

8.

LA CONCIENCIA Y LA CONSCIENCIA: SU VINCULACIÓN CON EL ÁMBITO EDUCATIVO

David Fragoso Franco

UNAM

Resumen

La conciencia es un fenómeno complejo que ha llamado la atención de muchos pensadores e investigadores y que desde diversas disciplinas y campos de conocimiento lo han abordado a lo largo de la historia de la civilización occidental y seguramente de la oriental: prueba de las primeras son la filosofía, la psicología, la antropología, la biología, la neurociencia, la neurociencia cognitiva, la neuropatología, la Pedagogía, la Didáctica, entre otras; cada una ha desarrollado diversas investigaciones y reflexiones científicas para explicar la naturaleza, la funcionalidad, el proceso y la evaluación de la conciencia. lo han abordado a lo largo de la historia de la civilización occidental. El presente artículo tiene como objetivo plantear, con base en la diferencia de la conciencia como reconocimiento del ser y la consciencia como conocimiento de los propios estados y procesos psicológicos que permiten pensar los objetos del exterior y los pensamientos y sentimientos que se generan en dicho acto, la vinculación con los procesos educativos y su concreción en diversas propuestas pedagógico-didácticas.

Palabras clave: conciencia, consciencia, educación, pedagogía, didáctica, formación.

Consciousness and Awareness: Their Connection to the Educational Field.

David Fragoso.

Abstract

Consciousness is a complex phenomenon that has attracted the attention of many thinkers and researchers, and has been addressed from various disciplines and fields

of knowledge throughout the history of Western civilization, and certainly Eastern civilization. Proof of this is philosophy, psychology, anthropology, biology, neuroscience, cognitive neuroscience, neuropathology, pedagogy, and didactics, among others. Each has developed diverse scientific research and reflections to explain the nature, functionality, process, and evaluation of consciousness. These have addressed it throughout the history of Western civilization. This article aims to propose, based on the difference between consciousness as a recognition of the self and consciousness as knowledge of one's own psychological states and processes that allow one to think about external objects and the thoughts and feelings generated in this act, the connection between consciousness and educational processes and its implementation in various pedagogical and didactic proposals.

Keywords: consciousness, awareness, education, pedagogy, didactics, training.

Introducción

La conciencia ha sido un término polivalente pero equívoco. Muchos pensadores desde diversas disciplinas y corrientes la han abordado para plantear su naturaleza, proceso y evaluación; sin embargo, no hay consensos en dichas explicaciones. Por estas razones y por la necesidad de desarrollar la conciencia en el espacio áulico universitario es que abordamos este término teniendo siempre como mirada la formación integral de la persona.

Con base en ello, el objetivo del siguiente texto es plantear, con base en la diferencia de la conciencia como reconocimiento del ser y la conciencia como conocimiento de los propios estados y procesos psicológicos que permiten pensar los objetos del exterior y los pensamientos y sentimientos que se generan en dicho acto, la vinculación con los procesos educativos y su concreción en diversas propuestas pedagógico-didácticas.

Para lograr este objetivo, esta ponencia se organizará en tres momentos:

El primero, aborda el carácter equívoco de la noción de conciencia, el segundo, la apuesta por la integración de los dos tipos de conciencia como una: la conciencia, en tanto ese ejercicio espiritual de introducirse en sí mismo, en su interioridad, para conocerse, dialogar, aclarar, buscar sentidos, juzgar desde la moralidad los actos llevados a cabo y la consciencia, en tanto conocimiento que el ser humano tiene de sus propios estados, percepciones, ideas, sentimientos, voliciones; además, del percatarse o darse cuenta de lo que hay y sucede en su exterior. Finalmente, el tercero que nos llevará a situar el problema de las con(s)ciencias en el ámbito educativo, destacando el papel que juegan los procesos de concientización, la metacognición y el aprendizaje significativo como estrategias didácticas.

PRIMER MOMENTO: Noción de Consciencia

Estamos frente a un fenómeno humano muy complejo y complicado, ya que implica toda una serie de niveles y dimensiones desde los cuales ha sido abordada a lo largo de los siglos por diferentes disciplinas, sin ser todavía un tema agotado, sino que ha abierto diversos caminos para acercarse a ella; sin embargo, cada autor desde su disciplina y su marco de referencia filosófico y teórico la ha reflexionado, definido y trabajado, dando como resultado la dificultad de acuerdos sobre qué es, cuál es su naturaleza, cómo se desarrolla y cuál es su prospectiva.

Desde su definición etimológica se identifican diferentes sentidos del término conciencia. Para el diccionario etimológico de Chile, es una palabra que viene del latín conscientia y tiene dos antecedentes semánticos de origen indoeuropeo: uno que deriva de la raíz scire, que significa conocer o captar con el intelecto; discernir o ser capaz de separar una cosa de otra con el entendimiento, Otro, como sapere la cual tiene como primer significado “tener sabor”, y segundo, como saber por lo tanto mantiene un vínculo estrecho entre la percepción física y la consecución del conocimiento de algo.

Esto nos lleva a identificar dos tipos de conciencia, la que discierne a través del intelecto quién es y cómo es el ser mismo y otra que conoce el mundo exterior y reconoce sus propios estados.

Vayamos a la definición de diccionarios:

La enciclopedia Herder dice que “es un saber con, es el saber algo dándose cuenta de que se sabe o tener una experiencia advirtiéndolo al sujeto que la tiene.

Agregamos una segunda definición, retomada de Abbagnano, quien en su diccionario dice que hay dos significados de conciencia: uno, el común como conocimiento que el ser humano tiene de sus propios estados, percepciones, ideas, sentimientos voliciones; conocimiento por el cual decimos que un hombre está consciente o tiene conciencia cuando no está adormecido o distraído por otros hechos, de la consideración de sus modos de ser o de sus acciones. Otro, el filosófico, que es más complejo e implica la relación del alma consigo misma, una relación intrínseca al hombre interior o espiritual, por la cual se puede conocer de modo inmediato y privilegiado y por lo tanto, se puede juzgar a sí mismo de manera segura e infalible.

Retomemos la definición que da la Real Academia de la lengua, la cual nos da 6 significados, que se agrupan en dos: desde lo moral y desde el conocimiento reflexivo de la realidad:

1. Conocimiento del bien y del mal que permite a la persona enjuiciar moralmente la realidad y los actos, especialmente los propios y tiene como sinónimos: conocimiento, conciencia, discernimiento, entendimiento, reflexión, percepción, pensamiento
2. Sentido moral o ético propios de una persona y tiene como sinónimos: moralidad, remordimiento, escrúpulo, pesar, reparo, recato, ético.
3. Conocimiento espontáneo y poco reflexivo de una realidad.
4. Conocimiento claro y reflexivo de la realidad.

5. Conciencia. Capacidad de reconocer la realidad circundante

6. Psicología. Facultad psíquica por la que un sujeto se percibe a sí mismo en el mundo.

Como notamos estos tres diccionarios nos muestran los dos significados de conciencia que hemos referido. La conciencia como conocimiento profundo uno mismo, en la RAE pone el acento en el juicio moral; y la conciencia como conocimiento de la realidad y de los estados psicológicos y del conocer.

Esta duplicidad representa la dicotomía planteada desde la concepción clásica, arraigada por siglos en la cultura occidental y que oscila entre el conocimiento de algo a través de las experiencias sensoriales que se llevan al ámbito del aprendizaje (SAPERRE: saber que se sabe algo), la experiencia psicológica del conocer y el darse cuenta de la persona que se es desde el propio sujeto que se piensa a sí mismo, que reconoce su interioridad, la experiencia espiritual de saberse, reconocerse, amarse (SCIRE).

Ambos tipos de conciencia tienen dos puntos en común: ambas implican el advertir, el darse cuenta, el fijarse, el reparar, etcétera (Díaz 2012). Y a ambas se llega por medio de la reflexión, que es la principal característica de la conciencia: la reflexión sobre sí mismo y la reflexión sobre los objetos del mundo exterior y de los propios procesos y estados que los advierten.

Agreguemos a estas definiciones que refiere Díaz (2000), uno es a Thomas Natsoulas (1983) y a Davis (1987) quienes han examinado por décadas los seis conceptos de conciencia que da el diccionario Oxford: 1) el social, 2) el personal, 3) el percatarse, 4) la autoconciencia, 5) la totalidad de la experiencia y 6) el estado de alerta o vigilia. Natsoulas (1983) relaciona los términos y encuentra cuatro dimensiones de significado: intersubjetiva, la objetiva, la aprehensiva y la de introspección. Tanto los sentidos como las dimensiones requieren un elemento común: el percatarse.

Margarita Valdés (1979), en castellano, ha rescatado cinco significados de los cuales el crucial es también el percatarse o darse cuenta de algo: 1) la facultad moral; 2) el ser responsable; 3) el sentido social; 4) el estado de vigilia, y 5) el percatarse... Que la conciencia signifique fundamentalmente percatarse fue establecido en 1906 por John Dewey. Díaz además de lo anterior, agrega que el percatarse, tener, sentir, o experimentar sensaciones, percepciones, emociones, pensamientos, imágenes, intenciones, es el significado principal. La autoconciencia es un nivel jerárquicamente más inclusivo del percatarse, es decir, percatarse de uno mismo, de su cuerpo y de sus actos mentales, la representación que un individuo tiene de sí mismo.

Fred Dretske (1991) filósofo de Stanford, subraya que no hay que confundir entre el proceso y el contenido de la conciencia. El proceso consciente no es aquello de lo que estamos conscientes sino el acto mismo de percatarse. Un contenido se hace consciente no porque yo esté consciente de él, o porque contenga cierta información, sino porque constituye un acto de conciencia. A ésta se le busca no en los contenidos o en los objetos, sino en el proceso mismo que constituye el percatarnos de ellos. (Díaz, 2000).

Con base en los diccionarios, la conciencia implica el percatarse (término establecido por John Dewey en 1906), darse cuenta de los pensamientos, sentimientos, emociones, objetos, situaciones, realidades, entre otros, reparando en el proceso que es el acto mismo de percatarse; y en el contenido que se hace consciente no porque el sujeto esté consciente de él, o por la información que contiene, sino porque constituye un acto de conciencia (Kretske, 1991). Por lo tanto, la conciencia implica necesariamente proceso y contenido. Además, alude a los ámbitos donde se lleva a cabo, en lo personal (autoconciencia, estado de vigilia o alerta), lo social y lo moral; la conciencia tiene como métodos la intersubjetividad, la aprehensión, la introspección. Y como finalidad el percatarse.

Estamos frente a dos significados de la conciencia, a los que llamamos conciencia y consciencia; conciencia intelectual y moral; y consciencia psicológica y epistemológica. (Ortíz, 2010, p. 31).

La conciencia, su naturaleza y proceso histórico.

Hagamos un pequeño recorrido por la filosofía y busquemos ubicar cómo se planteó la noción de conciencia, en tanto la interioridad del sujeto para su autoconocimiento. Ortiz Quezada (2010) plantea que es el homo sapiens quién con un cerebro más evolucionado, grande y complejo, le permitió advertir, percatarse de su entorno. Luego el despertar del homo sapiens -sapiens pudo pensar el mundo y vincularlo a las deidades de lo cual aparece en su marco de referencia lo moral, el juicio de lo que hace bien o no, lo que es adecuado o no.

Los conceptos de conciencia no existían en la antigua Grecia. Tanto Homero como en los pensadores de su época se mencionan los antecedentes básicos de la conciencia en las emociones, los sentimientos y los estados de ánimo, es decir en la dimensión afectiva. El darse cuenta que la emoción y el sentimiento eran cosas internas de la persona y que era una necesidad reconocerlas en sí mismo, reflexionarlas para poder ser prudentes.

La filosofía griega clásica no reconoció tampoco el término de conciencia en tanto interioridad espiritual: Solón y Sócrates hicieron de la frase “conócete a ti mismo” una filosofía de vida, pero no la llaman conciencia. En Platón, dice Abbagnano (2012) la noción se acerca a la relación del alma consigo misma, como el diálogo interno del alma consigo mismo. Se vale del lenguaje para definir el pensamiento y el lenguaje como pregunta y respuesta, como diálogo y comunicación. El hecho originario es el lenguaje no la interioridad. Para el mismo filósofo la conciencia (en el sentido del conocimiento de nuestros estados) no es más que recuerdo, opinión, razonamiento. Aristóteles tampoco refiere a la noción de conciencia, quizá el pensamiento del pensamiento tiene que ver con ella.

El reconocimiento de una realidad íntegra surge solo en las filosofías que adoptan el contraste entre interioridad-exterioridad, las que separan al hombre relacional con el hombre como él mismo; el cristianismo elaboró la noción de un testimonio interior privilegiado. Este reconocimiento de lo interno-externo nace en la filosofía postaristotélica comenzando por el estoicismo. Es con Crisipo, con su distinción entre pensamiento y conciencia del pensamiento con el que se inicia el uso de la palabra conciencia. Filón la ubica en lo moral, similar a como aparece en el libro de Eclesiastés y en las Epístolas de San Pablo. Plotino elabora decisivamente la noción de conciencia, él opone el conocimiento como cualidad de los contenidos psíquicos y el retorno a sí mismo, a la interioridad o reflexión sobre sí, lo que constituye la conciencia propia y verdadera. Distingue entre conocimiento y conciencia, el primero, como advertencia de lo que se piensa o hace y la segunda, el acceso a la realidad interior del hombre. Cuando el sujeto realiza una acción no conoce que la realiza, sino es posteriormente con el recuerda que reflexiona sobre ella. Este recogerse a sí mismo es la conciencia como actitud o condición del sabio que prescinde de lo externo y sólo mira al interno.

La palabra conciencia aparece en los textos de Marco Tulio Cicerón y Flavio Arriano, por supuesto con connotaciones teístas. Para esos autores la conciencia era el conocimiento de las acciones referentes al bien y el mal.

La cristiandad también incorpora en los evangelios el término de conciencia. Con San Agustín y la filosofía cristiana el privilegio del sabio es accesible a todo hombre; retoma al hombre espiritual de San Pablo como el verdadero protagonista de su filosofía, la cual dice “no salgas de ti, vuelve a ti mismo, en el interior habita la verdad y si has cambiado ve más allá de ti mismo) (Abbagnano, 2012, p. 201). Es un ir hacia Dios a través de este regreso a sí. Dios se refleja en el carácter autorreflexivo del alma humana, que revela la trinidad de las facultades: memoria, entendimiento, voluntad. Entiendo entender, querer y recordar, quiero recordar y entender. Nada

conoce la mente tan bien como lo que es más accesible y nada más cercado a la mente como ella misma. Así en la teología cristiana la conciencia es moral, es una facultad del alma y las intenciones y acciones humanas son totalmente conocidas por un dios siempre vigilante, agrega Abbagnano.

Este tema de la conciencia, continuando con Abbagnano (2012) fue de los más tratados en la filosofía medieval (en tanto la relación conciencia-sindéresis); autores representativos son Escoto Erígena, San Anselmo, Pedro Lombardo , San Buenaventura considera a la conciencia como una facultad racional, una razón práctica relacionada con la acción, la voluntad y las emociones; colocó la sindéresis como parte de lo afectivo, pues ella nos estimula a actuar bien en la medida que es un anhelo de bondad. Dividió la conciencia en dos partes: una general, con principios como obedecer a dios, la cual es innata e inherente al ser humano; y una segunda, que implica la aplicación de los principios básicos y puede sufrir desviaciones por ignorancia o razonamiento equivocado. Para Buenaventura la conciencia es una facultad dinámica. (Ortiz, 2010, p. 28).

El análisis que del término Conciencia hace Santo Tomás está dirigido a aclarar sobre todo su aspecto moral en relación con el concepto de sindéresis (virtud que nos permite distinguir entre el bien y el mal), fuera de este significado, la conciencia es para el doctor angélico simple conocimiento. La conciencia moral que da juicios de valor y aplica las reglas generales a cada acción particular (S. Th. I, 79, 13; Ortiz, 2010, p. 29)) Los términos que en Santo Tomás designan la conciencia psicológica, nos aclara Kramsky (1989, p. 376) son *reditio* (en tanto la actividad de autoconocerse) y *reflexio* (en tanto actitud o disposición de reconocer el entorno, cómo funciona y reconocerse a sí mismo como parte de él). La reflexión propiamente dicha, es característica de las funciones espirituales, inteligencia y voluntad. El sentido común de reflexión consiste en aplicar la atención a una cosa; su sentido propio es la

reflexión sobre uno mismo. La inteligencia percibe sus propios actos al realizarlos, lo que es precisamente reflexionar.

La conciencia intelectual. “Es el mismo hombre el que percibe que siente y que piensa” (S. Th. I, 76,1). Percibir que se piensa no es igual a percibir que se siente. Es espiritual, tiene conciencia de sus actos y de sí misma. Santo Tomás se consideran dos tipos de conciencia: sensible e intelectual, porque ambos pertenecen a dos órdenes distintos. Su fórmula se encuentra en Aristóteles: sentimos que sentimos y pensamos que pensamos. También, hay que diferenciar conciencia de los actos y conciencia del sujeto Kramsky, 1989).

Lo interesante de este análisis de Santo Tomás es que la noción de conciencia, en cualquiera de los dos significados: conocimiento, o significado práctico de *synderesis* o conciencia moral, es reducida a la aplicación de conocimientos objetivos (ciencia). El carácter privilegiado de la relación intrínseca de la mente consigo misma es reconocido por Santo Tomás. Nuestra mente se conoce a sí misma por sí misma en cuanto conoce su propia existencia, en cuanto percibe su propia actividad, percibe su propia existencia (Contra Gent., III, 46). Esto se halla limitado a la existencia del alma; en cambio, el alma no tiene ningún conocimiento privilegiado de sí misma en cuanto su esencia y sus modos de ser.

A principios del siglo XIII la noción de conciencia se vinculó a razón e intelecto; ubican en esa época a los sentidos internos como voluntad, razón, mente, imaginación y pensamiento (en 1380). En el siglo XIV en el se edita la novela “Remordimiento de la conciencia”, quizá como uno de los arcaísmos conscientes, pero no el único.

Juan Duns Escoto, dice Ortíz (2010) abordó la teología como una disciplina práctica y se preocupó por la conciencia como precursora de virtudes cristianas. William de Ockham concuerda con Escoto en la relación entre conciencia y virtudes. De acuerdo

con Ockam, las acciones sólo tienen significado moral cuando representan actitudes internas.

Que la relación del alma consigo misma sea la condición de la relación del alma con las cosas o que la conciencia inmediata de sí condicione a la conciencia de las otras cosas, es doctrina defendida por Telesio (1509- 1588) y Campanella a principios de la Edad Moderna. Telesio dice que el sentido es la percepción de las acciones sobre las cosas, de los impulsos del aire, como también de las propias afecciones, de las propias modificaciones y de los propios movimientos y de estos, sobre todo. Campanella denomina conocimiento innato de sí mismo o sabiduría innata al conocimiento originario de sí que todas las cosas poseen y que es trámite o condición de los conocimientos que ellas adquieren de las otras cosas. La palabra "ser consciente", se empezó a utilizar cerca de 1600 y como sustantivo, "un ser consciente" cerca de 1770.

La consideración de la conciencia como tema de filosofía comienza con las Meditaciones metafísicas de Descartes. Él es el primer filósofo que utiliza la noción de conciencia no en el sentido tradicional. Para él, es fuente única de certeza y modelo de conocimiento y se identifica, además, con el yo o la sustancia del individuo; es el comienzo de una tradición que llega hasta la época moderna, que identifica la conciencia y certeza y hace de la conciencia la característica del hombre y del saber humano: la mente y la razón. *En busca de la verdad*, en 1701 dice "conciencia o testimonio interno". El yo pienso luego existo es la garantía del pensamiento como conciencia Dice Descartes: "Bajo el nombre de pensamiento entiendo todas las cosas que advienen a nosotros con conciencia, en cuanto tenemos conciencia. Así, no solamente entender, querer, imaginar, sino también sentir, es aquí lo mismo que pensar. Si entiendo hablar del mismo sentido, o sea de la conciencia de ver o de caminar, la conclusión es cierta, porque entonces se refiere a la mente, que solamente siente o piensa ver o caminar.

Las características fundamentales de la conciencia son: la vida espiritual del hombre en las manifestaciones del sentir, razonar y querer; su esfera es la del sujeto; es la autoevidencia existencial del yo. Estos fundamentos sirven como punto de partida de la filosofía moderna y el segundo, que en cierto modo resume a los demás determinó la dirección subjetivista de esta filosofía.

El humanismo se impone lentamente y como consecuencia, los intelectuales comenzaron a preocuparse por la mente del hombre y, poco a poco, la separaron de la influencia divina. Las corrientes humanistas comenzaron a percatarse que la conciencia - entendida ya como la naciente reflexión sobre uno mismo- se expresa en la educación, la experiencia, el carácter, los principios y valores, así como en la personalidad y en la visión del mundo. Gracias al humanismo, el concepto de conciencia incorporó al acto psíquico individual y social, es decir, llegó a significar el conocimiento del bien y del mal, así como la cualidad que tiene el individuo para reconocerse en sus atributos esenciales.

Como no había posibilidad de estudiar a los otros, los filósofos reflexionaron sobre sí mismos. Esto llevó a Michel Eyquem de Montaigne en sus Ensayos a considerarla como un espécimen. William Shakespeare, en Ricardo III, imaginaba a la conciencia como la capacidad de enjuiciamiento condenatorio

En la Edad Moderna, los autores influenciados por el pensamiento tomista y el de Escoto y Ockham, provocaron que bajo la influencia de Joseph Butler e Immanuel Kant, se concibiera a la conciencia como una facultad del alma. Kant distingue entre la conciencia discursiva y la intuitiva. La primera es el yo de la reflexión, la segunda es la experiencia interior. Este filósofo hace el esfuerzo por romper el círculo mágico de la conciencia para justificar una relación del hombre con el mundo. Ante la afirmación de que yo solo tengo conciencia inmediata de lo que está en mi, es decir, mi representación de las cosas externas, Kant responde que tener conciencia de mi representación significa tener conciencia empírica de mi existencia y esto significa

poder estar determinado solo en relación con algo que está fuera de mí. La conciencia de mi existencia en el tiempo es la conciencia de una relación con algo fuera de mí. El término conciencia en Kant indica una relación que no es interna o inherente íntimamente al hombre, sino entre el hombre y algo externo.

La filosofía postkantiana, especialmente el idealismo romántico, se funda en la inmanencia total de la realidad de la conciencia. Hegel cree que conciencia constituye el punto de partida de la filosofía, cuya tarea es la elaboración conceptual de su contenido. La fenomenología del espíritu es la trayectoria de la conciencia al espíritu. La experiencia que la conciencia tiene de sí no puede comprender sino el total del reino del espíritu. Impulsando la conciencia hacia su existencia verdadera, alcanzará un punto donde se libera de la apariencia de estar afectada por algo extraño para que ella sea sólo como otro. Donde la apariencia resulte igual a la esencia.

La conciencia y la autoconciencia fueron los protagonistas de buena parte de la filosofía del siglo XIX y los primeros decenios del siglo XX. La alternativa entre estas dos nociones es la alternativa entre Espiritualismo e Idealismo, o sea, entre la dirección de los que en la conciencia, considerada como finita y propia del hombre, buscan y creen encontrar la manifestación, la revelación o la señal de lo infinito; y la de los que consideran a la conciencia misma infinita por ser idéntica, mediata o inmediatamente, a lo Infinito. También en la fenomenología con respecto a la conciencia hay oposición entre la visión Objetivista, con Hartmann y Heidegger y la espiritualista representada por Jaspers y Sartre.

La decadencia de la noción de conciencia en la filosofía contemporánea, dice Abbagnano, es uno de los signos más evidentes de un nuevo planteamiento del problema del hombre.

La Conciencia, nuestra segunda acepción del término, un poco de historia:

Los primeros usos en inglés de conciencia y consciente se remontan al siglo XVI, donde esa noción significaba saber con, tener conocimiento conjunto o común con otro, aunque también como saber con uno mismo. Ser consciente que significó "saber que uno sabe". Por ejemplo, Thomas Hobbes (1588-1679) en el *Leviatán* escribió: "Cuando dos o más hombres conocen un mismo hecho, se dice que son conscientes de ello el uno para el otro".

La definición de Locke de 1690 ilustra que se había producido un cambio gradual de significado.

El concepto mismo de experiencia, dice Abbagnano, elaborado por John Locke (1632-1704) coincide en líneas generales con el de conciencia ("Puesto que todo hombre está consciente para sí mismo de que piensa y siendo aquello en que su mente se ocupa, mientras está pensando, las ideas que están allí, no hay duda de que los hombres tienen en su mente varias ideas, etc" (Essay, II, 1,1).

El origen del concepto moderno de conciencia a menudo se atribuye al *Ensayo sobre el entendimiento humano* de Locke, publicado en 1690. Locke definió la conciencia como "la percepción de lo que pasa en la mente de un hombre". Su ensayo influyó en la visión de la conciencia del siglo XVIII, y su definición apareció en el célebre *Diccionario* de Samuel Johnson (1755). La "conciencia" (francés: *conscience*) también se define en el volumen de 1753 de la *Encyclopédie* de Diderot y d'Alembert, como "la opinión o sentimiento interno que nosotros mismos tenemos de lo que hacemos". Locke acuña el concepto de "consciousness" para significar lo que acontece en la mente del hombre. "Es por medio de la conciencia, que la persona adquiere las ideas de las diversas operaciones o estados mentales, como las ideas de la percepción, pensamiento, duda, razonamiento, conocimiento, voluntad y aprende de sus propios estados mentales en cualquier momento. Tal concepto con este nuevo sentido, fue incorporado a la filosofía británica y al idioma inglés.

Es muy cierto que Locke restringe el uso de la palabra conciencia, a la indicación de la certeza absoluta que de su propia existencia tiene el hombre (En todo acto de sensación, de raciocinio o de pensamiento, estamos conscientes para nosotros mismos de nuestro propio ser, y a este respecto alcanzamos el grado más alto de certidumbre. (Ensayos IV, 9. 3)) y que a la relación entre el alma y sus propias operaciones es a lo que denomina reflexión" (Ensayos, II, 1.4), pero es también cierto que lo que él denomina generalmente experiencia no es otra cosa que la conciencia en sentido cartesiano, ya que la misma relación con el objeto externo cae por entero dentro de la esfera de la conciencia, que, por lo tanto, no tiene más que ideas. Es evidente, dice Locke, que la mente no conoce de un modo inmediato las cosas, sino únicamente por la intervención de las ideas que tiene acerca de ellas. Por eso nuestro conocimiento sólo es real en la medida en que existe una conformidad entre nuestras ideas y la realidad de las cosas. Pero ¿cuál será aquí el criterio? ¿cómo puede saber la mente, puesto que no percibe sino sus propias ideas, si éstas están de acuerdo con las cosas mismas? (Ensayos, IV, 4,3). La presentación de este problema revela con toda claridad el fundamento conciencialista de la filosofía de Locke, fundamento del cual la filosofía no es más que el análisis de la conciencia.

Esta expresión de Locke es asumida por Hume (1711-1776) para negar toda existencia externa. Ya que nada es presente a la mente sino las percepciones y como las ideas derivan de la que por primera vez se presentó a la mente, resulta que para nosotros es imposible representarnos o formarnos la idea de cualquier cosa que específicamente sea diferente de las ideas y de las impresiones. Fijemos, en cuanto podamos, nuestra atención fuera de nosotros; llevemos nuestra imaginación hasta los cielos o hacia los límites extremos del universo y no avanzaremos en verdad nunca y no podremos nunca representarnos una especie de existencia que no sea la de las percepciones que se presentan en nuestro breve círculo. Esta imposibilidad de sobrepasar el círculo de la conciencia es la primera y más importante consecuencia

del uso de la noción de conciencia para delimitar la esfera de la investigación filosófica.

A Hume se debe, en cambio, la perspectiva de considerar a la conciencia como si fuera un flujo de impresiones, un "haz", una corriente o un río, esto es, como conjunto de vivencias sin identidad de sujeto y sin carácter sustancial.

Segundo momento: hacia la integración de los dos tipos de conciencia.

De acuerdo a la definición etimológica, de diccionarios y de diversos autores que hemos presentado, la conciencia se define con dos significados: uno en el sentido del conocimiento de sí mismo, del alma consigo mismo, ello a través del reconocimiento de la interioridad como proceso de ir hacia el encuentro de uno mismo. Y el otro significado, en el sentido de poner atención, advertir el exterior del sujeto en tanto su conocimiento y el darse cuenta de los procesos mentales o estados psicológicos que se llevan a cabo en tanto proceso de conocer.

De esta forma a la conciencia la podríamos definir como una facultad superior del ser humano que lo lleva a darse cuenta, a advertir, a fijarse, mirar, escuchar, sentir, percibir, juzgar, valorar el proceso de vida y de experiencia histórico del sujeto el cual lo ha llevado a ser lo que es y cómo es, los estados internos que pone en acto en tanto conoce y a vincularse cognitiva y afectivamente con las realidades externas con las cuales tiene relación.

En este sentido la conciencia se comprende como una sola conciencia, la del sujeto que se piensa y se siente a sí mismo y a su entorno; pero que tiene dos objetos: al sujeto mismo, en tanto interioridad espiritual como psicológica; y al sujeto en relación con el objeto, con su medio, contexto, entorno.

Desde el punto de vista real, el sujeto no se mira con dos consciencias, sino con una, que es compleja y complicada. Es una conciencia que vincula el conocimiento de sí mismo y del exterior a través del reconocimiento de los estados afectivos y

cognitivos que se ponen en juego en el momento de la reflexión, pero de los cuales se cae en la cuenta de su existencia una vez pasado el acto. Es decir, la conciencia se nutre de manera directa con la memoria, en tanto retención y recordación, ya que atrae al presente lo conservado en ella y lo va reconstruyendo de forma que pueda darse cuenta de los pensamientos, emociones, sentimientos, afectos; de sus procesos cognitivos, de su forma de razonar, de sentir con la finalidad de dar significado y sentido a lo recordado.

También la conciencia trabaja en el presente, a partir de que pone en acto sus procesos de pensamiento, de razonamiento vinculados a sus

Tercer Momento: Las conciencias y la educación

La educación en tanto formación integral de la persona, debe tener como objetivos no sólo el aprendizaje de contenidos declarativos, procedimentales y actitudinales, sino debe tener como finalidad la formación de la cognición, la afectividad, el cuerpo y la relación con los demás, con las realidades y con el entorno mismo, de forma que el estudiante logre no sólo adaptarse a dichas realidades, sino también transformarlas. Para ello, el desarrollo y trabajo sobre la conciencia es indispensable, necesario y urgente ya que a partir del darse cuenta, del advertir, del sentir, del pensar, es como este alumno podrá reflexionar sobre sí mismo, sobre los demás, sobre sus relaciones con los otros, sobre la sociedad, la naturaleza, el entorno y su participación en dichos campos de la vida humana.

En este sentido no hablamos sólo del desarrollo de la conciencia, la cual puede partir de necesidades sentidas y vividas, de preocupaciones por los problemas y situaciones de los otros, del mundo, de la naturaleza, etc. Puede formar parte de intentos aislados de promoción de la conciencia. Estamos hablando de una educación de la conciencia, la cual buscará:

1. El conocimiento de sí mismo o autoconocimiento, el cual trabajará sobre el reconocimiento de quién soy, cómo soy, cómo actúo, cómo me relaciono con

los demás, sobre mis valores, virtudes, actitudes. Mis concepciones, creencias, ideas, conceptos, hipótesis, emociones, sentimientos, afectos, estados de ánimo. Reconocimiento de mi cuerpo, de mi salud, mis enfermedades, el cuidado del mismo.

2. Reconocimiento de los demás, del otro y la otredad, y la preocupación que tiene por ellos, su sensibilidad hacia los problemas de los demás, hacia situaciones de vida críticas, su participación en la comprensión y solución de situaciones problemas de los otros. Darse cuenta y reflexionar sobre las situaciones que vive la sociedad, sus grandes problemas, las situaciones de justicia, equidad y promoción de la conciencia social.
3. Formación para el desarrollo de la conciencia histórica, de sí mismo, de la sociedad, del mundo. Implica la reflexión del sujeto frente al sujeto y las condiciones de existencia y de posibilidad de transformación. Es una mirada dialéctica de la historia, donde se encuentran el sujeto de la historia, el sujeto por la historia y el sujeto con la historia.
4. Promueve la relación del estudiante con lo moral, buscando para ello que reconozca sus acciones, las razone, las valore y juzgue. Que sea consciente de su moralidad y su sindéresis con el fin de que pueda reparar en sus acciones positivas o negativas, malas o buenas, adecuadas o no adecuadas y las corrija, reoriente, asuma y busque cambiarlas. Que sea capaz de reflexionar sobre sus virtudes morales, sus valores. Conciencia moral.
5. Además del reconocimiento de los propios estados de la conciencia, la meta conciencia, la cual busca identificar cómo tenemos conciencia, cómo nos damos cuenta de algo, como advertir lo que sucede en mi mente cuando realizo el proceso de conciencia y consciencia.

6. Finalmente, la atención a mis procesos y operaciones mentales cuando pienso algo de forma crítica, creativa, resolutiva y ejecutiva, y su reconstrucción a partir de la expresión de cómo pienso, cómo siento, cómo tomo conciencia.

La vinculación que hacemos entre la conciencia con la educación tiene una finalidad formativa, es decir, promover en el sujeto el desarrollo de su conciencia y su consciencia, de manera que con la atención necesaria, pueda darse cuenta de sí mismo, del otro de los otros, la otredad, en tanto sus condiciones de vida, sus procesos de relación con los otros, la sociedad y la historia; asimismo, buscamos promover el darse cuenta de cómo piensa, qué procesos mentales se ponen en juego, qué operaciones lleva a cabo en dichos procesos, de forma que descubra y reconstruya dichos desarrollos.

En esta relación conciencia-educación es indispensable la participación de la atención, percepción, memoria, la ubicación espacio-temporal, así como de los procesos de entendimiento, comprensión de la realidad y de los otros, así como su expresión y posibilidad de comunicación de los mismos a los demás. Este reconocimiento nos da la posibilidad de poner en acto el pensamiento crítico, creativo, resolutivo o ejecutivo y darnos cuenta de nuestros actos, pensamientos, sentimientos, afectos, etcétera.

En el ámbito pedagógico recupero una serie de alternativas formativas ante la conciencia desde la interioridad, que nos presentan diversas formas de abordarlas y que se constituyen como programas institucionales (aunque no necesariamente) por supuesto, basados en su propio marco teórico y metodologías y técnicas diseñadas: Propuestas pedagógicas que el profesor puede retomar como parte de la formación transversal para el desarrollo de la conciencia de sí mismo.

- Educación en y para la interioridad: donde se promueva el autoconocimiento, el autojuicio, el autoconcepto, entre otros, a través de

la reflexión, la meditación y el discernimiento, que me lleve a reconocer quién soy, cómo soy, cómo actúo, cómo me concibo, qué imagen tengo de mí, cuál es la relación conmigo mismo, cómo me reconstruyo a partir de identificar lo que pienso de mí, lo que siento y lo que quiero de mí.

- Educación del cuerpo, donde se generen espacios para el reconocimiento de mi cuerpo y del cuerpo del otro (Rico, 1990), en tanto cuerpo vivenciado y analizado; el cuerpo sexuado en las relaciones de género; el cuerpo en la esfera de las emociones (Alemany y García, 1996); el cuerpo como sí mismo (Velasco, 2009), cuerpo y consciencia situada (Díaz, 2007). Todo ello que nos lleve a constituir una Pedagogía del cuerpo que vincule cuerpo-intuición-razón, de manera que sea consciente de su estar en el mundo en relación con su medio, entorno y contexto (Durán, 2009, 2013, 2015).
- Promoción de la inteligencia intrapersonal; Gardner (2004, p. 228) identifica las inteligencias personales como dos especies de la naturaleza humana: una, donde se encuentra el desarrollo de los aspectos internos de las personas y la otra, se vuelca hacia los aspectos exteriores, hacia los otros individuos. La primera tiene como capacidad medular, según el autor, es el acceso a la propia vida sentimental, la gama propia de afectos y emociones; implica discriminar los sentimientos y luego darles nombre, desenredarlos en códigos simbólicos, con el fin de comprender y guiar la conducta propia. Esta inteligencia implica, en un nivel inicial, distinguir un sentimiento de placer de uno de dolor y con base en dicha discriminación, la decisión de retirarse o permanecer en la situación. En su nivel más avanzado permite descubrir y simbolizar conjuntos complejos y altamente diferenciados de sentimientos, afirma el autor.

Siguiendo a Campbell, Campbell y Dickinson (2006) la formación de esta inteligencia intrapersonal ayudará al alumno a elevar su autoestima (a partir de la generación del clima escolar y áulico, la equidad, el sentido de comunidad, la participación y el aprendizaje activo; esto se posibilita con el reconocimiento individual, el apoyo entre pares). La fijación de metas (a partir del descubrimiento de sus intereses, capacidades y formas de obtener reconocimiento, planteamiento de desafíos); el desarrollo de habilidades para el procesamiento emocional (a través de generar un clima de confianza y respeto en el aula donde se puedan manifestar las emociones, sentimientos y afectos; reconocimiento de sentimientos y su manifestación a través de las artes y de ejercicios de expresión), educación en y para los valores humanos (con base en la distinción entre valores y propósitos, la escritura de diarios personales en el aula como medio de autorreflexión, donde escriba acerca de sus gustos, valores, creencias, emociones, sentimientos, pensamientos, metas, ambiciones, proyectos diarios); la conformación del yo a través de la retroalimentación interpersonal); aprendizaje autodirigido (promueve la elección y autonomía en el estudiante; uso de la tecnología para el desarrollo de la inteligencia intrapersonal (Uso de software que promuevan la reflexión, la contemplación, la meditación, etcétera).

- Educación de la afectividad, la cual sugiere la formación de la persona desde toda su dimensión afectiva, con sus constitutivos: emoción, sentimiento, afecto, estados de ánimo, necesidades, intereses, motivación; en tanto proceso de reconocimiento de este ámbito, se han desarrollado diversas metodologías donde se busca que el sujeto descubra esa parte íntima de sí mismo, la conozca, la juzgue y con base en ella modifique sus

actitudes y comportamientos (Martínez-Otero, 2011; De la Caba, s/f; Arizmendi, s/f).

- La inteligencia emocional, se fundamenta en la vinculación entre emoción y razón y tiene como objetivo propiciar la reflexión sobre las emociones que se suceden en la persona, y que le afectan a él y a las personas con las que convive; el método busca identificar la emoción o emociones que se generan en nuestro ser y poder reconocerlas, nombrarlas, saber su intensidad y poner las medidas necesarias para controlarlas o aminorarlas, de forma que el sujeto no se vea conmocionado y tampoco altere a los demás. Es una forma que promueve la convivencia pacífica. Goleman (2001) parte de la situación de un analfabetismo emocional al cual hay que vencerlo con la educación emocional a través del desarrollo de habilidades socioemocionales (Goleman, 2003) donde la inteligencia juega un papel muy importante (Goleman, 2006). El planteamiento es transitar de la salud emocional a la felicidad personal (Fernández, 2021) pero conjuntando las inteligencias intrapersonal e interpersonal como pilares de la inteligencia emocional (Aguilar y Rolleri, 2010), de forma que la reflexión sobre mis emociones me lleve no sólo a controlarlas sino a conocerlas y conocerme con ellas, a aprender a autorregularme. Un buen principio es conocer mi coeficiente emocional a través de la aplicación de los tests de la inteligencia emocional propuesto por Brockert y Braun (1997), los cuales nos ubicarán dónde estamos en cuanto a las diferentes variables de dicha inteligencia.
- Educación Emocional. El término aparece por primera vez en la literatura psicopedagógica en 1966 en la revista *Journal of Emotional Education*, la cual se publicó hasta 1973 por el Instituto de Psicología Aplicada de Nueva York. Esta preocupación por educar las emociones “tiene su origen

en la inteligencia emocional en la necesidad de desarrollar y optimizar la gestión emocional” (Machado, 2022). Se fundamenta en los principios de Bar-On en 1980 utiliza la expresión *Emotional Quotient* en su tesis de doctorado, aunque no se difundió hasta 1997 cuando la publicó. Posteriormente, Salovey y Mayer (1990) plantean el término Inteligencia Emocional, que luego se divulga con Goleman (1995). Según Bisquerra (2009) la divulgación del concepto Educación Emocional inicia en la mitad de los años noventa del siglo pasado debido a cambios conceptuales y de mentalidad de la sociedad actual.

Para Bisquerra esta educación es parte de la formación integral del individuo; su objetivo es el desarrollo de las competencias emocionales; incluye como aspectos psicopedagógicos de fundamentación, análisis de necesidades, formulación de objetivos, diseño de programas, aplicación de actividades, técnicas y estrategias metodológicas, evaluación, etc. Esta educación debe ir a la par de la enseñanza y aprendizaje de contenidos programáticos. El modelo de Bisquerra contiene 5 fases: primera, conciencia emocional definida como la capacidad de tomar conciencia de las emociones propias; segunda, regulación emocional entendida como la habilidad para manejar las emociones; tercera, Autonomía emocional la cual implica la autogestión personal que desarrolla autoestima, optimismo, responsabilidad, actitud crítica y la disposición de buscar ayuda; cuarta, Competencias Sociales definidas como la capacidad de hacer y mantener buenas relaciones y se vincula con la comunicación efectiva, respeto hacia los demás, actitudes pro-sociales y asertividad ante los problemas. Y, quinta, Competencias para la vida y el bienestar. En el principio del siglo XXI se comienza a utilizar el término socioemocional y se vincula con la educación (Repetto, 2009), específicamente con el

aprendizaje social y emocional (Milicic, et al., 2014 y la noción de competencias socioemocionales, que vincula la inteligencia emocional, la inteligencia interpersonal e intrapersonal, y los procesos formativos en el ámbito educativo, familiar, organizacional y social.

- Formación del carácter. Esta propuesta define al carácter como una forma de ser y actuar resultado de la armonización entre inteligencia, voluntad y sensibilidad (emociones, sentimientos y afectos); dicha armonización plantea un equilibrio entre los aspectos anteriores, de forma que no sólo es la inteligencia o la voluntad las que forjan el carácter, también la sensibilidad, la afectividad como dimensión humana sustancial. Para Aristóteles un buen gobierno de la persona es aquél en el que hay armonía entre la racionalidad y la afectividad. Tomando en consideración lo anterior, el proceder educativo frente al carácter es de promover el desarrollo de la inteligencia que lleve a la toma de consciencia de los actos de la voluntad y de la participación de la afectividad, de manera que el sujeto reconozca cómo es y cómo actúa en situaciones determinadas. Pensar-querer y sentir son los tres ejes esenciales de esta educación, pero se desarrollan vinculados. Desde esta relación el carácter es la procuración permanente de la estabilidad personal.

Carlos Llano (2000) nos plantea una serie de ámbitos donde el carácter se forja:

1. El carácter como dominio. En este campo el carácter se define como una estructura virtuosa, que implica el autodomínio y la autodisciplina; ello implica el reconocerse, el ser consciente de mis carencias y excesos en el comer, beber, dormir, entre otros; el dominio de la manifestación del enojo, la furia y a los sentimientos que nos hacen daño interno como daño a las personas con las que convivimos.

2. El carácter como armonía. Propone a la sabiduría como el manejo del comportamiento, donde se manifiesta el equilibrio entre lo racional, lo afectivo, lo social, y el cuerpo mismo.
3. El carácter como desprendimiento. El carácter se forja a partir de las cualidades adquiridas que son las virtudes; su núcleo está en la actitud que adoptamos frente a ellas. El desprenderse de las actitudes que nos alejan del equilibrio es indispensable para hacer crecer las que nos realizan, nos vinculan con los otros de manera favorable, con la naturaleza y con la divinidad.

Todo el trabajo pedagógico y didáctico que se lleva a cabo para una educación del carácter tiene como finalidad la construcción de una personalidad madura; entendida la madurez como “poner en su debido punto con la meditación una idea, un proyecto, un designio”; y madurez, es “buen juicio o prudencia con que el hombre se gobierna”. Una personalidad madura es aquella que articula el crecimiento con el desarrollo de manera que lleven al sujeto a tomar consciencia de la organización de su mundo experiencial personal (Quintanilla, 2003).

- Educación de las virtudes. La formación del carácter se desarrolla en quien estructura un modo de ser virtuoso. La virtud se entiende como una propiedad disposicional que la persona adquiere y que la capacita para hacer bien cierta actividad (Beuchot, 1999, p. 11) El carácter firme se constituye por la articulación entre las virtudes intelectuales y morales o prácticas. De aquí que, siguiendo a Beuchot (1999) la educación en virtudes busca el desarrollo de esas potencialidades en las personas, busca formarlas, no sólo informarlas, busca que desde sí mismo se desarrollen esos hábitos que cualifican al ser y se van adquiriendo y desarrollando a

lo largo de la vida. Esta educación se realiza en el diálogo y el acompañamiento entre maestro y alumno, en tanto ambos buscan actualizar dichas potencialidades con base en la interacción, especialmente comunicativa.

- Educación en valores y actitudes. Partimos del principio que el concepto de valores tiene un alcance más amplio que el de virtudes (Orozco, 2011). La educación de las virtudes está totalmente vinculada a la educación en valores; ya que los valores nos orientan en las decisiones que tomamos referentes al bien implícito y las virtudes son la realización concreta y personal de los valores en una sociedad. De esta forma, la educación moral como formación de virtudes se puede entender como “introyección, asimilación e incorporación dinámica y activa de los valores en lo más íntimo del individuo” (Beuchot, 1999). Una educación en valores y actitudes se puede estructurar como transversal, lo que implica que la institución educativa asuma la responsabilidad de la formación por distintas vías de esos valores que son importantes en la vida del alumno. También se pueden trabajar didácticamente, desde la propia planeación, en tanto que los valores, las actitudes y los comportamientos se identifican a partir de los métodos o estrategias de aprendizaje que los provocan y que se intencionan para vivirlos y ser consciente de ellos en el diálogo didáctico (Fragoso, 2017). Existe una vasta bibliografía sobre educación en valores que nos da reflexiones teóricas y propuestas metodológicas para diseñar y desarrollar esta educación.
- Construcción de la personalidad moral. A partir del desarrollo del razonamiento moral la persona puede tomar consciencia de sus actos (Nucci, 2003), puede analizarlos y juzgar si son buenos o malos, pertinentes o no, adecuados o no, correctos o no por supuesto todo ello

elaborado desde el proceso de reflexión, el cual lo llevará a juzgar y decidir. Este proceso de reflexión ética es la finalidad de la educación moral. stán dos grandes autores que han trabajado por darnos una sistematización de cómo se construye el desarrollo moral en las personas, desde su infancia y hasta su adultez. Piaget, siguiendo a Aguado y Medrano (s/f), vincula el desarrollo morral con el desarrollo lógico, ambos como aspectos paralelos de un mismo proceso general de adaptación. Tanto el pensamiento lógico como la conciencia moral tienen sus raíces en la acción, surgen como reflexión consciente de la práctica y transitan de la unilateralidad a la reciprocidad. Moral y Lógica cumplen el papel de controlar y estructurar el equilibrio superior. Para Piaget, agregan los autores, la moral depende del tipo de relación social que el individuo sostiene con los demás, por tanto, existen tantos tipos de moral como de relaciones; a partir de esta hipótesis distingue dos formas de moral: heterónoma basada en la autoridad y la autónoma en la igualdad. La primera viene del exterior y la segunda del interior a la cual se arriba por la primera. De esta manera, la educación moral debe ser activa y debe plantearse desde las experiencias que permitan la acción necesaria para que el propio niño construya las estructuras morales autónomas. La escuela entonces debe presentarle y hacerle experimentar realidades morales para que vaya descubriendo poco a poco, por sí mismo las leyes institucionales de forma que los niños generen las leyes para reglamentar la disciplina escolar, eligiendo el gobierno que ha de ejecutar dichas normas. Por tanto, el valor educativo de la reflexión moral que se propone debe surgir de las preguntas y los problemas que los propios alumnos planteen, afirman Aguado y Medrano (s/f). Kohlberg, superando los planteamientos de Piaget, aborda lo moral desde un enfoque cognitivo-

evolutivo, desde el cual analiza los cambios cognitivos como procesos que llevan a niveles de justicia superior. Plantea tres niveles de razonamiento moral: preconventional (el individuo en relación con otros se orienta en función de las consecuencias inmediatas de sus actos⁹, convencional (es la de un miembro de la sociedad, que se orienta en función de las expectativas de los demás) y autónomo (se orienta a la construcción de principios morales autónomos que lo llevan más allá de la sociedad), que implican una relación diferente entre el yo y las reglas y expectativas morales de la sociedad (Aguado y Medrano, s/f, p. 28). Kolberg propone la evaluación del razonamiento moral orientado desde los valores, a partir de dilemas hipotéticos que contienen valores en conflicto, que llevan al sujeto a evaluar el límite, la estructura superior de razonamiento moral que posee. Lo importante no es la decisión específica que la persona debe adoptar, sino la forma o estructuras a partir de la cual justifica dicha decisión, agregan los autores citados.

Ambas propuestas nos dan ejemplo de cómo llevar a cabo los procesos de conciencia sobre los actos que uno realiza y la manera como impactan en sí mismo y en los demás.

Con respecto a la conciencia en tanto conocimiento del exterior del sujeto y el reconocimiento de los estados, procesos metales:

1. El desarrollo de la investigación empírica; el procesamiento humano de la información; la investigación acción, la investigación participante, el método por descubrimiento, las técnicas Freinet, el método de problemas, método de proyectos, trabajos de campo. Todas estas alternativas buscan el conocimiento de la realidad objetiva a partir de la experiencia de la misma y

de la reflexión de cómo se procede, los datos que se obtienen y el significado de los mismos.

2. Con respecto al reconocimiento de los estados y procesos que se ponen en juego en tanto el sujeto conoce, tenemos dos planteamientos importantes: uno es la metacognición, la cual plantea el darse cuenta de los propios procesos cognitivos, cómo se desarrollan y aplican y de esta forma poder autorregularlos. y otros son los aprendizajes significativos, los cuáles buscan que el sujeto tome consciencia de qué, cómo y para qué aprende. Como ejemplos tenemos a Ausubel, con la modificación de las estructuras psicológicas a partir de la relación entre la entrada de una información nueva y su vinculación con informaciones que ya poseíamos con el fin de generar una nueva información. Lo importante en esta propuesta es darse cuenta de cómo se modifican las estructuras y esquemas de pensamiento.

También está el aprendizaje significativo de Carl Rogers, que plantea que el estudiante relacione lo que aprende en la escuela con su vida diaria, de forma que encuentre significado a esos aprendizajes.

Como tercer ejemplo, está el aprendizaje significativo para Vygotski, el cual promueve que el alumno se de cuenta de cómo procedió para llevar a cabo sus procesos de pensamiento.

Cómo podemos darnos cuenta, todas estas propuestas metodológicas buscan no sólo que el estudiante las lleve a cabo, sino que tome consciencia de sus procesos cognitivos y afectivos cuando aprende.

Como sugerencias didácticas propondría para ambos tipos de consciencia trabajar sobre las siguientes estrategias:

1. Conciencia de lo personal. Reflexión sobre sí mismo en su relación consigo mismo, con los demás y con las realidades externas. Esta sugerencia didáctica

parte de la meditación, entendida como el auto-despertar del ser humano (Chinmoy, 1996), es salir del estado de sueño al de vigilia, es el inicio del darse cuenta de... Para ello, este proceso plantea los siguientes estados:

- a. Atención. El proceso de la conciencia implica con poner el dedo sobre aquello que necesito, requiero, siento que es importante meditar. Es poner todos los sentidos, los sentimientos y la razón en alerta para poder reconocer aquella situación, acto o relación que quiero reflexionar.
- b. Silencio. La meditación deja fluir, deja correr, no prejuzga, no analiza, sino propicia un ambiente donde el pensamiento y el afecto se encuentran en la situación, buscando conocerla en sus componentes.
- c. Concentración. En tanto proceso de mirar lo que se quiere meditar y poderlo reconocer en sus diferentes dimensiones, niveles y aspectos, de manera que lo escudriñe y lo conozca a profundidad.
- d. Reflexión. Es el proceso a través del cual elaboro preguntas que me cuestionan, que interrogan sobre mis acciones, mis intenciones, mis sentimientos y afectos y los posibles efectos que ellas tuvieron en mí o en otros. Estos cuestionamientos me llevarán a tratar de encontrar respuestas que generarán más preguntas y que me llevarán a un proceso de discernimiento sobre mis actos, para entenderlos y comprenderlos y así tomar decisiones que me lleven a ratificar mis comportamientos o a buscar modificarlos y hasta, quizá, reparar el daño causado.
- e. Acción. Esta es la fase en la que me planteo acciones a realizar para llegar al cambio propuesto desde las fases anteriores. Es lo que voy a realizar para lograr dicho cambio o transformación; es decidir las acciones que voy a llevar a cabo para pedir perdón y remediar el daño causado a otros por mis comportamientos. Es una nueva relación llevada a cabo a partir del diálogo.

2. Utilizar el método de concientización, tomando como referencia a Paulo Freire (1974). Se define la concientización como un “proceso de liberación por medio del cual la persona llega a convencerse de su dignidad como persona, de su capacidad de forjar su destino y de crear una nueva sociedad más justa, con libertad y amor” (Smutko, 1978). El proceso de concientización lo podemos llevar a cabo a través de los siguientes pasos:
 - a. Aproximación a la realidad. Partimos de la capacidad del ser humano de tomar distancia frente al mundo, frente a los objetos; tomar distancia para admirar, para obrar conscientemente sobre la realidad objetivada (Freire, 1974, p. 29). Es la aprehensión de esa realidad a ser objetivada y después concientizada. Es la vivencia de esa realidad en la cual “el sujeto está y busca”, de manera que tenga un primer momento de consciencia de esa realidad. Es una primera toma de consciencia, que es tanto cognitiva como afectiva. El sujeto la siente, la percibe y la aprehende.
 - b. Toma de consciencia. Este segundo paso lleva a advertir esa realidad, ese objeto, a tomar consciencia de ello, pero a través de la reflexión. Es este tomarse unos minutos de la vida para reflexionar sobre sí mismo, sobre los otros, sobre el mundo, la naturaleza, sobre Dios, etcétera. Es una mirada crítica sobre aquello que se reflexiona. Es poner en cuestionamiento a uno mismo, al otro, a lo otro. Es la posibilidad de ponerlo en crisis, de forma que se desvele ante la propia consciencia. Es la experiencia de la realidad vivida y ahora llevada a la consciencia para analizarla, comprenderla y juzgarla desde las miradas desde la que se la esté mirando.
 - c. Acción y compromiso. La concientización debe comprometer a la persona a actuar de forma decidida y perseverante frente a lo que lo detiene, obstaculiza, oprime, esclaviza en su vida; tomar acciones para su propia

liberación. A actuar para reestablecer su dignidad como persona y la dignidad de los otros con los que comparte esa realidad. Tomar acciones para ser sujeto de la construcción de su propia historia y la de los demás. Esto se logra a partir de la construcción de proyectos, de planes que lleven a la realización de acciones concretas que miren a la transformación. Todo esto implica asumir compromisos personales y sociales que tengan como mirada la transformación personal, grupal, familiar, social (Smutko,1978).

- d. Evaluación de las acciones en función del cambio o transformación buscada. No basta con reflexionar y actuar, además, es necesario que se evalúen las acciones, las finalidades, los medios y los efectos de dichas acciones. Reconocer, reflexionando, si siguen el camino trasado o se han reorientado, si están obteniendo los cambios deseados o están estancadas. En fin, es un tomar conciencia del proceso de la praxis. Este proceso también me lleva a formar conciencia crítica de mis reflexiones, de mis acciones y de mis procesos de cambio.
3. Consciencia a través de un proceso de discernimiento para la solución de problemas.

Partimos que el discernimiento es un proceso de consciencia que se desarrolla a partir de la reflexión, cuya finalidad es buscar lo esencial de una situación o problema determinado. Este proceso incluye dos vertientes (Cappellaro y Ginori, 1979): la primera, considera la situación como viene dada y, a través, de distinguir los diversos aspectos de la misma y de confrontarlos entre sí, trata de objetivar lo más posible dicha situación, identificando el núcleo del problema y las posibilidades que esa misma realidad ofrece. La segunda, mira hacia el futuro, hacia lo diverso del presente y que se nos muestra como posibilidad de actuación. El discernimiento se ejerce sobre la situación

presente y sobre las posibilidades que encierra y que culmina en la acción libre.

Los pasos que sigue el proceso de discernimiento son:

- a. Identificar el problema. Obtener datos de la problemática que nos lleve a ubicar el problema diferenciando sus causas y síntomas. Generar un diálogo con el problema para reconocerlo, a través de preguntas que lleven a situar el problema y circunscribir sus dimensiones. Formulación del problema a atender.
- b. Valoración y elección de alternativas. Una vez reconocido el problema y sus dimensiones, ubicadas sus síntomas y causas primeras, ahora se inicia el proceso de plantear alternativas de solución del problema, considerando la situación problemática en la que se desarrolla, todo ello a partir de un proceso de reflexión sobre dichas posibilidades de elección, buscando los pros y contras de cada una, de manera que nos lleven a sopesarlas y poder llevar a cabo el siguiente paso.
- c. Elección y decisión. Ya reflexionadas las alternativas, ahora el sujeto procede a elegir la que mejor sea pertinente al objetivo que se tiene. Este proceso es la decisión; es optar por una de ellas de forma comprometida y responsable. Esta elección se realiza con base en el proceso de discernimiento que se ha llevado a cabo.
- d. Ejecución. Finalmente, una vez teniendo la decisión, ahora hay que reflexionar sobre cómo se llevará a cabo la aplicación de esta decisión. Es momento de planear su realización siguiendo el objetivo formulado, buscando prever, aplicar, evaluar, reorientar el proceso, si es el caso; y ser prospecta; este último paso desarrolla en el sujeto el pensamiento ejecutivo.

Conclusiones:

1. El desarrollo histórico de la noción de conciencia nos da cuenta de los dos tipos de conciencia: una de reconocimiento del ser y otra, del conocimiento de las realidades externas y de los procesos mentales y afectivos que se ponen en juego ante ese tipo de conocimiento.
2. El desarrollo de las conciencias es importante en la vida del sujeto y por ello, la educación y en concreto la escuela, debe generar metodologías y estrategias cada vez más acordes al tipo de ser humano con el que trabaja.
3. Este proceso de advertir, de darse cuenta de si mismo o de algo tiene necesario como método la reflexión.
4. Pedagógicamente hay muchas alternativas que ya se han aplicado y probado, posiblemente sin tener como objetivo algún tipo de conciencia, sin embargo, si la mirada de ellas la realizamos buscando generar conciencia donde sea pertinente, estamos promoviendo un estudiante que sea capaz de darse cuenta de la conciencia y la consciencia que lleva a cabo.
5. Desde la didáctica, es esencial que el docente se forme en el desarrollo de la consciencia y la incluya de forma sustancial en su planeación y desarrollo curricular, asimismo, que esté intencionando y acompañando al estudiante en dichos procesos del advertir, del darse cuenta.
7. La mejor forma de desarrollar la conciencia es a través del diálogo consigo mismo, a través del cual se promoverán procesos de comunicación intrapersonal que colaboren en este camino del autoconocimiento o de reflexión sobre los otros y sus condiciones de vida, sus problemáticas.
8. La reflexión es otro método que implica la participación de la memoria en tanto retención como de recuerdo, la cual va construyendo las escenas de la vida en el ambiente en que se produjeron y el del momento de la recordación. La reflexión es meterse en uno mismo para poder descubrir a ese ser humano,

persona que queremos conocer hasta lo más hondo de si mismo, de su corazón, sus deseos, sus angustias, etcétera. El proceso de reflexión implica una serie de pasos para caminar por la interioridad del sujeto.

Referencias

- Abbagnano, Nicola (2012). Diccionario de Filosofía. México: FCE.
- Academia Lab. (2025). Conciencia (filosofía). *Enciclopedia*. Revisado el 17 de abril del 2025. <https://academia-lab.com/enciclopedia/conciencia-filosofia/>
- Aguilar, Marcela y Rolleri, Dolores (2010). Inteligencia emocional. Conócela y aplícala. México: Editores Mexicanos Unidos.
- Aleman, Carlos y García, Víctor (1996). El cuerpo vivenciado y analizado. Bilbao: Desclée de Brouwer (Colección Crecimiento Personal).
- Aliseda Llera, Atocha, (2011). La investigación de la conciencia. Revista Ciencia. octubre -diciembre. México: UNAM. [chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.revistaciencia.auc.edu.mx/images/revista/62_4/PDF/LaConciencia.pdf](https://www.revistaciencia.auc.edu.mx/images/revista/62_4/PDF/LaConciencia.pdf)
- Bennett, Maxwell, Dennet, Daniel, Hacker, Peter y Searle, John. (2008). La naturaleza de la conciencia. Cerebro, mente y lenguajes. España: Paidós Transiciones.
- Beuchot, Mauricio y Arriarán, Samuel (1999). Virtudes, valores y educación Moral. Contra el paradigma neoliberal. México: Universidad Pedagógica Nacional.
- Bisquerra Alzina, Rafael (2001). Educación emocional y bienestar. Bilbao: Monografías de Escuela Española
- Bisquerra Alzina, Rafael (2009). Psicopedagogía de las emociones. España: editorial Síntesis.
- Bisquerra Alzina, Rafael (2011). Educación emocional. Propuestas para educadores y familias. España: Editorial Desclée de Brouwer.
- Brockert, Siegfried y Braun, Gabriele (1997). Los tests de la inteligencia emocional. Técnicas y ejercicios para comprobar y desarrollar su coeficiente emocional. México: Océano.

- Campbell, Linda, Campbell, Bruce y Dickinson, Lee (2006). *Inteligencias múltiples. Usos prácticos para la enseñanza y el aprendizaje*. Argentina: Editorial Troquel.
- Cappellaro, Juan B. y Ginori, Oretta (1979). *El discernimiento*. México: Ediciones Paulinas.
- Cappellaro, Juan B. y Ginori, Oretta (1979). *El discernimiento*. México: Publicaciones Paulinas.
- Chinmoy, Sri (1996). *Manual de meditación. Al arte supremo de ser uno mismo*. España: Ediciones Obelisco.
- Crego Díaz, A. (s/f) *Los orígenes sociales de la conciencia: Un marco teórico para la salud mental*. Debates.
- Damásio, Antonio (2022). *Sentir lo que sucede. Cuerpo y emoción en la fábrica de la consciencia*. Epulibre, Diegogan.
- De la Caba, M. Ángeles (s/f). *Educación Afectiva*. Madrid: Universidad del País Vasco.
- Dennett, D. (1995). *La conciencia explicada. Una teoría interdisciplinar*. Barcelona: Paidós.
- Denton, Derek (2009). *El despertar de la consciencia. La neurociencia de las emociones primarias*. España: Paidós Transiciones.
- Díaz, José Luis (2008). *La conciencia viviente.*, México: FCE.
- Díaz-Aguado, María José y Medrano, Concepción (s/f). *Educación y Razonamiento Moral. Una aproximación constructivista para trabajar los contenidos transversales*. Bilbao: Ediciones Mensajero.
- Durán Amavizca, Norma Delia (2013). *El cuerpo, un espacio pedagógico*. México: Editorial Los Reyes.
- Durán Amavizca, Norma Delia (coord.). (2015). *Pedagogía de lo corporal: el aprendizaje de las emociones en los niños*. México: UNAM-IISUE.
- Durán Amavizca, Norma Delia, Jiménez Silva, María del Pilar (Coords). (2009). *Cuerpo, sujeto e identidad*. México: UNAM-IISUE.
- Durán Rivera, L.A. (2018). *Introducción al problema de la conciencia desde la filosofía de la mente*. La Colmena, núm. 99, pp. 55-69. Universidad Autónoma del Estado de México.
- Fernández-Berrocal, Pablo (2021). *Inteligencia emocional. Aprender a gestionar las emociones*. Eslovenia: EMSE EDAPP.

- Flecha, José Román (2015). La conciencia. Madrid: CCS.
- Freire, Paulo (1974). Concientización. Colombia. Asociación de Publicaciones Educativas.
- García Castro, J.A. (2019). Nuevas teorías sobre la conciencia. Centro Universitario Villanueva (Universidad complutense de Madrid, España, en Investigaciones cerebrales, Universidad Veracruzana.
<https://www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2019/24/Garc%C3%ADa/HTML.html>
- Gardner, Howard (2004). Estructuras de la mente. La teoría de las inteligencias múltiples. México: FCE.
- Gardner, Howard (2005). Inteligencias múltiples en la práctica. España: Paidós.
- Goleman, Daniel (2000). La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual. México: Ediciones Vergara.
- Goleman, Daniel (2006). Inteligencia Social. Nueva ciencia para mejorar las relaciones humanas. México: Planeta.
- Gómez Jacinto, Luis (2022). La mente social. Una mirada desde la Psicología. Eslovenia: EMSE EDAPP.
- González Flores, Eduardo (2010). Conciencia: ciencia y metafísica. Una visión inevitablemente filosófica. *Ciencias* 99, julio-septiembre, 64-73. [En línea]
- González Vera, Rubén, Mendoza Mendoza, Herminia, Arzate Robledo, Roberto y Cabrera Feroso, Norma Leticia (2006). Conciencia. México: UNAM- FES IZTACALA.
- González Vera, Rubén, Mendoza Mendoza, Herminia, Arzate Robledo, Roberto y Cabrera Feroso, Norma Leticia (2006). Autoconciencia. México: UNAM- FES IZTACALA.
- Kramsky Steinpreis, C. (1989). Antropología Filosófica Tomista. Apuntes de filosofía 1. México: Ediciones Académicas Clavería.
- Lewis, Ralph (2021) Atención ¿Es una ilusión la consciencia? El cerebro tiene un modelo abstracto y simplificado de sus procesos de atención. Psychology Today en español. <https://www.psychologytoday.com/mx/blog/es-una-ilusion-la-consciencia>
- Lewis, Ralph (2023) Una revisión a las teorías principales sobre la conciencia. Organizando y comparando las mejores teorías candidatas en el campo. Psychology Today en español.

<https://www.psychologytoday.com/mx/blog/una-revision-a-las-teorias-principales-sobre-la-conciencia>

- Llano Cifuentes, Carlos (2000). Formación de la inteligencia, la voluntad y el carácter. México: Trillas.
- Machado Pérez, Yumari (2022). Origen y Evolución de la educación emocional. Alternancia – Revista de educación e investigación, vol. 4, no. 6, enero-junio, págs.. 35-47.
- Martínez-Otero Pérez, Valentín (2011). La inteligencia afectiva. Teoría, práctica y programa. Madrid: CCS.
- Mayor, J., Suengas, A. y González-Márquez J. (1993). Estrategias metacognitivas. Aprender a aprender y aprender a pensar. Madrid: Síntesis Psicología.
- Milicic, Neva, Alcalay, Lidia, Berger, Christian y Torreti, Alejandra (2015). Aprendizaje Socioemocional. Programa Bienestar y Aprendizaje Socioemocional como estrategia de desarrollo Enel contexto escolar. México: Paidós.
- Nucci, Larry P. (2003). La dimensión moral en la Educación. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Orozco, Luis Alfonso (2011). Formación de las virtudes humanas y sociales. México: Ediciones Paulinas.
- Ortíz Quezada, Federico (2011). Consciencia. Del origen del universo a la aparición del hombre. México: Taurus.
- Padró Torres, Sandra (2002). Diplomado: Aplicaciones de las inteligencias múltiples y emocional en el aula. México: Instituto Kipling.
- Piaget, J. (1985). La toma de conciencia. Madrid: Morata.
- Quintanilla Madero, Beatríz (2003). Personalidad Madura.. Temperamento y carácter. México: Publicaciones Cruz.
- Quintanilla Madero, Beatríz (s/f). La educación de la afectividad. Revista Panamericana de Pedagogía.
- Repetto, Elvira (2009). Formación en competencias socioemocionales. Libro del Formador. Madrid: Editorial la Muralla.
- Rico Bovio, Arturo (1990). Las fronteras del cuerpo. Crítica de la corporeidad. México: Joaquín Mortiz.

- Riviere, A. (1990). "El concepto de conciencia en Vygotski y el origen de la Escuela Histórico-Cultural, en Siguan, M. (Ed). Actualidad de lev S. Vygotski. Madrid: Anthropos.
- Roqueñi Rello, José Manuel (2012). La educación de la afectividad en México. México: Porrúa.
- Simón, Vicente M. La conciencia humana: integración y complejidad *Psicothema*, vol. 12, núm. 1, 2000, pp. 15-24 Universidad de Oviedo Oviedo, España. chrome-extension://efaidnbnmnnibpcajpcglclefindmkaj/<https://www.redalyc.org/pdf/727/72712102.pdf>
- Skinner, B.F. (1979). El análisis de la conducta. Una visión retrospectiva. México: Limusa.
- Smutko, Gregorio y equipo (1978). La concientización. Dinámicas y aplicaciones. Colombia: Ediciones Paulinas.
- Sorrentino, Fabián. (2024) 37 Modelos sobre la conciencia humana. tomado de <https://sonria.com/modelos-conciencia/>
- Tulku, Tatthang (2002). El cultivo de la conciencia en el trabajo. España: Ediciones La Llave.
- Valderas, José María (2017). La conciencia. La más enigmática de las funciones cerebrales. México: National Geographic.
- Valentín Elorza. (2022, junio 10). Las Teorías Dualistas de la Consciencia. Portal Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/psicologia/teorias-dualistas-de-consciencia>
- Vygotski, L.S (2003). Pensamiento y lenguaje. México: Quinto Sol.
- Vygotski, L.S. (1996). Obras Escogidas, Vol. II. Madrid. Visor.
- Vygotski, L.S. (1979). El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Barcelona: Crítica.
- Vygotski, L.S. (1996). Obras Escogidas. Vol. IV. Madrid: Visor.