantabria.es

Este artículo fue solicitado por AULA DE INFANTIL en abril de 2017 y aceptado en mayo de 2017 para su publicación.