

## PSICOHIGIENE DEL ESTUDIO EN LA ESCUELA DE ENSEÑANZA PRIMARIA

La vida en la sociedad actual, difícil y llena de adversidades, no admite al ignorante. El que no sabe, el que no recibió en su día la debida instrucción primaria, no sólo se ve imposibilitado para alcanzar un puesto de alguna responsabilidad en el conjunto humano, sino que a duras penas es capaz de cubrir con su esfuerzo las necesidades más acuciantes. La humanidad rechaza al ignorante, que queda postergado en el arroyo de la vida, inválido y aturdido al darse cuenta muchas veces de que fueron otros, y no él, los causantes del pecado. Si nuestro hombre es de buena conciencia moral, es muy posible que resuelva su problema manejando el arado o estudiando paredes, y aún quizá, puede ser que en algún momento de su vida vuelva a la busca del tiempo perdido y procure aprender lo que no aprendió; pero si su conciencia moral es mala, entonces es posible también que emprenda el triste camino de la delincuencia hasta que cualquier día vaya a caer en la cárcel, donde, a fin de cuentas, poco importa saber o no saber.

Hoy ya nadie puede discutir la necesidad de la enseñanza primaria para todo el mundo. Esta enseñanza, tan ineludible como asequible, de un modo o de otro, para todos, es la misión fundamental que la familia, la Iglesia y el Estado encomiendan a la escuela. El niño va a ella para adquirir los conocimientos, doctrinas, reglas y principios que han de fundamentar su formación intelectual. En la escuela el niño ordena y perfecciona los conocimientos que ya se esbozaron en los primeros balbuceos de su pensamiento, que la madre, antes que nadie, ya presenció. Amplía sus percepciones de las cosas y aprende a buscarles un significado y a relacionarlas entre sí; la escuela pone orden en el campo del conocimiento y lo ensancha en virtud de la innata capacidad de aprender que el niño lleva consigo. Se ha dicho muchas veces que la escuela es la prolongación de la familia en su vida.

Pero además de la inteligencia, asistimos también en el niño al desarrollo de otras cualidades del alma que también la escuela toma a su cargo como continuación de la función familiar. El niño con la edad se hace también un ser social. Sus primeros pasos en sociedad, es decir, su vida en compañía de otros seres sociales comenzó ya en el hogar, donde la madre especialmente se encargó de acuñar en su espíritu las primeras lecciones de convivencia. De la importancia de estas experiencias primeras en el desarrollo espiritual del niño los psicólogos nos han hablado muchísimo, y los médicos también. No es esta la ocasión de entrar en estas cuestiones; bástenos

apuntar dos consecuencias prácticas inmediatas que nos interesan: en primer lugar, no es conveniente que el niño entre en la escuela demasiado temprano, antes de haber tenido lugar esta primera maduración de su desarrollo social en la familia, y en segundo lugar, habiendo ingresado ya en el centro de enseñanza, en los primeros años, es perjudicial para su formación psicológica que se le tenga internado a pensión completa o casi del todo desconectado de la vida familiar.

Con lo dicho no se ha planteado todavía completamente el problema del escolar. Nos queda por decir lo principal, aquello sin lo cual es punto menos que imposible todo lo demás. Crece el niño y con ello se desarrolla su cuerpo; en estos primeros años, en que ocurren en la vida del niño casi tantas cosas como podrían ocurrir en un siglo de vida de un adulto, el cuerpo crece de día en día y la naturaleza biológica cambia casi diríamos de manera vertiginosa. Y esta naturaleza que retoña necesita para crecer mucho aire y mucho sol, necesita movimiento y actividad muscular. No creo descubrir una oculta verdad con decir que esta naturaleza primeriza necesita del juego al aire libre como del pan con que se nutre. También pues la escuela debe atender a la formación física del niño.

Ya hemos visto con esto cuáles son las directrices que toma la formación en el seno familiar y que la escuela debe hacer suyas para orientarla posteriormente. Con el niño la escuela toma a su cargo a un ser intelectual en desarrollo, pero también a un ser social y, a la vez, a un ser físico viviente. Es contraproducente el cultivo de la inteligencia en un ser en disonancia con sus semejantes, si no se trata además de armonizarle con el ambiente. por otra parte, un cerebro metido en un cuerpo endeble, fatigado o enfermizo, bien poco rendimiento intelectual puede dar y la asimilación de la instrucción será difícil y trabajosa. De nada o de muy poco sirve el forzar al estudio a una naturaleza cansada y que no sabe de luz y de movimiento.

Y con ello entramos ya en nuestro tema. Pues de lo dicho se deduce que la higiene del proceso formativo del estudio se funda en la consideración de la sotras dos direcciones del desarrollo: la física y la social.

El estudio no será higiénico en el niño si no quedan salvaguardados los otros dos aspectos formativos, es decir, si no se cuida del desarrollo y entereza del cuerpo o si no se vela por la buena armonía en los sentimientos infantiles, los cuales se han de educar de manera que eviten los conflictos anímicos con el mundo de los semejantes, conflictos que a corto o largo plazo pueden convertir al niño en un neurótico, en un enfermo.

Estudio es el acto de concentrar toda la actividad personal en la adquisición de nuevos conocimientos y su integración en el ámbito de la cultura individual.

El hombre estudia porque no tiene otro procedimiento más sencillo para llegar a saber. Es dura ley de su naturaleza que todo aprendizaje haya de ser activo, requerir esfuerzo y perseverancia, especialmente si se trata

de aprender relaciones y conexiones de sentido a través de un material mixto, sensorial y simbólico. Es sin duda la más difícil de las labores a que podemos someter nuestra persona.

En el niño, el estudio se ajusta a ciertas peculiaridades que conviene tener muy en cuenta.

El aprendizaje intelectual requiere, por encima de todo, atención, la cualidad psíquica por la cual toda la actividad del individuo se concreta en el acto de aprender. Ahora bien, no hay atención sin interés en lo que se estudia. En el adulto puede existir el interés por el saber en sí mismo: es el de los sabios. Más frecuente es el interés por la utilidad material mediata o inmediata que este saber puede reportar. Pero en el niño ni el uno ni el otro son frecuentes, por decir que son rarísimos.

¿Cómo podremos conseguir, pues, que el niño ponga interés, es decir, atención en el estudio? Aquí radica el motivo de que se haya introducido en la escuela dos métodos de trabajo que para ganarse el interés y la atención del niño explotan dos cualidades humanas innatas y que en estas edades tienen su mayor energía: el juego y el espíritu de competición o de lucha. Con ello el chico, mientras aprende, se entretiene o compite con los demás. De ambos procedimientos, con sus ventajas y sus peligros, diremos luego algo más. De momento hemos logrado nuestro propósito, que el niño preste atención haciéndole agradable el trabajo.

Pero a pesar de todos los ardides y estímulos inventados por los pedagogos de todas las épocas, la atención, en el niño, es una función muy flaca. Está demostrado, por pruebas de psicología infantil, que la atención del niño no puede mantenerse más allá de veinte minutos o media hora de trabajo en un mismo ejercicio. La atención es poco duradera y se fatiga pronto; consecuencia: no se debe permitir que un ejercicio, de cualquier clase que sea, dure más de veinte o treinta minutos, pasados los cuales se le dará al niño una tarea distinta o un intervalo de libre esparcimiento. El propio cambio de actividad por sí solo ya descansa. Si no obramos así, la fatiga envenena el cerebro, el niño aborrece el trabajo y enferma: se vuelve triste, irritable, perezoso y pierde el apetito.

No es conveniente que el maestro o maestra hagan nunca lo que el alumno pueda hacer por sí mismo suprimiéndole así todo lo que le sea trabajoso; es necesario que se acostumbre al trabajo. Pero deben saber avanzar moderadamente en el desarrollo del programa, contra lo que llama Madame Carpentier «el celo irreflexivo y esa vanidad culpable que pretende obtener del niño todo lo que su elástica inteligencia puede producir, con riesgo de agotarlo y de matar el fruto en flor». Es posible conseguir que el niño aprenda ya a dividir recién cumplidos sus siete años, sobre todo si está dotado de un buen nivel intelectual, pero no podemos olvidar los estragos que causa, y que a veces parecen querer ignorarse, el cansancio escolar.

Una gran parte de los niños sin apetito, pálidos y flacos, algunos de ellos encorvados a tempranas edades, son víctimas del cansancio escolar, al que muchas veces se añade la privación del juego y del sol o, más grave todavía, de horas de sueño; todo ello debido muchas veces a la ineptitud de un maestro que no sabe facilitar en clase la comprensión de las lecciones de un programa, ya de por sí muy cargado, encomendándolo todo a interminables deberes y a un estudio memorístico completamente estéril con que el niño ocupa las horas hogareñas. Con ello, aparte de que los trabajos en casa suelen no hacerse o hacerse mal, el maestro se excede en la función docente porque, si bien la escuela es una continuación de la familia, jamás puede pretenderse lo contrario, que la familia sea una prolongación de la escuela. Y debe evitarse que la madre o los hermanos, como es frecuente, tengan que explicarle al niño la historia o resolverle los problemas de aritmética. Es conveniente que la tarea individual del niño la practique éste por sí solo al final de la jornada, en horas destinadas a ello y en la propia escuela, no recargando sus deberes y permitiendo que tenga tiempo en casa para jugar con sus hermanos y hacer vida de familia.

Además, en la escuela de enseñanza primaria han de ser frecuentes, mejor que demasiado largos, los ratos de recreo. El niño crece y ya hemos dicho antes que necesita mucho aire y movimiento. Se mueve casi constantemente porque así lo requiere su salud y no está quieto más que cuando se halla o comienza a ponerse enfermo. Las maestras se han dado cuenta ya del absurdo que representaba querer mantener inmóviles a sus muchachuelos durante las clases y ahora, en el colegio moderno —llamado colegio activo—, los niños han recobrado su libertad de movimientos sin la que ningún aprendizaje es posible.

Pero a pesar de todo, cuando se la fuerza de algún modo, la naturaleza, que es muy sabia, protesta a su manera contra la fatiga y contra la inmovilidad que se le impone. El niño se agita, habla, ríe y se distrae con cualquier cosa. De este modo hace una higiene inconsciente que le preserva de la «indigestión cerebral», al mismo tiempo que le libra del cansancio.

Debe, por lo tanto, atenderse a una buena ordenación de las tareas, haciendo que éstas sean lo más variadas, activas y agradables que se pueda, sin llegar a suprimir el esfuerzo por transformarlo todo en un juego demasiado fácil. Intercalaremos frecuentes y breves ratos de esparcimiento y procuraremos que, a ser posible, toda la labor intelectual del niño, en lo que a instrucción primaria se refiere, se verifique en la misma escuela.

Y digamos dos palabras del estudio de memoria, de esos sistemas que alguien ha llamado «papagayescos». El aprender las cosas de carretilla tiene en los niños una ventaja, y es que adiestra y ejercita su memoria, una función que, como se sabe, cuanto más se hace servir, más se desarrolla. Además, las reglas primarias de ortografía, ciertas lecciones de historia y geo-

grafía, o incluso de ciencias naturales, para citar algunos ejemplos no hay más remedio que aprenderlas de memoria.

Pero para que el estudio sea sano y lógico jamás puede sacrificarse la comprensión de las lecciones para someter a los niños a un campeonato de retentiva de nombres y números que a veces va en perjuicio de sus inteligencias, esto es, de su capacidad de distinguir entre lo importante y lo secundario de las cosas y las relaciones que estas cosas puedan tener entre sí. De poco sirve fatigar a los niños con largas retahílas de nombres técnicos, corriéndose el peligro, además, de llenar sus horas de trabajo, e incluso las de asueto, con ejercicios semejantes que pueden gravar su sistema nervioso, porque no todos los niños aprenden la lista de los reyes godos, por ejemplo, con la misma rapidez.

El estudio de memoria prolongado es una de las causas más poderosas del «surménage» y de cansancio escolar. En él está el niño falto muchas veces de uno de los motivos que de manera imperceptible y decisiva son capaces de hacer agradable el trabajo intelectual: la comprensión progresiva de lo que se estudia. Si falta este acicate la fatiga se apodera más fácilmente del alumno, porque su labor será más difícil y larga.

Seremos prudentes, pues, al ordenar el trabajo de memoria y procuraremos que el mismo vaya precedido siempre de la comprensión de significados. En ciencias naturales, por ejemplo, el estudio somero de la etimología de algunas palabras es siempre provechoso y acostumbra al niño a familiarizarse con los conceptos que encierran muchos términos científicos, que a él le parecen casi siempre rarísimos y vacíos de sentido. Unos rudimentos de etimología científica, explicados por la maestra, no requieren ningún conocimiento de latín o de griego por parte de los alumnos.

Abogamos por una enseñanza lógica y razonada que instruya bien al niño salvaguardando siempre su preciosa salud.

Pero es que, además, nuestro pequeño estudiante, ya lo hemos dicho antes, es un individuo social en formación. Consideremos, aunque sea sin profundizar demasiado, algunas cuestiones que se refieren al desenvolvimiento del niño en relación con los demás seres que le rodean y lo que la higiene del estudio tenga que ver con esta relación.

El niño comienza ya en la familia a tomar las actitudes ante el prójimo que luego han de colorear su forma de vivir. De cómo se articula su vida con la de los demás en estas primeras etapas dependen muchas de sus características psicológicas futuras. Por esto hemos dicho antes que el contacto con la familia, en las primeras edades, es de precioso valor para el alma infantil, y la escuela no debe de ningún modo estorbar o impedir este contacto. Por otra parte, a través del estudio y de las actividades escolares, el niño se relaciona con el educador y con los otros niños de su edad, y estas relaciones, por las cuales continúa el ser social su formación, ha de procurarse que sean provechosas y saludables.

Los niños que van a la escuela no son iguales bajo ningún aspecto, aunque la instrucción primaria ha de alcanzar a todos. Hay chicos buenos y chicos malos, los hay trabajadores y los hay gandules, los hay rápidos en el aprendizaje y los hay lentos, unos son inteligentes y los otros lo son menos, e incluso los hay algunos que han nacido con una capacidad intelectual muy pobre. Finalmente, hay niños felices y hay otros que son desgraciados, criaturas a las que muy pronto un hogar adverso las ha hecho infelices y les ha quitado la alegría de vivir.

Con todo ello queremos decir que la persona educadora que los instruye a todos ha de tener muy en cuenta que cada niño es un problema distinto en cada uno. El maestro o maestra deben conocerlos a todos en su manera de ser, en sus problemas y en sus posibilidades, para poder comprenderlos y aplicar en cada uno las normas adecuadas.

El niño difícil y el débil mental, por común acuerdo entre padres y educadores, ha de ponerse cuanto antes en manos del psiquiatra especializado en problemas infantiles.

El que simplemente es algo retrasado con respecto a los demás será puesto en el ambiente adecuado y su aprendizaje se ajustará siempre a sus posibilidades. Con arreglo a estas normas se comprende que es de todo punto disparatado el mantener a este niño en compañía de otros que, aun siendo de su misma edad, posean un desarrollo intelectual superior. Debe tenerse en un grado inferior y ayudarle a ponerse a la altura de su edad. Por lo mismo, y esto es cosa que casi siempre se olvida, los mayores de la clase son muchas veces los que mayor solicitud necesitan por parte del profesor.

Todo lo que no sea obrar como decimos será crear en el niño un sentimiento de inferioridad que poco a poco hará de él un desgraciado.

Esto nos lleva de la mano a considerar un punto de la mayor importancia. Apenas han llegado los niños a la escuela, de modo casi imperceptible, se comienza a establecer entre ellos, por decirlo así, una escala de jerarquías que se va formando poco a poco con arreglo a varias formas de dominio: la fuerza física, la habilidad en el juego y también, claro está, el rendimiento en el estudio. Cada niño, de modo inconsciente para todos, toma en esta «escala de mandos» el lugar que le corresponde, dominando en cierto modo a los inferiores y siendo dominado a su vez por los superiores. Es una profunda ley de la naturaleza de todos los seres vivientes; los granjeros saben muy bien que algo muy parecido ocurre en sus gallineros.

Ahora bien, este orden de jerarquías no es rígido e invariable, sino que cambia casi constantemente. Los niños procuran ascender puestos en la escala valiéndose del afán de dominio: esto es lo que antes queríamos decir al hablar de espíritu de competición o de lucha. Para sus fines se valdrán de su fuerza muscular, de su destreza y picardía en los juegos o de su

capacidad intelectual. Y aprovechando esto último, los pedagogos se dieron cuenta de que tenían un magnífico procedimiento en sus manos para estimular el trabajo de los chicos. Es de suponer que hace muchos años que apareció el primer fichero con el orden de clase. Con él se afirma una escala de jerarquías intelectuales que las notas y las medallas, los premios y los castigos, acabarán de definir. Pero todos estos inventos, tan antiguos como magníficos para hacer trabajar a los muchachos, son muchas veces desastrosos para ciertos casos particulares, porque los niños, volvemos a repetir, son todos profundamentos distintos. Por lo tanto, lo que es muy útil en unos casos, puede ser contraproducente en otros. ¿Cuándo será contraproducente? Es muy sencillo de precisarlo en teoría: cuando el esfuerzo del niño no se traduzca en el rendimiento apetecido, cuando debido a una menor rapidez de reacciones o de aprendizaje, a una menor memoria, o a la circunstancia que sea, el niño, descorazonado, vea cómo su trabajo, mayor tal vez que el de aquel otro que está primero en la clase, no da el resultado que él deseó. A mayor abundamiento, un intenso amor propio puede agravar la situación.

Pero el problema es difícil en la práctica y al maestro corresponde el conocer bien cada caso para que, de un modo o de otro, quede recompensado el esfuerzo, y así el niño, facilitada su labor y sintiéndose comprendido, se vea satisfecho y contento de sí mismo.

Es cosa funestísima que el niño pierda su confianza en sí mismo y en su trabajo. La sensación de fracaso puede calar muy hondo en su vida y por esto recalamos la necesidad que hay de que vea la utilidad de su esfuerzo, aun cuando los dones intelectuales que Dios le ha dado no sean demasiado brillantes.

Por otra parte, el maestro o maestra estimularán al que estando dotado de buena capacidad para el estudio y de una cierta facilidad para el mismo, se permite descanso y despreocupación de manera excesiva.

Sé que se podrá decir que el niño listo suele ser estudioso y el que es poco inteligente suele ser más perezoso, y que, por lo tanto, los casos citados son poco frecuentes. Esto es verdad; pero precisamente son estos casos los que necesitan mayores cuidados. Tiene que equilibrarse el esfuerzo de manera que el que trabaja y no rinde no se vea jamás fracasado, y el que rinde sin apenas trabajar no se transforme en un indolente, desconocedor del auténtico esfuerzo. De la escuela han de salir los niños instruidos, pero también avezados al trabajo.

La distribución del trabajo y el ajuste del esfuerzo adecuado a cada alumno han de hacerse de manera muy hábil, tan hábil que se hagan imperceptibles para los propios alumnos. De otro modo se crearía un excesivo sentimiento de suficiencia y superioridad en unos, y de insuficiencia e inferioridad en otros. Los niños han de tener la sensación de que a todos se

les trata por un igual, aunque en realidad no sea así, de manera que no lleguen a percibir favoritismos ni exigencias particulares excesivas.

Son éstas cuestiones muy delicadas que los maestros con mucho tacto y cautela han de resolver. Pero en todos los casos, el sentido común, la intuición y, sobre todo, el amor a los niños, casi siempre cumplirán mejor el cometido que las más complicadas normas psicológicas.

J. FUSTER DE CARULLA

Médico psiquiatra del Instituto Mental  
de la Santa Cruz. Barcelona.