La esperanza como antídoto para mejorar la educación

escrito por Sara Carbonell | 4 de febrero de 2024



Con esta frase, "*la esperanza como antídoto*", la **Asociación Americana de Psicología** (APA) nos quiere transmitir un mensaje muy poderoso y sencillo a la vez: **si queremos lograr un cambio positivo en nosotros y nosotras, en los demás o en la sociedad, recuperar la esperanza es un primer paso fundamental.**

Cuando leí esta frase, rápidamente me dieron ganas de seguir leyendo porque en educación, por desgracia, estamos rodeados y rodeadas de mensajes muy desesperanzadores: "*es muy complicado*", "*hay cosas que no podemos cambiar porque no depende de una persona*", "*las desigualdades sociales siempre existirán*" o "*no todas las personas tienen que ir a la universidad*". Bajo estas frases que desalienta cualquier acción que mejore el mundo, se esconden **teorías y autores** postestructuralistas y posmodernos que lo que quieren es que nada cambie. Independientemente de lo que cada persona pueda pensar, la educación de la infancia no se puede basar en teorías que transmiten que "las cosas son como son y que nada puede cambiar", porque la desesperanza lleva a la inacción y paraliza cualquier posibilidad de mejora.

Pero ¿qué entendemos por esperanza? La APA la define como **un proceso cognitivo en el que intervienen conceptos psicológicos como la fijación de objetivos, la agencia y la**

reestructuración cognitiva. Nada tiene que ver con esconder la cabeza e ignorar la realidad, sino que se relaciona con pensar que igual no todo va bien, pero no es el final del camino; consiste en creer que puede ir mejor. **Rick Snyder definió la esperanza** como "***la capacidad percibida de derivar caminos hacia los objetivos deseados, y motivarse a uno mismo mediante el pensamiento agencial para utilizar esos caminos***". Desde este punto de vista, podemos diferenciar la esperanza del optimismo, porque **la esperanza está orientada a la acción y es una habilidad que se puede aprender**.

En educación tenemos muchos retos por delante: acabar con todo tipo de violencia hacia la infancia, lograr el éxito académico y social de todo el alumnado sin exclusión, superar el fracaso y el abandono escolar prematuro o lograr una educación de calidad para el alumnado perteneciente a colectivos vulnerables. Podemos hacer dos cosas: sumarnos al discurso de la queja y del "poco o nada podemos hacer" —lo que se convertirá en la profecía autocumplida— o, por el contrario, marcarnos unos objetivos y trazar el camino del éxito que nos va a acercar a ellos. Nos puede servir de referente e inspiración **Jane Addams**, la creadora de la sociología y de la sociología feminista. Ella tenía unos fuertes ideales en pro de lograr *avances* en la justicia social y la democracia, pero tenía claro que no podían quedarse en **sueños** únicamente, sin trazar un **plan de acción** que la acercara a la posibilidad de hacerlos realidad. Esa acción, la cofundación de la *Hull House*, se basó en la unión de sus ideales con la ciencia; ¡no olvidemos ninguna de estas dos partes!

Como hemos podido comprobar, la esperanza es un elemento fundamental si deseamos mejorar la educación, pero también si queremos mejorar nuestras vidas ya que, como demuestra este **estudio**, cuando te propones objetivos seguidos de

varios caminos posibles para alcanzarlos, aumenta el sentido de la vida, la autoestima y mejoran los síntomas de depresión y ansiedad. Ahora ya no veremos a las personas que dicen que "*la esperanza nunca se pierde*" como ingenuas, sino como personas inteligentes, con grandes valores y con una gran fortaleza.

En un próximo artículo recogeremos algunas recomendaciones de la APA para que cualquier persona pueda poner en práctica la esperanza.

[Imagen: Freepik]