

OPINIONES, DEBATES Y CONTROVERSIAS

LA OCUPACIÓN SIGNIFICATIVA COMO MEDIACIÓN PARA LA EDUCACIÓN DEL PENSAMIENTO Y EL DESARROLLO DE LA EMOCIONALIDAD

Meaningful occupation and its importance in the education of thought and emotional development

Resumen

Este artículo presenta una revisión sobre la importancia de las ocupaciones significativas en la educación y el desarrollo de las emociones. En primera medida se analizan las nociones tanto negativas como positivas de la emoción y cómo ésta influencia los estados cognitivos. De la misma manera, se rescata cómo la comprensión imaginativa se desarrolla a través de una serie de etapas, cumpliendo así un papel importante en las ocupaciones que tienen lugar en la infancia.

En un segundo momento, se evidencia que el juego no es la única ocupación significativa en el niño, sino que el uso del tiempo libre también tiene un papel importante, que cobra mayor relevancia durante la adolescencia, como medio para la educación y el desarrollo. Se rescatan entonces estas dos ocupaciones (juego y uso del tiempo libre) como instrumentos que permitirán tener herramientas para el individuo; en consecuencia, deben ser valoradas desde la escuela. Lo anterior orienta a concluir que una adecuada organización y juicio en la utilización de ocupaciones significativas pueden influenciar emociones y aspectos cognitivos.

Palabras claves: terapia ocupacional, educación, juego e implementos, juegos experimentales, inteligencia emocional.

Parra-Esquivel EI. La ocupación significativa como mediación para la educación del pensamiento y el desarrollo de la emocionalidad. *Rev.Fac.Med.* 2010; 58: 75-83.

Summary

This article presents a review about the importance of meaningful occupations on education and emotional development. First, positive and negative aspects of emotions and their impact on cognitive states are analyzed. Also, it is highlighted how imaginative understanding is developed through a series of stages, playing a relevant role in occupations that occur during infancy.

Subsequently, it is shown that playing is not the only meaningful occupation in children, but that in general usage of leisure time has an important role, which becomes more important in adolescence as a means for education and development. These two occupations (playing and use of leisure time) are then presented as instruments that will bring about tools for the individual, and whose value must be recognized starting at the school. This leads us to conclude that an adequate organization and judgement in the use of meaningful occupations has the ability to influence emotional and cognitive aspects.

Key words: occupational therapy, education, play and playthings, games, experimental, emotional intelligence.

Parra-Esquivel EI. Meaningful occupation and its importance in the education of thought and emotional development. *Rev.Fac.Med.* 2010; 58: 75-83.

Introducción

Este documento propone que las ocupaciones significativas pueden ser los medios para la educación del pensamiento y el desarrollo de la emocionalidad. Es decir, que la ocupación con un propósito claro, en el momento oportuno y teniendo en cuenta las demandas adecuadas puede convertirse en un mecanismo que modifique las emociones en las personas y posiblemente los esquemas mentales. Para desarrollar esta idea se han tomado varios argumentos para ser analizados desde esta perspectiva.

Supuestos y comentarios

Se parte de los supuestos de Evans, 2001 (1) quien plantea las nociones negativas y positivas de la emoción; en la primera retoma a Platón quien habla de las emociones como obstáculos para la acción inteligente; en la noción positiva de la emoción habla de la misma como crucial para el comportamiento inteligente, lo cual es apoyado por la teoría evolucionista y la neurociencia. Además, manifiesta que la condición para el éxito esta dada en la mezcla de la razón y la emoción. Anexa a esta idea, afirma que la ocupación es un elemento inherente a los seres humanos y que se puede clasificar en autocuidado, juego y trabajo. El juego es una ocupación significativa que reúne los elementos enunciados por Evans, pues es esta actividad una de las que permite que los niños se relacionen con el mundo que les rodea y puedan explorar e incorporar elementos cognitivos y emocionales.

Es así como Garaigordobil (2) afirma que el juego de simulación o de ficción produce en el niño el desarrollo de representación de la experiencia emocional, lo que le permite la expresión de sentimientos negativos, producir soluciones alternativas y procesar información sin las consecuencias que tendría en la vida real. Además, con el juego los niños tienen nuevas experiencias, aciertos, errores y aplican sus conocimientos en la solución de problemas. De esta manera el juego se impregna de la razón y la emoción indispensables para la realización de los individuos.

Otra idea importante que desarrolla Evans (1), 2002 es cómo la emoción influye en los estados cognitivos; en este punto hace referencia a la atención, memoria y juicio. Respecto a la primera función, la emoción puede centrar el foco mental en un pensamiento y excluir otro, lo cual es reafirmado por Garaigordobil (2), quien indica que el juego fomenta la perseverancia y concentración. En la segunda función, llamada memoria, la emoción influye en la manera de almacenar y recordar, y para que esta última condición se presente de manera fácil y precisa existe una relación con el estado emocional de la persona cuando ocurrió el evento o cuando se recuerda.

En otras palabras, se recuerdan con más agilidad sucesos marcados con eventos intensos que con neutros, por ejemplo, acontecimientos que ocurrieron cuando se estaba en una inmensa alegría o en momentos tristes, a lo cual se le denomina recuerdo congruente con el estado de ánimo. Esta segunda función del juego es apoyada por Garaigordobil, 1995 quien indica que el juego es un estímulo para la atención y la memoria, manifiesta cómo el niño se concentra mejor y recuerda más

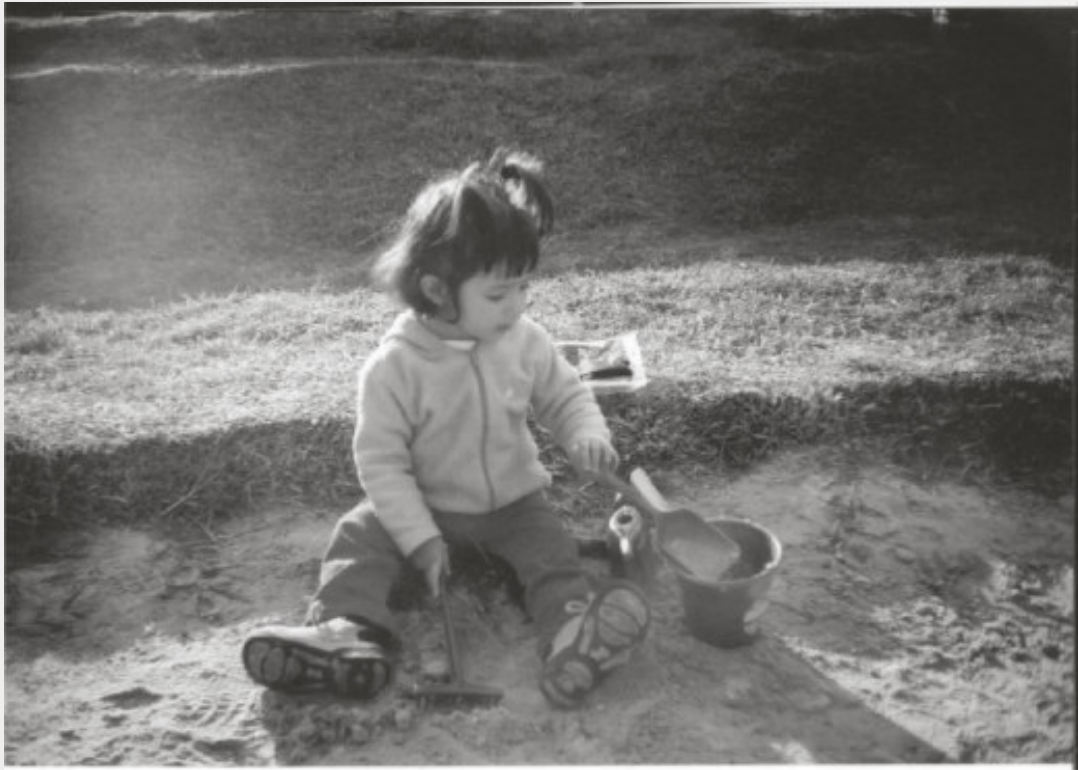


Figura 1. *El juego es un estímulo para la atención y la memoria, el niño se concentra mejor y recuerda más en situaciones de juego, que en situaciones experimentales. (Foto autorizada para su publicación).*

en situaciones de juego que en situaciones experimentales, lo que caracteriza al juego como algo único que se presenta en momentos específicos y permite relacionar al niño con el mundo de manera singular (Figura 1).

Finalmente, se habla de la toma de decisiones y juicio, y como influyen en las opiniones que nos formamos respecto a otras personas. Esta afirmación se relaciona con los momentos que los individuos tienen al conocer a otras personas, en otras palabras, un buen estado de ánimo de las personas hace que juzguen a un individuo de manera más positiva que aquellos que tienen un estado de ánimo desfavorable (1).

Estas condiciones de atención, memoria y toma de decisiones hacen pensar en niños saludables que tengan las necesidades básicas satisfechas de alimentación, adecuada nutrición, salud adecuada y ante todo, vínculos afectivos fuertes y dinámicos. Pero el cuestionamiento gira en torno a aquellos niños que no tienen estas condiciones y cómo este estado de cosas puede afectar su desempeño en su ocupación significativa o importante que es el juego. La actividad lúdica, sin embargo, puede ser el espacio que le ofrezca a los niños posibilidades distintas ante situaciones difíciles; tal vez esto se afirme, cuando encontramos niños vulnerados en su integridad, maltratados física, moral y sexualmente y a pesar de lo anterior, está presente el juego, desde luego, direccionado y ajustado a un desarrollo

Tabla 1. *Autoconciencia: los niños pequeños son conscientes de sus estados mentales*

Edad	Característica
2 años de edad	Los niños comienzan a describirse a sí mismos y a los demás como seres que perciben, sienten emociones, tienen deseos y pasan por diversos estados cognitivos Bretherton, McNew y Beeghly-Smith, 1982
Alrededor de los 2 años	Las referencias al yo son más frecuentes que las referencias a los demás.

Tabla 2. *Capacidad de simular: los niños tienen una poderosa imaginación*

Edad	Característica
12 y 24 meses	Aparición del juego de ficción
18 meses	Tratan a los muñecos como representación de seres humanos, pero no les confieren el poder de actuar o sentir por su cuenta sino que siguen siendo receptores pasivos de la atención infantil (3).
2 y 2 años y medio	Los niños comienzan a conferir a los muñecos la capacidad de actuar y experimentar: hacen que hablen y actúen por su cuenta y, ... les atribuyen deseos, sensaciones y emociones (3).
3 años y medio o 4	Los niños comienzan a atribuir a los muñecos procesos de pensamiento y planes más explícitos (3).

óptimo como una herramienta fundamental para la promoción del pensamiento y la emocionalidad de los niños.

Por otro lado, Harris (3) plantea la importancia del juego en los niños y resalta la comprensión imaginativa que es un instrumento que permite a los niños la capacidad de simular. Además, propone el desarrollo de las emociones durante momentos característicos en la infancia de lo cual se tomarán algunos ejemplos. A partir de cuatro ideas fundamentales, el autor propone la imaginación como un vehículo para concebir posibles realidades que otras personas perciben. La primera idea se relaciona con la autoconciencia y se refiere a que los niños pequeños son conscientes de sus estados mentales porque ellos saben cuándo quieren algo o esperan algo. Respecto a esta primera idea, se encuentran las características en la tabla 1.

La segunda idea se refiere a la capacidad de simular; en este aspecto los niños tienen una poderosa imaginación, que se manifiesta de modo evidente en el juego de ficción, el cual tiene las siguientes características: la representación de un objeto mediante otro distinto, creación de un objeto imaginario sin ningún tipo de apoyo, atribución de propiedades simuladas o imaginarias, y creación y atribución de estados mentales en vez de objetos o propiedades puramente físicos. En este sentido y en cuanto al desarrollo cronológico, ocurre lo según las características se ven en la tabla 2.

La tercera idea hace referencia a distinguir la realidad de la ficción: en este momento el niño puede atribuir deseos, creencias y emociones fingidos a los muñecos y personajes imaginarios pero no los

Tabla 3. *El niño distingue la realidad de la ficción*

Edad	Característica
1 y 2 años	Se confunden con la ficción. Juegan de modo simbólico pero no siempre distinguen el mundo real del imaginario que han creado o en el que los ha introducido otra persona (3).
3 años	Los niños distinguen el mundo real del imaginario.
3 ó 4 años	El niño es consciente de haber entrado en el mundo hipotético distinto del real

Tabla 4. *Capacidad de fingir; permite al niño una comprensión imaginativa*

Edad	Característica
3 años	Se refieren a los deseos, pero no está claro si los tienen en cuenta... como una ayuda para decidir si alguien está o no contento (3).
3 a 4 años	Saben que emoción se siente en diversas situaciones familiares y reconocen las situaciones que corresponden a emociones determinadas (3).

confunde con deseos, creencias y emociones reales, como tampoco confunde los estados mentales que atribuye a otras personas con los propios. Teniendo en cuenta el orden cronológico que se ha llevado hasta el momento, ocurre según lo demuestra la tabla 3.

La cuarta idea se corresponde con los deseos, creencias y emociones, y se relaciona con la capacidad de fingir que le permite al niño una comprensión imaginativa de los estados mentales distintos a los propios. Esta idea hace referencia a las características de la tabla 4.

De todos los supuestos teóricos de Harris (3), se desprende el juego como un elemento reconocido que promueve en los niños ciertas condiciones que permiten la comprensión del otro, un componente indispensable en las relaciones humanas en un momento muy necesario para la sociedad colombiana donde existe un desinterés por el otro, conflictos inicialmente de intereses personales que posteriormente se traducen en conflictos sociales y finalmente, dificultades en las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, alternativas a la agresión, hacer frente al estrés y de planificación (4). Esta visión del juego debe ser tenida en cuenta en los jardines, escuelas y colegios, desarrollada siempre y cuando, existan educadores realmente interesados en que esta propuesta se efectúe en las instituciones educativas, además de generar políticas en torno a la búsqueda de la emoción.

Hasta este punto se puede pensar en el juego como la ocupación significativa en los niños. Qué ocurre en los preadolescentes y adolescentes quienes también hacen parte del sistema educativo? A este respecto se proponen actividades de uso de tiempo libre como una medida para la educación del pensamiento y el desarrollo de la emocionalidad. Estas actividades de tiempo libre se despen-

den de constructos formados alrededor de las teorías de esparcimiento. De acuerdo con esta concepción, Neulinger (5) describe el esparcimiento como un estado mental e identifica dos dimensiones; la primera se refiere a la percepción de libertad, combinación entre los grados de libertad y límites, y la segunda dimensión se refiere a la motivación para la actividad que puede ser intrínseca o extrínseca.

Al tener en cuenta estos supuestos y analizar el juego y el uso del tiempo libre como ocupaciones significativas en la infancia y la adolescencia, sin desconocer el juego en la adolescencia, se proponen las actividades de esparcimiento como necesarias e importantes de desarrollar durante el rol escolar, permiten una educación del pensamiento y el desarrollo de la emocionalidad, teniendo en cuenta que el potencial que tienen estas actividades no ha sido totalmente explotado en todas las instituciones educativas. Estas ocupaciones pueden ser promovidas con una orientación clara en objetivos puntuales que tenga en cuenta el desarrollo de los individuos desde la emoción, la cognición, el desarrollo del juego y el conocimiento de la ocupación dentro del ciclo vital del ser humano.

La promoción de los anteriores elementos es indispensable cuando se observa que los jóvenes y niños salen de los programas académicos que les ofrecen de cierta manera estructuras definidas y hasta rígidas, y muy frecuentemente no saben que hacer con el tiempo que les es dado durante las vacaciones; durante estos momentos los jóvenes pueden avocarse a tener ritmos de vida inadecuados para su propia integridad y, si no tienen procesos propios del manejo de su libertad, pueden ubicarse en ambientes inapropiados como son: grupos que atentan contra la integridad de los jóvenes (pandillas, grupos al margen de la ley, entre otros), que no les permiten un adecuado desarrollo de su personalidad y los pueden conducir a conductas delictivas, al consumo de alcohol sumado al abuso de sustancias psicoactivas y hasta integración en negocios ilícitos.

Desde la idea del esparcimiento se propone que se pase de ser un esparcimiento institucional referido a aquel que ocurre cuando la participación es grande pero se realiza en instituciones con límites estructurados (ejemplo, el colegio), a un esparcimiento puro en el cual las actividades poseen un elevado umbral de participación y elección, representando además un ideal. En este punto sería clave orientar desde la escuela al niño y al joven para desempeñarse socialmente de manera autónoma y libre en aquellos momentos en que la institución no está presente; éste sería un ideal por cumplir por la escuela y se refiere a la educación para la vida. Finalmente, si se comprende la libertad como un acto voluntario de actuar en busca de la realización personal y de otros, y si las ocupaciones se dirigen a esta meta, se evidenciaría desarrollo del pensamiento y de la emocionalidad de los individuos.

De acuerdo al análisis anterior, sobre la posibilidad de que los jóvenes entren al mundo del consumo de sustancias psicoactivas, se propone una relación entre la entrada a este proceso de adicción y la emoción. Esta relación la presenta consistentemente Elster (6) quien indica cómo la adicción se caracteriza por una forma de aliviar el dolor, la ansiedad u otros estados emocionales negativos mediante una pérdida de la conciencia o mediante la elevación del umbral de nuestras sensaciones. De esta idea se propone el siguiente supuesto teórico: será que cuando existen unas emociones

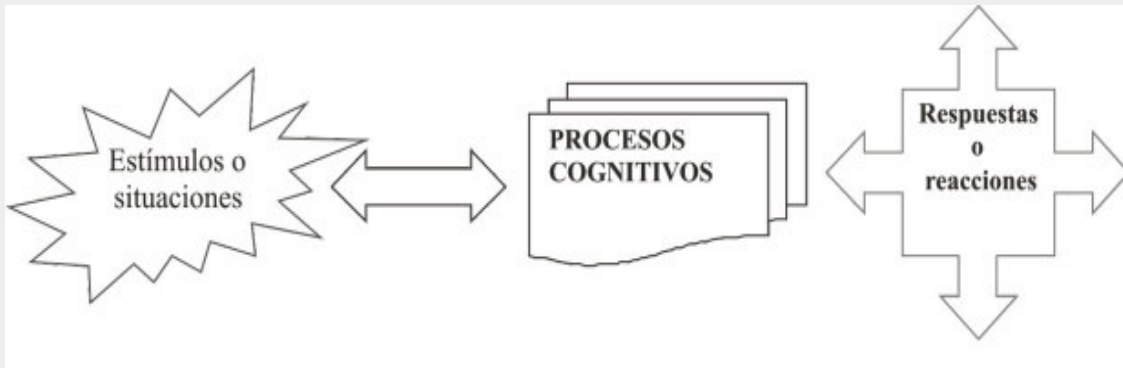


Figura 2. *Proceso de la corriente cognitiva*

básicas o elementales alteradas no hay un desarrollo pleno de las emociones cognoscitivas superiores y por lo tanto es posible que algunos individuos tiendan a suplirlas mediante algún tipo de adicción, que les permita tener una sensación de bienestar? Si es así, posiblemente las ocupaciones significativas en la niñez y en la adolescencia como el juego y el uso adecuado del tiempo libre, pueden ser implementadas como medios para el desarrollo del pensamiento y de la emocionalidad, permitiendo que las personas suplan necesidades emocionales básicas y culturales propias de su rol familiar y social como hermanos, hijos, estudiantes y pertenecientes a un grupo.

Desde esta posibilidad es importante retomar a Beck (7) quien habla de la terapia cognitiva que menciona cómo las emociones y conductas de las personas están influidas por su percepción de los eventos. En este sentido se dice que las situaciones por sí mismas no son las que determinan lo que una persona siente, sino más bien la forma en que ella interpreta la situación (7). Esta interpretación de la situación le daría un valor interesante a la ocupación significativa pero integrada con la labor de un orientador quien en el caso educativo, puede ser el enseñante y en ámbitos de rehabilitación, el terapeuta; ambos desde su quehacer pueden integrar el juego y el uso de actividades de tiempo libre o de esparcimiento como ocupaciones que les permitirían a las personas consolidar percepciones positivas de sus desempeños, mediante identificación de logros, creatividad, compromiso y además construir a partir de errores o dificultades en estas tareas. En este punto el papel del orientador es indispensable así como su visión y conocimiento sobre las emociones y el desarrollo del pensamiento de acuerdo al desarrollo del niño.

Desde esta corriente teórica las personas forman su realidad, teniendo en cuenta que los procesos cognitivos son claves para que se establezca esta relación dada entre los estímulos o situaciones, los cuales son en ocasiones inesperados y pueden surgir del intercambio entre el ambiente humano y no humano y sus respuestas las cuales pueden tomar distintas vertientes de acuerdo a las creencias de los individuos (Figura 2).

Otra premisa de la terapia cognitiva consiste en que las personas pueden acceder a sus contenidos cognitivos (esquemas, sistemas de atribución, creencias) y llegar a modificarlos; para que esta condi-

ción se logre, es necesario, como se mencionó anteriormente, contar con un orientador que ayude a llevar este proceso y que le permita, a través de situaciones experimentadas enfrentarse a realidades que se pueden presentar como posibilidad de retomar el consumo de sustancias psicoactivas o presencia de grupos que intenten integrar de nuevo a la persona en conductas ilícitas.

De nuevo los procesos cognitivos cobran vital importancia en la vida de las personas y si se retoma lo planteado por Elste (6), la cognición es causa de las emociones humanas complejas; además, la emoción puede ser un producto cognitivo y la cognición puede ser el efecto de la emoción. Lo que puede llevar a pensar que el juego y el esparcimiento como actividades con componentes cognitivos pueden tener efecto en las emociones y a la vez, estas emociones pueden generar cambios cognitivos.

Teniendo en cuenta esta noción se podría decir que en el joven las actividades de tiempo libre permiten que el adolescente se libere de los pensamientos estrictos del presente y tenga visiones sobre el futuro, lo que se relaciona fuertemente con los ideales y que si estos ideales, son orientados adecuadamente servirán para un desarrollo personal importante. Cognitivamente el joven puede tener mayor habilidad para hacer juicios morales relacionados con la capacidad de considerar el punto de vista del otro y para relacionarlo con él mismo. Además, los cambios cognitivos que pueden estar mediados por una ocupación significativa permiten la introspección personal, el pensamiento del joven sobre sí mismo de una forma más abstracta, fortalecimiento de la autoimagen y la autoestima.

Conclusiones

Las ocupaciones significativas como juego y esparcimiento estructurados con objetivos adecuados, en el momento justo y teniendo en cuenta las demandas, puede convertirse en una opción que modifique las emociones y las estructuras mentales.

Las actividades lúdicas y de esparcimiento permiten la interacción entre iguales pero también favorecen el reconocimiento de diferencias en las fortalezas y debilidades de los individuos, lo que promueve la construcción a partir de la diferencia.

Es indispensable el papel de un orientador en la infancia o en la adolescencia que permita la construcción de la persona a partir de interpretaciones adecuadas de la realidad y fomente una percepción precisa de los eventos que suceden en la vida cotidiana, lo cual puede favorecer la relación emoción–cognición.

Es necesario que aquellas personas que deseen promover la emoción y la cognición a través de distintas herramientas dentro de las cuales puede estar el juego y las actividades de esparcimiento tengan concepciones de las mismas y sean capaces de predicar y aplicar en sus vidas, de manera que tengan cierto grado de experticia que les permita transferir sus conocimientos a otros siendo capaces de comprender situaciones diversas que se pueden presentar.

La promoción, el desarrollo y mantenimiento de las emociones y los procesos cognitivos pueden fundamentar los ideales de comportamiento social más allá del cumplimiento de normas establecidas, sino como principios y fines del comportamiento social. Es necesario generar espacios en la escuela, en la familia, en los ambientes comunitarios para darle importancia al juego y a las actividades de tiempo libre como elementos indispensables en el desarrollo de la personalidad de los individuos.

Eliana Isabel Parra-Esquivel

*Profesora Asociada de Cátedra. Universidad Nacional de Colombia
Terapeuta Ocupacional. Universidad Nacional de Colombia
Magíster en Educación. Pontificia Universidad Javeriana
Docente de Cátedra, Fundación Universitaria Los Libertadores*

Correspondencia: eiparrae@unal.edu.co

Referencias

1. **Evans D.** Emoción la ciencia del sentimiento. Madrid. Ed. Taurus; 2001.
2. **Garaigordobil M.** Psicología para el desarrollo de la cooperación y de la creatividad: descripción y evaluación de un programa de juego para cooperar y crear en grupo (8-10/11 años). Bilbao: Desclée de Brouwer; 1995.
3. **Harris P.** Los niños y las emociones. Barcelona: Paidós; 1992.
4. **Goldstein A, Sprafkin R y cols.** Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Ediciones Martínez Roca S.A. 1998.
5. **Neulinger J.** The Psychology of leisure. 2nd Ed. Springfield, IL: Charles C. Thomas; 1981. En: Hopkins H, Smith H. Terapia ocupacional. 8^a Ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana, S.A. 1993.
6. **Elster.** Sobre las pasiones. Barcelona: Paidós. 2001.
7. **Ellis, 1962; Beck, 1964.** La Terapia Cognitiva. [Serie online] CATREC 2002 [visitado en febrero de 2009]. Disponible en <http://www.catrec.org/BECK.htm>.