

## TRISTEZA Y ESCUELA

### Resumen

El presente artículo comprende una revisión a los antecedentes y tendencias investigativas con relación a la diada tristeza y escuela, poniendo estos dos tópicos en un lugar de confluencia en el que profesores, estudiantes y familias vivencian encuentros y desencuentros de tristezas. Se sigue para ello una metodología documental exploratoria, encontrándose que a través de la clasificación bibliográfica por temáticas emergentes, la tristeza es manifestada por estudiantes desde el preescolar hasta la adolescencia según cambios comportamentales y la comprensión cognitiva hacia las emociones de cada edad. Se pudo encontrar que las relaciones intrafamiliares, las relaciones interpersonales experienciales y las condiciones socio económicas influyen en la aparición de tristezas en las escuelas, pero que además una atención temprana permite el bienestar, la mejora en habilidades sociales, cognitivas y de superación de metas en niños y jóvenes.

*Palabras clave:* Tristeza, escuela, aprendizaje, ruralidad, aula, bienestar.

### Abstract

This article includes a review of the background and research trends in relation to the dyad sadness and school, placing these two topics in a place of confluence in which teachers, students and families experience encounters and disagreements of sadness. An exploratory documentary methodology is followed, finding that through bibliographic classification by emerging themes, sadness is manifested by students from preschool to adolescence according to behavioral changes and cognitive understanding of the emotions of each age. It was found that intra-family relationships, experiential interpersonal relationships and socio-economic conditions influence the development of sadness in schools, but that early attention also allows well-being, improvement in social and cognitive skills and the achievement of goals in children and young people.

*Keywords:* Sadness, school, learning, classroom, rurality, well-being.

## Introducción

La tristeza no es un adjetivo común para mencionar a la escuela: escuela triste, tampoco es común pensar en que la escuela pueda sentir una emoción: la escuela esta triste, ni mucho menos, se piensa en ocupar un espacio en el que se va a hacerse triste: la escuela de la tristeza. Pero sí es común, por el contrario, encontrarse con la tristeza y a raíz de ella, puede pasar que se le sienta, se le vea o se le escuche, y es allí, donde la misma cobra figura, justo en quien habita la escuela.

Habita la escuela, el niño, el joven, el adulto, se confluente en encuentros y desencuentros, corporeidad en la tristeza. Así como Tomas de Aquino, ubica la tristeza en el alma y el dolor en el cuerpo, seguramente vale relacionar, que el niño, el joven y el adulto son el cuerpo, que expresan y trasladan la tristeza, con la capacidad de movilizarla desde y hacia cualquier lugar, entre ellos la escuela.

“el dolor existe por la lesión corporal que se percibe por el sentido exterior; la tristeza existe por la aprehensión de un mal interior, que el hombre juzga como propio, ya que sólo el hombre puede aprehender lo conveniente e inconveniente sin orden al sentido externo” (Summa Theologiae, en Nicuesa, 2010)

Si bien, las emociones configuran dentro de la escuela, debido a grandes cambios de estabilidad y sensibilidad que se producen por estos días en la sociedad. El ministerio de Salud desarrolla una amplia gama en el ser humano, la tristeza, en especial parece configurarse dentro de un marco temporal actual, como aquella emoción que se codea en relevancia con la felicidad ha reconocido como relevante e importante atender desde las escuelas o instituciones educativas la promoción de la salud mental, ya que según el boletín de prensa No. 124 del año 2017:

“El mayor número de personas atendidas por depresión en esta población se da en el grupo de los 15 a los 19 años de edad: en 2015 se atendieron 4.574 personas con diagnóstico de episodio depresivo, mientras que en 2016 fueron 4.710.” (MINSALUD, 2017)

Siguen en frecuencia las consultas por depresión en niños, niñas y adolescentes de los 10 a los 14 años de edad. Refiriéndose por su puesto a la población colombiana, se puede leer que las tasas reportadas, muestran por un lado, un aumento de los intentos de suicidio, que involucran al sector educativo dentro de los factores y lugares en los que se puede presentar conductas suicidas,

afirmación que puede ser evidenciada, en distintos estudios en la escuela o en jóvenes en edad escolar. López & Jaramillo (2018).

“El comienzo del siglo XXI desde un punto de vista patológico, no sería ni bacterial ni viral sino neuronal, [...] Estas enfermedades no son infecciosas, sino estados patológicos que siguen a su vez una dialéctica pero no de la negatividad, sino de la positividad, hasta el punto de que cabría atribuirles un exceso de esta última” (Han, 2022).

Estos cambios de dinámicas y comportamientos sociales, por supuesto, constantemente nos invitan a repensarnos y evocan a encontrarnos en el otro siendo otro, reconocernos en el otro y así a nosotros mismos. La sorpresa del otro, de la otra, del misterio, la dificultad de su comprensión. (Skliar & Larrosa, 2009), supone una experiencia en sí misma, de la cual la emocionalidad atribuye escenario en tanto lo que atraviesa y traspasa el significado y la sensación de un abrazo, el encuentro y apoyo de un amigo cercano, un confidente, una mano de apoyo y expresiones corporales, que provoca la respuesta hacia el triste otro, pero que a su vez, invita al triste otro a reencontrarse con sí mismo para sobrepasar aquello que le entristezca, en medio de una sociedad extremadamente positivista, que enmarca el desarrollo humano en resultados.

Pensar la ubicación de la tristeza desde la escuela, a través del cuerpo de esos otros llamados estudiantes, es lo que se espera considerar y encontrar dentro de estas páginas de revisión que promulgan el presente artículo, cuál es el estado del conocimiento acerca de la tristeza en niños y jóvenes en edad escolar desde los últimos 5 años, con el fin de comprender y dar cuenta de las tendencias, vacíos y posibles direcciones de los enfoques investigativos, así como de identificar las miradas y posturas hacia la tristeza. Para ello, la revisión abarca los estudios vinculados a la tristeza desde la escuela, para encontrar la relación o no, las confluencias o no, que estos dos tópicos puedan aclamar para la comprensión de los sucesos tristes en los que tantas veces se ven relacionados quienes habitan la escuela. Es de anotar que esta revisión surge desde el planteamiento de la Tesis de doctorado, que se está configurando, para estudiar la tristeza desde la escuela en la ruralidad colombiana, como parte de la preocupación y cuestionamiento sobre las conductas en el resurgir a las aulas de clase.

### **Metodología**

Se realizó una investigación documental del tipo exploratoria, en la que se usó operadores booleanos con los palabras tristeza-escuela, tristeza-aprendizaje, tristeza-cognición, school-

sadness, sorrow-school, sobre bases de datos como Ebsco, Gale, Scopus y Oducal, éstos reflejaron temas como estudiantes, niños, educación, salud mental, con subtemas como secundaria, universidad, muerte, bullying, familia, desordenes, depresión, ansiedad y emociones, como consecuencia, de los resultados de búsquedas de texto a partir de las palabras introducidas, para este caso, tristeza y escuela.

## **Análisis**

### ***Estado del arte de la tristeza en la escuela***

*“Al tener una conciencia sobre las emociones y sentimientos propios, se tiene la capacidad de reconocer éstos en los demás, y de actuar de manera empática en las relaciones interpersonales”*

*(Oliveros 2018, p 6)*

### **Diada I. Tristeza-lugares de aprendizaje**

La relación entre la tristeza, los niños y los jóvenes que habitan la escuela, entendiendo esta, como aquellos lugares de aprendizaje en los que se aplica la enseñanza, se abordó desde una revisión sistemática con atención a estudios, que comprendieran edades tempranas, hasta el grado previo a la educación superior. De acuerdo a ello, Takamatsu (2022) menciona que los niños pueden mostrar rasgos de empatía, cuando se relacionan intervenciones al interior del aula, que se suma a la estrategia de Muchotrigo (2020), quien implementa una intervención en niños de 5 años y los cuáles demostraron diferencias en el manejo de las emociones, afirmando que intervenir en edades tempranas posibilita el desarrollo de conductas saludables en el futuro.

Estas investigaciones se soportan en el reconocimiento de la gestión y el apoyo familiar, hacia las emociones, entre ellas la tristeza, para la prevención y mejora de conductas problemáticas o insanas a futuro, como también, se puede percibir en los escritos realizados por Pirskanen, entre otros (2019), ya que según este, las emociones de los niños en entornos educativos, el estado de ansiedad y brusquedad, es un indicador de un cambio de fase en los niños, así como la inquietud, tristeza e inestabilidad son indicadores de casos de divorcio de los padres o muerte de un familiar. Señalan los autores cambios en el comportamiento social de los niños, tras la enseñanza sobre el

manejo de emociones y habilidades emocionales por parte de los maestros y la comprensión por parte de las familias.

Resalta la enseñanza de competencias emocionales, se encuentra a Sánchez y Ruetti (2018), quienes encuentran que los niños en edad preescolar solo reconocen, a nivel de expresiones faciales, la categoría estar bien o estar mal y realzan la importancia del lenguaje y de las conversaciones emocionales, para el desarrollo del conocimiento emocional y el fortalecimiento de la empatía, lo que amplía la comprensión de la tristeza al interior de la escuela, desde el reconocimiento de las edades como factor no solo influyente, en el aspecto conductual y comportamental, sino además cognitivo frente a la tristeza. Existen otro tipo de lugares de aprendizaje, donde se hace latente la tristeza y en los que se hallaron intervención emocional a través de la pedagogía. Este es el caso, de las aulas hospitalarias. Moreno (2019) realiza un estudio en el que considera el cáncer en la infancia y el rol del docente en las aulas hospitalarias a través de un proyecto que denomina: Emociónate. Propone, combatir la tristeza a través de la sustitución por emociones positivas, relacionando la importancia del docente de conocer cómo actuar ante este tipo de situaciones.

A este estudio, se le adiciona la pasantía realizada por Higuera (2019), en la que atribuye el afrontamiento del docente con diagnósticos de estrés del alumno, aburrimiento o tristeza y la adaptación de un currículo con baja preparación, para la atención hospitalaria y atribuye la emoción como impulso, la tristeza, la frustración y la alegría como reflejos que evitan el pensar con claridad antes del actuar frente a una baja educación emocional. Se puede evidenciar, lugares con condiciones diferentes a las aulas tradicionales, pero que no deja de ser un ambiente de aprendizaje, en donde el aislamiento, no solo de personas cercanas y familiares, sino además de actividades cotidianas, infiere hacia una provocación de tristeza, que carece de una intervención adecuada, por falta de preparación de los docentes de estas aulas en hospitalización, hacia la educación emocional y como respuesta se sustituyen las emociones negativas por emociones positivas.

Se percibe en los hallazgos de estas investigaciones un valor pronunciado en cuanto a la gestión de emociones en edades tempranas, justificado en el mejoramiento del bienestar de los niños y adolescentes, en los que se establece que se demuestran cambios en conductas.

## **Diada II. Emoción-enseñanza**

Se intenciona una búsqueda, que brinde un acercamiento hacia la comprensión de la tristeza, como emoción entre el espacio y tiempo de escuela, la que no necesariamente se reciba por la enseñanza propiamente tal de ella, sino además, incluya la situación estar triste y habitar al mismo tiempo el cuerpo enseñante, en donde se halla a Monedero (2020), quien demuestra que la tristeza se presenta en las aulas al perder un examen, hablar en público, ser regañados por sus maestros, ser golpeados por sus compañeros o perder sus pertenencias.

Se pudo encontrar que las funciones cerebrales se canalizan hacia el éxito, como lo manifiesta Francisco (2018) y establece que la autoestima y la confianza son determinantes para el proceso de aprendizaje creativo, a lo que se refuerza con Rodríguez (2019) quien propone la comprensión cognitiva de las emociones en la escuela, como una apuesta a la transformación creativa del individuo.

La tristeza se configura dentro de las que se denomina, las seis emociones básicas soportado en la teoría de (Izard, 2007) en MacIntyre y Vincze (2017), pues son aquellas que presentan un patrón facial y de reacciones neuroquímicas dentro del cuerpo. Concluye que las emociones positivas y negativas interactúan y, en la medida en que las personas tienden a experimentar emociones positivas con más frecuencia que negativas se correlacionan bien con la motivación para el aprendizaje, lo que permite pensar en la combinación emoción y motivación.

Araya y Espinoza (2020), Establecen que si las emociones son negativas durante la experiencia de aprendizaje, entre ellas, la tristeza, se presentan barreras en el proceso de anclaje de nuevos conocimiento, ya que a nivel cerebral se libera cortisol (la hormona del estrés) y esto a nivel crónico causa trastornos cognitivos frente a lo cual mencionan que las emociones predisponen el aprendizaje, el contacto con otros y las relaciones interpersonales.

Parra (2019), considera que una mediación es importante para que el aprendizaje no se vea inmerso con sentimientos de frustración. Si bien, en este estudio reconocen que hay un cerebro emocional (sistema límbico) que está vinculado con funciones vitales y mecanismos de regulación interna en relación con el medio exterior, y que el mismo tiene componentes fisiológicos, conductuales y psicológicos, orientan que la frustración y las equivocaciones en el aprendizaje no deben conducir a la tristeza, sino que, deben ser un camino de transformación.

Segovia entre otros (2020), infiere que si la tristeza se deja sin atención puede generar frustraciones de manera permanente y propone desarrollar la resiliencia para afrontar situaciones difíciles en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Bermeo (2021), realizan una intervención de aula a través de las artes plásticas para el aprendizaje creativo, en este caso, una de las sesiones tuvo lugar a la expresión de la tristeza, que contrasta con el protagonismo que a la tristeza le da Segura (2018), en su reclamo al estudio y análisis de la melancolía andina, por sentirla sumida e ignorada.

Estas sensaciones de tristeza son contrastadas por las que expresa Viza entre otros (2020), por la no asistencia a la escuela durante las medidas de prevención del covid-19, en el que el tiempo de exposición a la pantalla del computador o televisión fue incrementado. Estos investigadores se soportan en Afectada (2020) para señalar problemas en salud mental, y las sensaciones de tristeza, son señaladas como problemas de salud. Se mencionan sensaciones tales como: síntomas ansioso-depresivos, irritabilidad, tristeza, preocupación, alteraciones en su comportamiento, rendimiento académico disminuido, trastornos del apetito y patrones de sueño irregulares.

Esto también lo sostiene Hernández (2020), quien detecta a la tristeza como una de las emociones más frecuentes durante la pandemia, debido a la pérdida del estilo de vida que llevaban o el encuentro con la muerte de cercanos o parientes.

Los resultados de tristeza y bienestar fueron claros. Aparte de las niñas de tercer y cuarto grado, todos los grupos mostraron elevados resultados de tristeza, lo que significa que la mayoría de los niños, fueron más tristes que en la pre pandemia. (Braksiek entre otros, 2022, p 6)

Ahondando en la conexión emocional y funcionalidad, se encuentra el estudio que se realiza a 143 niños en inicio de preescolar, relacionando las edades tempranas, como aquellas en que se manifiestan cambios comportamentales y la relación que pueda existir entre emociones y sistemas corporales en el crecimiento, realizado por Lopez entre otros (2018). Hallazgos como los de Feng (2009) en Lopez (2018), brindan apoyo para la hipótesis, informando que la desregulación de la tristeza en niñas en edad escolar (5-8 años) predijeron síntomas depresivos en la preadolescencia (9-10 años).

El estudio concluye que no se detecta una relación directa entre la desregulación emocional en la pre adolescencia con una depresión a futuro, lo que también sustenta Michalska, entre otros (2022), en el que su estudio les permite concluir que la emocionalidad negativa es alta y se correlaciona con respuestas fisiológicas altas, pero que se asocia con un mayor riesgo de ansiedad que de depresión, durante la adolescencia.

Se percibe desde este ámbito, una influencia de la tristeza con respecto a la respuesta hacia la elaboración de actividades y el estar o sentirse bien en lugares de aprendizaje. Estableciendo una postura sobre la psicología en Reeve (2015), para definir las , como aquello que ocurre dentro del cuerpo y se expresa al mundo exterior, declarando además que cada emoción existe por una razón y cumple un propósito, se puede percibir en Añazco (2021), con la narración de la historia de la hueca de lo invisible, en la que el chaman se lleva la tristeza de la comunidad y no puede expresar llanto, angustia u otras expresiones mientras muere uno de sus ancestros, la anciana querida y reconocida, que era además la abuela de la mayoría de los miembros de la comunidad.

Reconocieron que el ponerse en la situación del otro, el colocarse en los zapatos del hermano, como si fuese la presencia propia, era cuestión de empatía, sobre todo, en las situaciones en las que se necesita acompañamiento de un otro asertivo, en particular, cuando se sentían acongojados, tristes y distantes, aquello también era parte de la existencia humana. (Añazco, 2021, p 148)

Se entiende con estos hallazgos, que la tristeza se manifiesta a nivel corpóreo y a su vez en el comportamiento de una persona, provocando una sinergia manifiesta de la tristeza, entre mente y cuerpo y se asocia de alguna manera con la toma de decisiones, para el actuar, el querer hacer, el querer estar, el querer aprender, como lo soporta Shen (2021) en su análisis de la ansiedad de aprendizaje.

Es el cuerpo con el que nacemos, crecemos y vivimos nuestra existencia, cuerpo recreado permanentemente a pesar de venir al mundo de la misma forma que todos; es cuerpo que sufre, ríe, se enfurece, se equivoca y explora el mundo con sensibilidad propia. (López & Jaramillo, 2018, p94).

“Las teorías de la emoción generalmente postulan la combinación sincronizada, coordinada y/o emergente de los componentes psicofisiológicos, cognitivos y conductuales del sistema emocional



(concordancia emocional) como una definición funcional de la emoción” (Hollenstein entre otros, 2014, p1).

“con relativa frecuencia experimentamos emociones como miedo, ansiedad, ira, rabia, enfado, enojo, tristeza, frustración, etc. Estas emociones tienen un gran poder para influir en el pensamiento y comportamiento de las personas” (Bisquerra, 2018, p 12)

Leon (2018), entabla las sensaciones físicas de la tristeza, llanto, desgano, falta de iniciativa, de apetito, angustia, stress y también establece que puede provocar perdida de interés, de energía, de voluntad.

Smith (2019), revela con el análisis de algunos casos que la desvinculación y la tristeza motivan a la huida, al escape, a la perdida de la mente a otras dimensiones o ideas, mostrando que la tristeza puede comportarse como funcional, ya que según establece, esta puede activar funciones cognitivas incluso para permitir afrontar situaciones difíciles.

Olivo entre otros (2018), expresan que razón y emoción se articulan y están ligados a los conocimientos adquiridos, así como relacionan las emociones y sentimientos en el actuar, pensar, imaginar y recordar, pues según lo señalan, las partes racional y emocional del cerebro trabajan conjuntamente, mostrando una dependencia una de la otra.

Tan (2018), realiza un estudio en niños de 4 a 5 años, en el que busca comprender la relación entre la ira, la persistencia y la tristeza, en la obtención de metas. Su estudio revela que a mayor tristeza frente a ira, se disminuye la persistencia, y que la tristeza, desvía la atención en el alcance de las metas.

Pensar desde este punto de vista en los reflejos de tristeza al interior de un aula de aprendizaje, como los que se manifiestan en estas investigaciones, relaciona la problemática escolar de deserción escolar y el bajo interés hacia el aprendizaje, con los factores que manifiestan los anteriores autores como la huida, la desmotivación, el desgano, la baja persistencia y la relación de las emociones con la adquisición de conocimientos. Se percibe también el sentirse bien, el querer estar, querer hacer, como una manifestación de dependencia del aprendizaje con la sensación de bienestar.

### **Diada III. Bienestar-escolares**

Estas premisas dan apertura al énfasis en el bienestar de niños y adolescentes, en la que se ha encontrado que los hábitos y dinámicas sociales actuales en cuanto a la relación en pantallas por ejemplo, los escolares latinoamericanos que han sentido tristeza y soledad reportaron un estilo de vida poco saludable (es decir, un nivel nutricional más bajo, más tiempo frente a la pantalla y poca actividad física), obesidad y por lo tanto, mayor riesgo cardiovascular (Delgado 2020).

Pero en esas dinámicas sociales, también se encuentra que los niños, niñas y juventudes colombianas, se ven afectados por los conflictos de violencia, en lo que justamente Guerra (2022), realiza un estudio en territorios rurales, y relaciona como provocación de tristeza de los niños en condiciones de conflicto armado, entre 4 y 8 años de edad, el extrañar a un ser querido, soledad, rechazo, exclusión y violencia física.

“El suicidio es la segunda causa de muerte en adolescentes, con armas de fuego como el método más común, especialmente en comunidades rurales. Alrededor del 51% de muertes por suicidio en jóvenes”. (Talia entre otros, 2021, p2)

Tess entre otros (2021), realizan una epidemiología básica del bienestar en niños y adolescentes, para conocer la prevalencia del bienestar y el cómo los indicadores de bienestar se distribuyen a través de los diferentes grupos sociales y económicos, estimando la prevalencia en porcentajes de bajo, medio a alto, sobre los factores: satisfacción de la vida, optimismo, tristeza, preocupaciones y felicidad, estratificando por género, edad, posición socioeconómica y ubicación geográfica.

La desigualdad económica es un factor que afecta todos los niveles de bienestar, y que influye en la medición de la tristeza, la cual se ve aumentada en niños con dificultades económicas respecto a los que viven en condiciones con mayores ventajas, el estudio sugiere que una proporción considerable de niños y adolescentes experimentan un bienestar deficiente durante sus años escolares.

Concluyen que el bienestar y la salud mental deben ser garantizadas a nivel poblacional y que los programas universales de las escuelas tienen un nivel de responsabilidad en este aspecto, también deben ser apoyados por responsabilidades fuera del sistema educativo y el cambio de políticas. Se refleja desde este estudio un factor adicional a la tristeza y este, es el de las

condiciones socioeconómicas en las que se desarrollan los niños, niñas y adolescentes, donde se marca una afección por las desigualdades sociales y se marca un llamado a las políticas y responsabilidades hacia el sistema educativo.

Los resultados se categorizan en los factores mencionados, de donde la prevalencia de bajo bienestar incrementa con la edad, particularmente en mujeres debido al factor preocupaciones, recordando que la sensación corporal de abatimiento es manifiesta, como lo menciona Hartmann entre otros (2022), quien relacionan la tristeza con una sensación de peso en el cuerpo, en el sentido de que el análisis realizado en su estudio, los participantes indican sensaciones de peso corporal e inactividad.

Debemos humanizar la educación, devolver la alegría perdida a nuestros niños, contamos hoy en día con generaciones tristes y deprimidas, la forma de hacerlo es transmitiendo nuestro cambio interior con amor, con alegría, pero sobre todo con pasión por la educación, que nos permite hacer cambios importantes y trascendentes. (Cordero entre otros, 2019. p 217)

Estas brechas, abren una categoría nueva y es la de discriminación, desigualdad y desfavorecimiento. Bajo esta línea de vulnerabilidad y exclusión se encuentra, Alonso & otros (2019), quienes realizan un estudio en 65 alumnos (el 59,4% eran niñas, el 21,9% víctimas y el 17,2% acosadores) respondieron una encuesta validada sobre el acoso escolar y se sostienen en Jansen (2012) y Schreier (2009), la participación de los niños en el acoso escolar, ya sea como acosador o como víctima, tiene un grave impacto en su bienestar.

Afirma que las víctimas corren un mayor riesgo de sufrir problemas de salud, baja autoestima y problemas psiquiátricos, como trastornos de ansiedad, depresión y síntomas psicóticos. Los acosadores tienen más problemas de comportamiento y peor ajuste emocional a lo largo de la vida, por lo que tras su análisis y resultados mencionan que al comparar la frecuencia de problemas de salud de los alumnos, únicamente existe diferencia significativa respecto a la variable tristeza entre el grupo de víctimas y no víctimas.

Aysanoa entre otros (2019), describen los sentimientos y comportamientos de una estudiante de secundaria con necesidades educativas especiales, en la que se evidencia el sentimiento tristeza en los momentos en que siente rechazo o aislamiento por parte de sus compañeros.

Se encuentra el estudio realizado por Dantas (2021) en estudiantes con discapacidad intelectual, este estudio tiene como objetivo analizar la experiencia de la emoción de la tristeza, bajo los principios de la educación emocional, planteando esta última como una herramienta pedagógica ya que según lo analizado, esta posibilita la regulación emocional y una sana experiencia de la tristeza. Se enfoca en el autoreconocimiento y la resignificación de situaciones de experiencias de tristeza con individuos sometidos a exclusión, prejuicios y vulnerabilidades como la discapacidad intelectual. Se relaciona la tristeza con dimensiones como mutismo, aislamientos y lágrimas sustentándose en Brant (2008), así como la pérdida del sentimiento de placer, la pérdida de interés y la reducción de actividades según Bisquerra (2000).

Glejzer entre otros (2019), señalan que el abuso infantil, bullying y adicciones en niños, niñas y adolescentes impactan negativamente sobre su sistema neuroendócrino e inmunitario. La vulnerabilidad fisiológica, que esto implica produce alteraciones en las funciones cognitivas que impactan desfavorablemente sobre el desarrollo escolar.

Rodríguez (2019), en su estudio sobre la violencia escolar en escuelas rurales, menciona que el bullying es un factor escolar, que refleja cambios de conducta, como consecuencia de quien lo padece, entre ellos: aislamiento, descuido en las tareas, llanto, entre otros, que se transforman en cambios emocionales como rebeldía y tristeza que pueden llegar hasta la depresión.

### **Reflexiones**

La intervención de la tristeza al interior del aula, aborda diferentes estrategias, que posibilitan la enseñanza misma de las emociones, el reconocimiento del otro, la empatía y la convivencia entre las diferencias y desde diferentes ámbitos entre ellos, el hallazgo de producciones documentales orientadas hacia la respuesta de las emociones desde la creatividad, el arte y la escritura. Se abre un campo de comprensión desde lo biológico, en cuanto los cambios de edad, presentan transiciones comportamentales que se asocian al espectro de emociones, entre ellas la tristeza, en las que las relaciones familiares, el apoyo, la orientación y el involucrarse desde las emociones, como comunidad y familia, son bastante influyentes en el buen paso de estas etapas y procesos.

La revisión realizada permite plantear interrogantes correlacionales, como lo son la influencia del acompañamiento de los padres en edad temprana para el manejo de las emociones, las relaciones médicas y personales en el entorno de los niños y adolescentes, y la conexión entre las edades y los síntomas o cambios en el manejo de las emociones, insinuando que un aprendizaje emocional a

temprana edad, disminuiría los síntomas y tasas de depresión a futuro. Lo revisado, señala factores atenuantes como lo son las relaciones familiares, las relaciones socio-escolares, además de presentarse la mayoría de estas intervenciones al interior de un aula o escuela, como lugar de encuentro entre seres que confluyen y habitan la misma, con sus situaciones sociales, familiares y personales, en las que la acogida se convierte en un factor relevante y del que se espera potenciar en futuras propuestas escriturales, ahondando en la posibilidad de la acogida como práctica pedagógica.

### **Conclusiones**

Se puede con la revisión realizada, establecer que la tristeza en la escuela cobra existencia desde diferentes ámbitos, que pueden o no ser expresados por los niños y jóvenes, pero que desde su corporeidad es innegable su protagonismo, que estas mismas manifestaciones corporales inciden en la toma de decisiones, dejando entrelazar razón con emoción y que la tristeza debe ser atendida, bien sea desde la intervención o la comprensión de la misma, para lograr la mejora del estar bien, la salud y la potenciación de habilidades sociales, cognitivas y de alcance de metas en los niños y jóvenes. Se deja entre dicho también que la tristeza es distinta a la melancolía y a la depresión, pero que en todo caso cuando se presenta melancolía y depresión hay tristeza, sin embargo no ocurre lo mismo en vía contraria, pues una tristeza gestionada puede evitar la aparición de melancolía y depresión.

Las investigaciones soportan el reconocimiento, la gestión y el apoyo familiar en edades tempranas hacia las emociones, entre ellas la tristeza, focalizada como emoción negativa, para la prevención y mejora de conductas problemáticas o insanas a futuro. Se manifiestan relaciones entre tipos de intervenciones, una desde la regulación de las emociones y otras orientadas hacia la respuesta de las emociones desde la creatividad, donde el arte y la escritura relucen como gestor de la tristeza desde la comprensión de la misma. Se puede evidenciar, lugares con condiciones diferentes a las aulas tradicionales, en donde el aislamiento, no solo de personas cercanas y familiares, sino además de actividades cotidianas, infiere a una provocación de tristeza, que carece de una intervención adecuada, por falta de preparación de los docentes y que recae en el sustituir las emociones negativas por emociones positivas. Un factor adicional a la tristeza, son las condiciones socioeconómicas, en las que se desarrollan los niños, niñas y adolescentes, donde se

marca una afección por las desigualdades sociales y se marca un llamado a las políticas y responsabilidades del sistema educativo.

Finalmente, queda develada la importancia de las relaciones intrafamiliares, la necesidad de la preparación de docentes, la influencia de los cambios de conducta según las edades, las condiciones sociales y económicas y las relaciones interpersonales experienciales, como factores detonantes en la aparición de tristeza al interior de las escuelas.

### **Agradecimientos**

Este artículo es escrito, como parte del proceso investigativo, que se preocupa de algunos comportamientos hacia el aprendizaje en las escuelas, que al parecer develan una relación entre el querer ser, el querer estar, el querer lograr, en los niños y jóvenes de la ruralidad colombiana. Es por esto, que es importante, agradecer a la Institución educativa en la que se desenvuelve el interés investigativo y a toda la comunidad en general del municipio, que me abren el camino hacia la comprensión del fenómeno, así mismo a la Universidad Católica de Manizales, que me permite crecer como educadora y en la misma línea a mi director de Tesis, quien me reta y orienta en las comprensiones epistémicas de mi investigación y finalmente a la Revista de orientación educacional de la Universidad de Playa Ancha, quien se ha tomado la tarea de leer y publicar mis pensamientos, preocupaciones y exploraciones a través de su equipo editorial con este artículo de revisión del estado del arte.

### **Referencias**

- Afectada, D. E. (2020). . Cuidado De La Salud Mental. Comunidad, F. Y., El, E. N., & Covid-, C. D. E. L.
- Alonso Montejo, M. M., Zamorano González, E., & Ledesma Albarrán, J. M. (2019). ¿Qué saben nuestros niños de la escuela primaria sobre acoso escolar?. *Pediatría Atención Primaria*, 121-129.
- Añazco Robles, L. A. (2021). La hueca de lo invisible. En U. N. Educación, Formación docente en la Amazonía: crisis y oportunidades (págs. 147-150). Amazonas: <http://repositorio.unae.edu.ec/handle/56000/2245>.

- Araya-Pizarro, S., & Espinoza Pastén, L. (2020). Aportes desde las neurociencias para la comprensión de los procesos de aprendizaje en los contextos educativos. *Propósitos y Representaciones*.
- Aysanoa, J. C., Manrique Ramos, M. Á., & Cuenca Robles, N. (2019). Inclusión De Estudiante Con Necesidades Especiales De Aprendizaje Al Ámbito Educativo. *Revista de investigacion UNAS*, 13-19.
- Bermeo-Álvarez, E. L., & UrquinaDelgado, L. S. (2021). Pensamiento creativo: un estudio desde las artes plásticas. *Revista UNIMAR*, 171-174.
- Bisquerra, R. ((2018)). Educación emocional para el desarrollo integral en secundaria. *Aula de secundaria*, 28(6).
- BISQUERRA, R. A. (2000). Educación emocional y bienestar. . Barcelona: Praxis.
- Braksiek, M., Lindemann, U., & Pahmeier, I. (2022, 19). Physical Activity and Stress of Children and Adolescents during the COVID-19 Pandemic in Germany—A Cross-Sectional Study in Rural Areas. *Int. J. Environ. Res Public Health* , 2-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148274>.
- BRANT, L. C., & MINAYO-GOMEZ, C. (2008). Da tristeza à depressão: a transformação de um malestar em adoecimento no trabalho. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 667-676.
- Cordero García, S. P., hinome Alba, C. P., & Garzón Bautista, A. d. (2019). Emociones y habilidades comunicativas en la convivencia escolar en la IE Rural del Sur de Tunja. *Educación y Ciencia*, (22), 203–219. <https://doi.org/10.19053/0120-7105.eyc.2019.22.e10047>.
- DANTAS, T. C. (2021). Notas sobre la tristeza en estudiantes con discapacidad intelectual desde los principios de la educación emocional. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, 1933-1951.
- Delgado-Floody P, C.-N. F.-G.-M.-L. (2020). Negative feelings and behaviour are associated with low nutritional level, unhealthy lifestyle, and. *NutrHosp*, 707-714.
- Feng, X. K. (2009). Longitudinal associations between emotion regulation and depression in preadolescent girls:. *APA psycnet*, 798-808.
- Francisco, M. B. (2018). El Aprendizaje Creativo y el Cerebro. Rescatar el. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 47-59.
- Glejzer, C., Ciccarelli, A., Chomnalez, M., & Rici, A. (2019). La incidencia de las emociones sobre los procesos de aprendizaje en niños, niñas y jóvenes en contextos de vulnerabilidad social. *Voces de la Educación*, 113-128.
- Guerra Mendoza, L. T. (2022). La Autorregulación Emocional de Estudiantes en Zona de Conflicto Armado: Un Estudio Comparativo entre Escuelas de San José de Uré y Sahagún, Córdoba. Barranquilla: Universidad del Norte departamento de Educación.

- Han, B.-C. (2022). *La sociedad del cansancio*. Herder Editorial.
- Hartmann, M., Lenggenhager, B., & Stocker, K. (2022). Happiness feels light and sadness feels heavy: introducing valence-related bodily sensation maps of emotions. *Psychological Research*, 1-25.
- Hernández Abad, G. (2020). Gestión de las emociones en tiempos de pandemia y su impacto en el rendimiento académico. *Revista de Investigación y Cultura -Universidad César Vallejo*, 55-64.
- Higuera Negro, L. J. (2019). *El docente de aula Hospitalaria*. Bogotá: Repositorio Universidad Distrital Francisco Jose de Caldas.
- Hollenstein, T., & Lanteigne, D. (2014). Models and methods of emotional concordance. *Biological Psychology*, 1-5.
- Izard, C. (2007). Basic emotions, natural kinds, emotion schemas and a new paradigm. *Perspectives on Psychological Science*, 260-280.
- Jansen P, V. M. (2012). Prevalence of bullying and victimization among children in early elementary school: do family and school neighbourhood socioeconomic status matter? . *BMC Public Health*. , 12-49.
- Leon Jacinto, D. (2018). *Ansiedad escolar, Autoestima y aprendizaje matemático*. Tesis. Lima: Universidad Cesar Vallejo.
- López Galván, R., & Jaramillo Echeverri, L. G. (2018). Cuerpo se escribe con p: presencia, palabra y pensamiento en la escuela rural de hoy. *NÓMADAS*, 88-101. <https://doi.org/10.30578/nomadas.n49a5>.
- Lopez, K., Joan, L., Andy, B., & Belden, D. (2018). Emotion dysregulation and functional connectivity in children with and without a history of major depressive disorder. *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience*, 232-248.
- MacIntyre, P. D., & Vincze, L. (2017). Positive and negative emotions underlie motivation for L2 learning. *Studies in Second Language Learning and Teaching*, 61-88.
- Michalska, K., Zhou, E., & Borell, J. (2022). School-aged children with higher anxiety symptoms show greater correspondence between subjective negative emotions and autonomic arousal. *Journal of Experimental Child Psychology* , 1-16.
- MINSALUD. (2017). *Prevención de la depresión en el entorno escolar*. . Bogotá, Colombia: <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Prevencion-de-la-depresion-en-el-entorno-escolar.aspx>: Boletín de Prensa No. 124. .
- Monedero, R. R. (2020). *Construyendo Paz en las Aulas desde la Inteligencia*. Irene. *Estudios de Paz y conflictos*, 31-48.



- Moreno, C. M. (2019). ¿Cómo se desarrolla el cáncer? Cáncer y educación: una mirada hacia otro tipo de escuelas, las aulas hospitalarias. Propuesta de intervención: "Emociónate". Trabajo de Fin de Grado. Universidad de Sevilla.
- Muchotrigo, M. G. (2020). Efectos De Un Programa De Intervención Sobre Las Habilidades Emocionales en Niños/Asprescolares. *Revista española de orientación y psicopedagogía*, 62-80.
- Nicuesa, M. (2010). La tristeza y su sujeto según Tomás de Aquino. En Á. L. González, *Cuadernos De Anuario Filosófico. Serie Universitaria*. Pamplona (España): Cuadernos de anuario Filosófico.
- Oliveros P, V. B. (2018, vol. 42, núm. 93). La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra. *Revista de Investigación*, , ISSN: 0798-0329 / 0798-0329-L.
- Olivo Álvarez, S. C., Bustos Bustos, M., & Madero Nuñez, O. F. (2018). Manejo de las emociones negativas desde el aula: un reto para el equilibrio, salud y conocimiento. *Revista Electronica de Humanidades, educación y comunicación social*, 180-196.
- Parra, S. C. (2019). Aprendiendo desde la emoción. *Infancias Imágenes*, 285-294. <http://revistas.udistrital.edu.co/ojs/index.php/infancias>. DOI: 10.14483/16579089.14532.
- Pirkanen, H., Jokinen, K., Karhinen-Soppi, A., Notko, M., Lämsä, T., & Otani, M. (2019). Children's Emotions in Educational Settings: Teacher Perceptions. *Early Childhood Education Journal* V47, 417–426.
- Reeve, J. (2015). *Understanding motivation and emotion*. NJ: Wiley: Hoboken.
- Rodríguez Gómez, H. M. (2019). De la gestión de las emociones a la transformación de sí. *Voces de la educación*.
- Rodríguez, B. (2019). Violencia escolar en la escuela rural: manifestaciones y apropiación normativa. El caso de la sede Tebaida, Institución Educativa Departamental Técnico Agropecuaria San Ramón . Funza, Cundinamarca: Universidad Nacional de Colombia.
- Sánchez Beisel, J. M., & Ruetti, E. M. (2018). Desarrollo de las emociones en las niñas y los niños. Revisión de los principales factores moduladores. *Anuario de investigaciones*, 309-318.
- Schreier A, W. D. (2009). Prospective study of peer victimization in childhood and psychotic symptoms in a nonclinical population at age 12 years. . *Arch Gen Psychiatry*.
- Segovia Quesada, S., Fuster Guillén, D., & Ocaña Fernández, Y. (2020). Resiliencia del docente en situaciones de enseñanza y aprendizaje en escuelas rurales de Perú. *Revista Electrónica Educare (Educare Electronic Journal)*, 1-26. <http://doi.org/10.15359/ree.24-2.20>.
- Segura Zariquiegui, A. (2018). Melancolía En La Poesía Andina: Himno A Manko Kapac. *Beoiberística*, 89-98.

- Shen, Y. L. (2021). Effects of emotional faces on working memory in adolescents with learning anxiety. *Current Psychology*, 1-11.
- Skljar, C., & Larrosa, J. (2009). *Experiencia y alteridad en la educación*. Santa Fe, Argentina: Homo Sapiens Ediciones.
- Smith, M. (2019). *Las emociones de los estudiantes y su impacto en el aprendizaje*. Narcea Ediciones.
- Takamatsu, R. (2022). Empathy and group processes in Japanese preschool children: The odd one out among friends receives less empathic concern than out-groups. *Journal of Experimental Child Psychology*, 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2022.105460>.
- Talia L. Spark, P. M., Erin Wright-Kelly, D. M., Ming Ma, M. M., Katherine A. James, P. M., Colleen E. Reid, P. M., & Ashley Brooks-Russell, P. M. (2021;4(10)). Assessment of Rural-Urban and Geospatial Differences in Perceived Handgun Access and Reported Suicidality Among Youth in Colorado. *JAMA Network Open*, 1-12. doi:10.1001/jamanetworkopen.2021.27816.
- Tan, L. &. (2018). Function of child anger and sadness in response to a blocked goal. *Journal of Experimental Child Psychology*, 190-196.
- Tess, G., Sincovich, A., Brushe, M., Finlay-Jones, A., & Collier, L. R. (2021). Basic epidemiology of wellbeing among children and adolescents: A. *SSM - Population Health*.
- Viza, N. L., Falla, V., & De La Cruz, J. (2020). Intervenciones Para Prevenir Problemas Socioemocionales En Los Adolescentes Durante Los Años 2010-2020. In *Crescendo*, 487-509.