

**Estoicismo: Adaptación y aplicación de talleres del proyecto BOECIO para el  
entrenamiento del pensamiento crítico, reflexivo y del gobierno de las pasiones para  
favorecer las habilidades socioemocionales en estudiantes adolescentes de educación media  
del Colegio San Bartolomé laMerced de Bogotá.**

Zaida Johanna Orjuela Hernández

Asesor

Ingrid Victoria Sarmiento Aponte

Universidad nacional Abierta y a distancia - UNAD

Escuela Ciencias de la Educación - ECEDU

Especialización en educación, cultura y política

2022

## **Dedicatoria**

El presente trabajo está dedicado a mis dos grandes razones de vivir, mis hijos Nicolás y Tomás.

A mi hermano Alexander quién ha sido mi motivador permanente, a Jaime quien ha sabido comprender cada uno de mis esfuerzos y ha estado a mi lado de manera paciente u sin juzgamientos, a mis papás por su comprensión y apoyo en mis otros roles de vida y en general a toda mi familia. A mi gran maestra y amiga Victoria Sarmiento Aponte quien siempre ha creído en mí y ha sido mi impulsadora en cada sueño académico. A mis estudiantes del colegio San Bartolomé la Merced quienes hicieron posible este proyecto.

## FICHA RAE

Información general	
<b>Título</b>	<b>Estoicismo: Adaptación y aplicación de talleres del proyecto BOECIO en el entrenamiento del pensamiento crítico, reflexivo y del gobierno de las pasiones para favorecer las habilidades socioemocionales en estudiantes adolescentes de educación media del Colegio San Bartolomé la Merced de Bogotá.</b>
<b>Modalidad del trabajo de grado</b>	Proyecto aplicado
<b>Núcleo problémico</b>	Educación, inclusión y formación política.
<b>Autor(a)</b>	Zaida Johanna Orjuela Hernández
<b>Institución</b>	Universidad Nacional Abierta y a Distancia
<b>Fecha</b>	Septiembre 15 de 2022
<b>Palabras clave</b>	Estoicismo, proyecto BOECIO, pensamiento crítico, habilidades reflexivas, gobierno de las pasiones, habilidades socioemocionales.
<b>Descripción</b>	El presente trabajo de proyecto aplicado hace parte de la línea de investigación de <i>Filosofía y educación</i> y tiene como propósito la transferencia del conocimiento en lo social y la contribución a la solución de problemas desde el núcleo problémico de educación, inclusión y formación política. Presenta el análisis de impacto de la aplicación de los talleres adaptados desde los recursos del estoicismo en el proyecto BOECIO para contribuir al desarrollo de habilidades

	<p>de pensamiento crítico, habilidades reflexivas y de gobierno de las pasiones con el fin de identificar las habilidades socioemocionales con las que cuentan los estudiantes de educación media del colegio San Bartolomé la Merced.</p>
	<p>La presente propuesta se fundamenta principalmente de los siguientes referentes conceptuales y teóricos:</p> <p>anti, S. (1996). ¿Qué no es la comunidad de indagación? <i>Revista Iberoamericana</i>, 34-39.</p> <p>e Gagin, F. G. (2006). Las pasiones en el estoicismo. <i>Estudios de filosofía</i>, 187-199.</p> <p>Barrientos, J. (2015). <i>Introducción a la filosofía aplicada y la filosofía clínica</i>. ACCI. Barrientos, J. (2020). <i>Filosofía aplicada experiencial</i>. Sevilla: Plaza y Valdés.</p> <p>tos, J. (2021). Filosofía experiencial en prisión. En J. Barrientos, <i>Filosofar entre rejas</i> (págs. 17-41). Madrid: Plaza y Valdés editores.</p> <p>tos, J., &amp; López, M. A. (19 de Abril de 2019). Filosofía aplicada en las cárceles. (V. Rojas, Entrevistador) BOECIO. (2022). <i>BOECIO Filosofía experiencial con personas en riesgo de exclusión social</i>. BOECIO</p> <p>Filosofía experiencial con personas en riesgo de exclusión social:  <a href="https://institucional.us.es/boecio/?fbclid=IwAR0u08ZOTEmiYlXSszJ3Ax9CZQIGkgrXwu9PIiveRf7L9dyqz2LoqfNPd3Q">https://institucional.us.es/boecio/?fbclid=IwAR0u08ZOTEmiYlXSszJ3Ax9CZQIGkgrXwu9PIiveRf7L9dyqz2LoqfNPd3Q</a></p> <p>er, O. (2012). <i>La práctica de la filosofía en la enseñanza primaria</i>. Valencia: EDITILDE S.L.</p> <p>Cázares, L. (2014). <i>Imbricar Filosofía para Niños y jóvenes en los centros</i></p>

<b>Fuentes</b>	<p>escolares. Octaedro.</p> <p>San Bartolomé la Merced. (2021). <i>sanbartolo.edu.co</i>. sanbartolo.edu.co:  <a href="https://sanbartolo.edu.co/propuesta-educativa-Magis">https://sanbartolo.edu.co/propuesta-educativa-Magis</a></p> <p>P. (1998). <i>Qué es la filosofía antigua</i>. México: Fondo de cultura económica.</p> <p>P. (2006). <i>Ejercicios espirituales y filosofía antigua</i>. Madrid: Ediciones Siruela.</p> <p>dez, S., Fernández, C., &amp; L., B. (2014). <i>Metodología de la investigación, 6ta edición, Cap. 4</i>. México: McGraw-Hill.</p> <p>, C., &amp; Szapu, E. (2020). <i>Conflictos, violencias y emociones en el ámbito educativo</i>. México: CLACSO.</p> <p>C. A. (2011). <i>Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica</i>. 2011: Facultad de ciencias sociales y humanas Programa de comunicación social y periodismo.</p> <p>um, M. (2014). Un problema en la historia del liberalismo. En M. Nussbaum, <i>Emociones políticas ¿Por qué el amor es importante para la justicia?</i> (págs. 3-42). España: PAIDÓS.</p>
----------------	---

El presente documento el cual hace parte de la propuesta de proyecto aplicado contiene los siguientes elementos:

Tabla de contenido

Índice de tablas figuras Introducción

Definición del problema Objetivos

Marco teórico y conceptual Antecedentes

Metodología Resultados Discusión Conclusiones Referencias Anexos

**Contenido**

**Metodología**

La presente propuesta de proyecto aplicado como parte de las opciones de trabajo de grado de la UNAD se enmarca en la línea de investigación de *filosofía y educación* avalada por la Escuela de Ciencia de la Educación ECEDU de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD (Olivera et al., 2020) con un enfoque de investigación cualitativa desde el método de Investigación Acción Participación (IAP) desarrollando dentro de las técnicas e instrumentos para la revisión y análisis de la información el grupo focal, la observación simple no regulada y diarios materializados en ejercicios escritos, bitácoras y diarios de campo.

El grupo focal está conformado por estudiantes adolescentes de educación media con edades entre los 15 y los 17 años del colegio San Bartolomé la Merced de la ciudad de Bogotá, Colombia.

Con el presente proyecto se pretende contribuir a la solución de problemáticas en una muestra de población determinada mediante la adaptación y aplicación de proyectos relacionados para la contribución de la transformación del contexto (Olivera et al., 2020).

Como objetivo general se propone el análisis del impacto sobre la aplicación de los talleres adaptados para estudiantes de educación media desde los recursos del proyecto BOECIO de lo cual se evidencia primero, unos avances con relación al reconocimiento y aplicación de los fundamentos de la filosofía estoica en términos del desarrollo del pensamiento crítico de lo cual se refleja un avance significativo en la apropiación y transferencia de los conceptos a sus propias vivencias. Mostraron una actitud crítica frente a algunos conceptos del estoicismo como lo fue la idea de visión cósmica.

Desde el desarrollo de las habilidades reflexivas con relación a los procesos de autoconocimiento y análisis de la narración propia se evidencia unos momentos de fortalecimiento mediados por el diálogo en comunidad dónde podían contrastar con las vivencias de los demás participantes sus propias realidades y aquellas situaciones que se plantearon como parte de sus propias problemáticas. El ejercicio de contrastación muestra los recursos con los que están preparados para afrontar las situaciones cotidianas en escenarios como el colegio, la familia, las relaciones con los otros.

## **Conclusiones**



**Recomendaciones**

Teniendo en cuenta el propósito de la presente investigación con relación a la contribución en el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico, reflexivas y del gobierno de las pasiones para acompañar a estudiantes adolescentes de educación media en los procesos emocionales que atraviesan de acuerdo a la etapa vital y las realidades sociales y la importancia que cobra en el ámbito educativo la contribución a la solución de problemas y la construcción y transferencia del conocimiento en lo social, se recomienda para los diferentes escenarios educativos promover propuestas que contribuyan a los procesos de acompañamiento de seres humanos en formación desde los procesos de autoconocimiento y la reflexión para este caso, desde el marco de las prácticas contemporáneas las cuales nacen de los fundamentos filosóficos de la antigüedad como es el caso de la filosofía estoica para ofrecer a los individuos herramientas que les permita la revisión y el florecimiento de la propia existencia.

## Resumen

A partir de la revisión de los informes escritos de los profesores de la *habilidad de discernir y trascender*<sup>1</sup> se identifica en los estudiantes de educación media de los grados décimo y once unas necesidades con relación al reconocimiento y manejo de las emociones en tiempos de confinamiento social provocados por el COVID -19 lo que ha implicado una serie de restricciones que afectan la vida social y emocional. A partir de las evidencias tanto de los informes escritos como del diálogo con los estudiantes nace el presente proyecto con el propósito de brindar una serie de herramientas para el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales desde el desarrollo del pensamiento crítico y reflexivo con los recursos de la filosofía estoica en el marco del proyecto BOECIO, este último como parte de la filosofía aplicada y las prácticas filosóficas contemporáneas que promueve el desarrollo de habilidades filosóficas y el gobierno de las pasiones con personas en riesgo de exclusión social, especialmente los privados de la libertad. El proyecto se desarrolla desde la línea de investigación de *filosofía y educación* de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD (Olivera et al., 2020) con un enfoque de investigación cualitativa desde el método de Investigación Acción Participación (IAP) con las técnicas de grupo focal, observación simple no regulada y diarios.

**Palabras Clave:** Estoicismo, proyecto BOECIO, pensamiento crítico, habilidades reflexivas, gobierno de las pasiones, habilidades socioemocionales.

## Abstract

From the review of the written reports of the discern and transcend ability teachers; it is identified in the middle school students of tenth and eleventh grades some needs in relation to the recognition and management of emotions in the times of social confinement caused by COVID -19 which has implied a series of restrictions that affect social and emotional life. From the evidence of both the written reports and the dialogue with the students, this project was born with the purpose of providing a series of tools for the strengthening of socio-emotional skills from the development of critical and reflective thinking with the resources of stoical philosophy within the framework of the BOECIO project, the latter as part of applied philosophy and contemporary philosophical practices that promotes the development of philosophical skills and the governance of passions with people at risk of social exclusion, especially those deprived of liberty.

The project is developed from the research line of philosophy and education of the National Open and Distance University UNAD (Olivera et al., 2020) with a focus on qualitative research from the Participation Action Research (IAP) method with focus group techniques, simple unregulated observation and diaries. The evidenced results show the relevance of spaces for reflection that contribute to the processes of managing emotions and strengthening reflective skills. As part of the projections of the project, it is expected at the institutional level the strengthening of scenarios for the accompaniment in the processes of self-knowledge of the students from the philosophical field.

**Key words:** Stoicism, BOECIO project, critical thinking, reflective skills, government of passions, socio-emotional skills.

## Tabla de Contenido

Introducción .....	17
Justificación .....	20
Definición del problema .....	26
Objetivos	
Objetivo general .....	28
Objetivos específicos .....	28
Marco teórico y conceptual.....	29
Fundamentos del estoicismo.....	31
Pensadores del mundo estoico .....	32
Habilidades en el estoicismo .....	33
Logos o pensamiento crítico .....	34
Ethos o pensamiento reflexivo y gobierno de las pasiones .....	38
El papel de las emociones y las pasiones en el estoicismo.....	38
Las emociones desde las perspectivas contemporáneas.....	40
Habilidades socioemocionales en el ámbito escolar .....	42
Las prácticas filosóficas contemporáneas .....	42
La Filosofía en cárceles como práctica filosófica .....	44
Antecedentes	
<i>Proyecto BOECIO</i> .....	44
<i>Propuestas nacionales e internacionales en el marco de Filosofía en cárceles y proyecto</i>	
<i>BOECIO</i> .....	45
Marco legal sobre la formación filosófica para la educación media en Colombia.....	46
Metodología.....	49
Desde el enfoque de investigación cualitativa.....	50
<i>Fases generales del desarrollo del proyecto como Investigación Cualitativa</i> .....	51
Caracterización de la población .....	52
Muestra .....	53
Técnicas e Instrumentos para la recolección de información.....	54
<i>Grupo focal</i> .....	54

	13
<i>Observación simple, no regulada</i> .....	54
<i>Diarios</i> .....	55
Fundamentos metodológicos y didácticos.....	55
<i>Paradigma Pedagógico Ignaciano (PPI)</i> .....	55
<i>Comunidades de diálogo e indagación</i> .....	56
<i>Tipos de discusión y prácticas del filosofar</i> .....	57
<i>Escritura de sí</i> .....	58
Resultados.....	60
Discusión .....	89
Conclusiones .....	91
Referencias bibliográficas .....	93

**Lista de Tablas**

Tabla 1 <i>Sistema de categorías y subcategorías</i> .....	61
Tabla 2 <i>Cuadro comparativo de expresión de las emociones grupo focal</i> .....	65
Tabla 3 <i>Habilidades de pensamiento crítico</i> .....	73
Tabla 4 <i>Habilidades Reflexivas</i> .....	77
Tabla 5 <i>Gobierno de las Pasiones</i> .....	82

**Lista de Figuras**

Figura 1 <i>Habilidades en el estoicismo</i> .....	34
--	----

## Lista de Apéndices

Apéndice A Taller No 1(enkrateia).....	96
Apéndice B Calentamiento - Introducción a la filosofía aplicada y la sabiduría estoica.....	98
Apéndice C Calentamiento - Gimnasio para preparar la carrera .....	102
Apéndice D Introducción a la filosofía aplicada y la sabiduría estoica.....	106
Apéndice E Entrenamiento para principiantes - <i>Ethos – Gobierno sobre las pasiones</i> .....	110
Apéndice F Entrenamiento para principiantes - <i>Ethos – Gobierno sobre las pasiones</i> .....	116



## Introducción

El presente trabajo de grado está enmarcado en la línea de investigación de *Filosofía y educación* en la opción de proyecto aplicado que tiene como propósitos generales la transferencia del conocimiento en lo social y la contribución a la solución de problemas desde el núcleo problémico de educación, inclusión y formación política (Olivera et al., 2020), en este caso, en el contexto colombiano en el ámbito escolar el cual requiere de una permanente revisión y discusión con relación a la inclusión de estrategias educativas que posibiliten la reflexión a la luz de la construcción de tejido social (Olivera et al., 2020).

La inspiración del presente proyecto surge de la revisión de los informes escritos a manera de empalmes por parte de los docentes acompañantes de la habilidad de *discernir* y *trascender* del Colegio San Bartolomé la Merced de la ciudad de Bogotá Colombia a estudiantes de los grados décimo y once para el cierre del año escolar 2021-2022 donde se pone en evidencia dificultades de orden socioemocional dadas las condiciones de aislamiento y confinamiento determinados por la pandemia del COVID -19 por lo cual se ve la necesidad de acompañar a los estudiantes en los procesos del manejo de las emociones desde una perspectiva reflexiva y filosófica.

El proyecto se constituye desde el planteamiento de un problema de transformación social. Se acude a la revisión de los fundamentos de la filosofía estoica enmarcada en el proyecto BOECIO como parte de las *prácticas filosóficas contemporáneas* y la pertinencia de aplicación de sus

recursos y herramientas en estudiantes adolescentes de educación media. Para el momento de reconocimiento de la población objeto de esta investigación, se tiene en cuenta la edad madurativa de los estudiantes que se encuentran cursando los grados décimo y once que oscilan entre los 16 y 17 con quienes se ve la necesidad de trabajar en los procesos de autoconocimiento, del reconocimiento de las habilidades socioemocionales y de promover los procesos de interacción y los vínculos afectivos luego del tiempo de cuarentenas obligatorias lo que implicó aislamientos forzados por lo cual se hace necesario proponer escenarios que permitan el ejercicio reflexivo en el marco de la filosofía.

El momento de diseño corresponde a la adaptación de los recursos prácticos de la filosofía estoica y del proyecto BOECIO (Filosofía experiencial con personas en riesgo de exclusión social) a manera de talleres y experiencias prácticas para los estudiantes de educación media del colegio San Bartolomé la Merced. En el momento de evaluación, se lleva a cabo los procesos de categorización, análisis y presentación de resultados, discusión y conclusiones del impacto con relación al desarrollo de habilidades del pensamiento crítico (argumentación, conceptualización, descripción, descubrimiento de falacias) habilidades reflexivas (procesos de autoconocimiento, análisis de la narración propia, profundización sobre las situaciones cotidianas) y gobierno de las pasiones (reconocimiento de las emociones, gobierno sobre las emociones excesivas, disminución de las emociones desbordadas y negativas) para identificar las habilidades socioemocionales que han fortalecido.

Para lo anterior, se lleva a cabo la revisión bibliográfica pertinente a los recursos y antecedentes de la filosofía estoica, las prácticas filosóficas contemporáneas, los fundamentos y recursos del proyecto BOECIO, de las habilidades de pensamiento, habilidades reflexivas, del gobierno de las pasiones y

fundamentos de las habilidades socioemocionales. Para el desarrollo metodológico de la propuesta, se opta por el método de Investigación Acción Participación (IAP) desde el enfoque de investigación cualitativo recurriendo a la aplicación de los instrumentos como Grupo focal, observación simple, no regulada y diarios.

### **Justificación**

El planteamiento del presente proyecto surge a partir de la revisión de los empalmes de cierre del año escolar 2021- 2022 y del diálogo con maestros acompañantes de los grados décimo y once de la *habilidad de discernir y trascender* de educación media del colegio San Bartolomé la Merced en la ciudad de Bogotá Colombia donde se ve la necesidad de conocer sobre las realidades que viven los estudiantes teniendo en cuenta el tiempo de confinamiento obligatorio determinado por la pandemia, cuestión que obligó a los diferentes escenarios sociales incluyendo a los centros educativos a nivel mundial entrar en periodos prolongados de aislamiento social siendo uno de los sectores más afectados

En el ejercicio de revisión de los empalmes de cierre del año escolar 2021-2022 de la *habilidad de discernir y trascender* la cual se centra en el fortalecimiento del pensamiento crítico y reflexivo y desde el objeto de estudio de la ética y la filosofía como saberes integradores de la habilidad, se evidencian unas fortalezas, dificultades y oportunidades de mejoramiento de los procesos en aula además de los elementos pedagógicos que se ponen al servicio para favorecer la integración de habilidades. De lo anterior se identifica una serie de dificultades en el aspecto académico, pero además en los procesos relacionales, sociales y emocionales de los estudiantes por las condiciones de aislamiento y confinamiento determinados por la pandemia del COVID - 19 por lo cual se ve la necesidad de acompañarlos en los procesos del manejo de las emociones. El objeto de estudio de la ética y la filosofía en el colegio San Bartolomé la Merced se entiende como un proceso integral de reflexión y análisis mediados por el pensar para promover en los estudiantes una postura crítica ante su sentir (afectarse) y actuar (PIA, 2019).

Dentro de las características de la propuesta educativa del colegio San Bartolomé la Merced como colegio de la compañía de Jesús se encuentra el acompañamiento personalizado desde los ámbitos espiritual en el marco de la Espiritualidad Ignaciana, psicológico y disciplinas afines desde el Servicio de Asesoría Escolar, de bienestar estudiantil con relación a las dinámicas sociales y escolares y en el aspecto académico desde la propuesta de innovación educativa Magis 21. Sin embargo, al evidenciar dificultades particulares enunciados en los empalmes por parte de los docentes acompañantes como *“La virtualidad desaceleró los procesos de socialización, “La pandemia afectó de manera particular el ámbito relacional y la motivación. Hay que enfatizar en la apertura de espacios en clases para el restablecimiento del vínculo, seguridad, tranquilidad y motivación”, “se les dificulta gestionar sus propias necesidades, hay que seguir trabajando en que ellos y ellas mismas resuelvan sus contratiempos y no dependan tanto del adulto” o “Es necesario trabajar en la unión y apoyo mutuo al interno de algunos grupos”*

A su vez, se enuncian oportunidades de mejoramiento como *“En lo presencial favorecer experiencias para el autoconocimiento y el restablecimiento de vínculos afectivos”, “ayudar a consolidar los grupos tanto en los procesos académicos como socioemocionales” o “desde lo social... vincular los aprendizajes con su propia realidad”* por lo cual se toma como elementos en común la necesidad de fortalecer procesos en el aspecto socioemocional.

Partiendo de la realidad que los estudiantes a lo largo de su vida escolar en la institución han contado con herramientas sólidas de una formación espiritual, emocional y académica, es necesario fortalecer los procesos de acompañamiento en el autoconocimiento y gestión de las emociones en situaciones personales y relacionales más aún sobre la realidad que viven de un tiempo de pandemia lo que ha implicado afectaciones determinadas por los confinamientos lo que ha hecho pasar largos periodos de encierro obligatorio , por lo cual el presente proyecto centra su mirada en el acompañamiento desde el ámbito filosófico.

Teniendo en cuenta los procesos de formación que tienen los estudiantes del colegio San Bartolomé la Merced en los diversos ámbitos, se podría pensar que son herramientas y recursos suficientes sobre los cuales se podría llevar a cabo cualquier acompañamiento de orden relacional, social y emocional, sin embargo, desde que el acompañamiento filosófico también permite el fortalecimiento de los procesos para el autoconocimiento y en el favorecimiento del desarrollo de habilidades reflexivas desde las habilidades de pensamiento con una mirada crítica de la realidad y de la propia vida desde la comprensión que la filosofía no está exclusivamente en el campo de lo conceptual sino que sale del espacio de la academia para volver la mirada al individuo. De acuerdo con Raabe (2011) “pueda servir para aliviar la angustia, ayudar a un mayor entendimiento de uno mismo y del mundo que nos rodea, y mejorar la vida de las personas” (p.2).

Es de aclarar que los estudiantes del colegio San Bartolomé la Merced tienen una aproximación a la reflexión filosófica desde los primeros años de formación en el marco del programa de Filosofía para Niños dando continuidad desde la habilidad de discernir y trascender en la etapa escolar primaria, desde comunidad Magis y seminario contextos filosófico literario en la educación media.

Por lo anterior, se propone la adaptación y aplicación de los recursos de la filosofía estoica y el proyecto BOECIO para promover habilidades de pensamiento crítico, habilidades reflexivas, del gobierno de las pasiones con el fin de fortalecer las habilidades socioemocionales que les permita abordar los procesos de autoconocimiento, interacción social y los vínculos afectivos.

Por otra parte, se indaga sobre los antecedentes y se identifica que el problema con relación al impacto socioemocional en los estudiantes desde el inicio de la pandemia es generalizado en diferentes latitudes y espacios educativos por lo cual se unieron esfuerzos de los Ministerios de Educación de diversos países junto con la Unesco y Unicef para implementar estrategias educativas que permita analizar las formas en que se puede enfrentar las crisis emocionales de los estudiantes brindando instrumentos de contención y apoyo. Dentro de las estrategias planteadas para mitigar los efectos de la pandemia desde lo emocional, Unicef en el marco de la propuesta *Sostener, cuidar, aprender* plantea los *Lineamientos para el apoyo socioemocional en las Comunidades Educativas* para apoyar el trabajo que se adelanta con maestros, directivas y demás profesionales en el campo de la educación con relación a la planificación y ejecución de una ruta teniendo en cuenta las características de la población con una metodología basada en el diálogo y las reflexiones colectivas (Unicef, 2021).

Para contribuir a los procesos en el desarrollo del pensamiento crítico, habilidades reflexivas y del gobierno de las pasiones mediante la identificación de sus propias emociones se propone en el presente proyecto hacer la adaptación y aplicación de talleres a una muestra de estudiantes del colegio San Bartolomé la Merced de la ciudad de Bogotá, Colombia desde los recursos de la filosofía estoica y la propuesta metodológica del proyecto BOECIO. Este último se encuentra originalmente diseñado y dirigido a grupos humanos en riesgo de exclusión social

como personas en condición de cárcel en España, México, Colombia, Argentina y Brasil. En la actualidad se ha ampliado a niños y jóvenes de barrios periféricos y mujeres en condición de prostitución (BOECIO, 2022) brindando herramientas que contribuyen al desarrollo de habilidades filosóficas desde el pensamiento crítico, reflexivo y del gobierno de las pasiones. Se propone además hacer la revisión bibliográfica necesaria que integre los conceptos involucrados, además de la sistematización de la experiencia mediante los resultados, la discusión y las conclusiones.

Aunque la población muestra a la que está dirigida la presente propuesta no corresponde a población en riesgo de exclusión social ya que son un grupo de estudiantes que pertenecen a una condición socioeconómica privilegiada lo cual supone una serie de comodidades, no están exentos de tener situaciones de orden emocional que afecten el adecuado desarrollo de sus procesos según la etapa vital ya que tuvieron que vivir la condición de encierro y aislamiento social determinados por la pandemia por lo cual requieren de procesos de acompañamiento desde diversos ámbitos como el psicológico, el social, el espiritual y en este caso particular, se propone el acompañamiento filosófico que les permita reconocer y aclarar desde los conceptos fundamentales y mediante los recursos prácticos de los que provee la filosofía las situaciones que están afectando sus vidas con relación al manejo de las emociones.

Para el programa de especialización en educación, cultura y política inscrito a la Escuela de Ciencias de la Educación ECEDU de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia, el presente proyecto aplicado constituye un aporte de carácter investigativo y social a la luz de la transformación de la realidad, para este particular, con relación a la población muestra de la comunidad educativa escogida para el desarrollo de la propuesta promoviendo el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico, habilidades reflexivas y del gobierno de las pasiones



mediante la identificación de habilidades socioemocionales y generando una relación significativa entre los participantes del proyecto mediadas por la horizontalidad y el diálogo. Luego, como contribución social con las experiencias desarrolladas desde la adaptación a manera de talleres de los recursos del estoicismo y el proyecto BOECIO poniendo al servicio en diversos contextos y en las nuevas realidades sociales y educativas las prácticas filosóficas contemporáneas como posibilidad de reflexionar sobre la propia existencia.

Dentro de las diversas perspectivas de la filosofía, se puede comprender como una actividad propia del ser humano que aborda cuestiones de la existencia (ser y estar en el mundo) ha retomado su origen en la antigüedad y se ha instaurado en la actualidad como una herramienta esencial para la vida, lo cual ha implicado retomar una serie de prácticas y metodologías las cuales procuran responder a las necesidades con relación a los procesos de autoconocimiento y desarrollo de las habilidades propias del pensamiento. Dichos recursos están enmarcados en lo que se conoce como *prácticas filosóficas contemporáneas*.

### **Definición del problema**

Desde la revisión de los empalmes de grados del inicio escolar, los diálogos con los docentes de los grados décimo y once y los encuentros iniciales con los estudiantes de dichos grados del colegio San Bartolomé la Merced de la ciudad de Bogotá Colombia, se identifica que hay unas necesidades personales con relación al reconocimiento y manejo de las emociones, de sus situaciones de vida a lo que se suma los aislamientos forzados del tiempo de pandemia que hizo que la escolarización pero sobre todo la socialización se vieran limitados a los encuentros virtuales pasando largos tiempos en casa, cuestión que afectó algunos de los procesos de desarrollo propios de la edad madurativa, por lo cual se ve la necesidad de plantear el presente proyecto para ayudar a los estudiantes a identificar y a aclarar las cuestiones emocionales que los pueda estar afectando con ayuda del desarrollo del pensamiento crítico, habilidades reflexivas y de gobierno de las pasiones en lo individual como en lo colectivo con relación a experiencias como la amistad, el amor, la familia, la aceptación estética, la identidad, la sexualidad y la libertad.0

Se hará el proceso de revisión de los registros de acompañamiento docente mediante diálogos y empalmes de cierre del año escolar 2020-2021. Se llevará a cabo la indagación sobre las herramientas de la filosofía estoica y el proyecto BOECIO y a partir de dicha revisión, se propone la adaptación y aplicación de talleres a partir de los recursos de la filosofía estoica y el proyecto BOECIO como material práctico para contribuir al desarrollo de habilidades de pensamiento crítico, habilidades reflexivas y de gobierno de las pasiones e identificación de las habilidades socioemocionales con las que cuentan los estudiantes y finalmente la evaluación del impacto de la aplicación de los talleres mediada por los momentos de discusión, análisis y conclusiones.

Teniendo en cuenta lo anterior, se propone como pregunta ¿De qué manera contribuyen los recursos de la filosofía estoica y del proyecto BOECIO en el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico, habilidades reflexivas y de gobierno de las pasiones para el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales en la edad adolescente de estudiantes de educación media del colegio San Bartolomé la Merced de la ciudad de Bogotá Colombia?

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

Analizar el impacto de los talleres de estoicismo resultado de la adaptación y aplicación de las herramientas prácticas de la filosofía estoica y recursos del proyecto BOECIO para contribuir al desarrollo de habilidades de pensamiento crítico, habilidades reflexivas y de gobierno de las pasiones con el fin de identificar las habilidades socioemocionales de los estudiantes de educación media del colegio San Bartolomé la Merced.

### **Objetivos específicos**

Identificar las realidades socioemocionales de los estudiantes de educación media del colegio San Bartolomé la Merced de acuerdo con su etapa vital en tiempos de pandemia a partir de la revisión de los registros escolares y del diálogo con maestros y estudiantes.

Diseñar los talleres desde las herramientas de la filosofía estoica y recursos del proyecto BOECIO como parte de los materiales prácticos para contribuir al desarrollo de habilidades de pensamiento crítico, habilidades reflexivas y de gobierno de las pasiones con el fin de identificar las habilidades socioemocionales de los estudiantes de educación media del colegio San Bartolomé la Merced.

Aplicar los talleres adaptados a partir de los recursos de la filosofía estoica y el proyecto BOECIO a los estudiantes de educación media del colegio San Bartolomé la Merced para contribuir al desarrollo de las habilidades de pensamiento crítico, habilidades reflexivas y del gobierno de las pasiones que permita fortalecer las habilidades socioemocionales con las que cuentan para afrontar las diversas situaciones de vida.

Evaluar el impacto de la aplicación de los talleres adaptados a partir de los recursos propios de la filosofía estoica y del proyecto BOECIO con relación a las habilidades

socioemocionales de los estudiantes del colegio San Bartolomé la Merced

### **Marco teórico y conceptual**

A continuación, se exponen los referentes teóricos, conceptuales, antecedentes y marco legal que permiten construir la fundamentación de la presente propuesta.

Para iniciar la revisión teórica es necesario conocer aquellas prácticas filosóficas que tanto individuos como colectivos han abordado a través de la historia de la humanidad para hacer de la vida una obra de arte o, como dirían los griegos “una vida que valga la pena ser vivida”<sup>8</sup>. Para esta propuesta se abordan los fundamentos del estoicismo en el marco de las ideas de autores como Lucio Anneo Séneca, pensador estoico en el ámbito de la ética, Epicteto y la idea de los problemas morales y voluntad racional y Marco Aurelio sobre la idea de compasión sobre el actuar humano.

De otra parte, desde los referentes conceptuales se presenta las habilidades propias del estoicismo desde el desarrollo del pensamiento crítico (*logos*) y habilidades reflexivas y de gobierno de las pasiones (*ethos*) desde los ámbitos filosófico y ético. Con relación a las habilidades socioemocionales, se abordan perspectivas contemporáneas desde las ideas de Ann Sharp en el marco de Filosofía para Niños, desde la filosofía política con Martha Nussbaum y desde el contexto escolar desde la perspectiva de Carina Kaplan y Ezequiel Szapu.

Con relación a las prácticas filosóficas contemporáneas, se describen de manera general las comprensiones al respecto y se amplía concretamente sobre la práctica de filosofía en cárceles. Finalmente, se presentan los antecedentes del proyecto BOECIO como marco referente central del presente proyecto y el marco legal sobre la formación filosófica para la educación media en Colombia.

## Fundamentos del estoicismo

A continuación, se identifican algunas de las prácticas de la filosofía que permiten el reconocimiento y la transformación del ser a partir de una serie de acciones para formar el espíritu y vivir en el marco de las virtudes haciendo distinción entre lo que es bueno para la vida y lo que se puede evitar (Parra, 2000). Para llevar a cabo el propósito de vivir una vida buena es menester revisar la idea que surge en la antigüedad de formar el espíritu desde la ejercitación que permita generar un cambio en el ser (Hadot, 2006). Por lo anterior, se opta por acudir a la revisión de los fundamentos y fines del estoicismo como una de las escuelas filosóficas del periodo helenístico del mundo griego.

El estoicismo, fundado por Zenón de Citio, plantea que la filosofía debe ser entendida como un modo y arte de vida en términos de la ejercitación en el gobierno de las pasiones fortaleciendo los procesos de autonomía para hacerse cargo de sus propias acciones y decisiones (*ethos*) y por otra parte, desde el desarrollo de las habilidades reflexivas y del pensamiento crítico (*logos*) con relación al afrontamiento de las diversas situaciones que se presentan en la vida en cualquier caso y para cualquier individuo lo cual permite dar un sentido a la existencia.

Para los estoicos la filosofía provee de una serie de facultades, entre estas, la de comprender el camino que lleva a una vida feliz, permite clarificar los hábitos de vida, ordenar los pensamientos, entre otros (BBC News mundo, 2018). Los principios fundamentales que sitúan en el mundo práctico al estoicismo son la idea del bien. Es el bien moral, toda acción humana que está basada en el juicio y la naturaleza humana y es coherente consigo misma (UNAD, 2021).

## **Pensadores del mundo estoico**

*Lucio Anneo Seneca* (4 a.c Córdoba, España- 65 d.c Roma, Italia) es conocido en el mundo griego como el principal representante del mundo estoico tardío o romano, aunque se caracteriza por contener en su filosofía elementos del epicureísmo y el cinismo. Su obra se enmarca fundamentalmente en el ámbito de la ética siendo parte de una vida moral el fortalecimiento de la virtud y la sabiduría. Se considera como un filósofo práctico más que teórico, por lo cual concibe la filosofía como una forma de vida. Es quién propone el *premeditatio malorum* como uno de los principios del estoicismo. Para Séneca la filosofía es un consuelo para la vida y hace distinción entre la filosofía natural o estudio de la naturaleza del estudio de los hombres, a este último lo enmarca en el campo de la ética la cual ha de preparar al hombre en el advenimiento de males como el dolor y la muerte siendo necesario que en algún momento de la vida experimente la adversidad o la tragedia, de lo contrario nunca sabrá de lo que es capaz de soportar (Sánchez, 2004).

Para Séneca uno de los modos de alcanzar la felicidad es seguir los mandatos de la naturaleza ya que ésta se encuentra regida por la razón, por tanto, ser feliz es la capacidad de adaptarse a la naturaleza y a la realidad lo que permite mantener un espíritu equilibrado o alejado de temores o deseos, es decir, lograr la ataraxia lo que implica evitar impulsos o emociones desordenadas. Lograr la imperturbabilidad del alma no es lo mismo que ser apático a la realidad, por el contrario, exige saber vivir en sociedad prestando auxilio y mostrando afecto (Sánchez, 2004).

*Epicteto* (50 d.c Hierápolis – 125 d.c Nicópolis) esclavo quién siguió las lecciones del estoicismo de Musonio Rufo. Hace parte del período tardío o romano. Se dedica a la filosofía desde la moral quién también comprende el estoicismo como forma de vida y propone la libertad



como conquista ética e independencia total del alma y que la idea del bien y del mal la determina el hombre por su propia voluntad (Walton, 2022). Es el filósofo estoico que propone la idea de *diakrisis*. En su obra *las disertaciones* se abordan los problemas morales y desarrolla la idea de voluntad racional y como la providencia divina está regida por las leyes de la naturaleza. Enfatiza en los principios del estoicismo alejándose de la tendencia ecléctica que había ofrecido Séneca. Epicteto explicaba que el avance de la filosofía no se mide por el número de textos memorizados sino por el efecto del pensamiento en la vida. De manera análoga, presenta la equivalencia que hay entre la filosofía y el entrenamiento convirtiéndola en forma práctica para vivir la vida (UNAD, 2021).

*Marco Aurelio* (26 de abril de 121 d. C Roma, Italia- 17 de marzo de 180 d. C. Sirmio) emperador y filósofo romano. Estoico quien acepta la realidad como parte de la naturaleza a la que hay que someterse. En la filosofía que desarrolla Marco Aurelio pone como idea de reflexión la compasión interesándose por los errores que cometen los seres humanos, pero no desde el juzgamiento desde un juicio negativo, sino desde la comprensión que el actuar humano es por naturaleza una inclinación hacia el bien y de la comprensión que tiene del bien y a partir de allí ser compasivo y perdonar la falta convirtiendo la compasión como medio de vinculación para comprometerse con los demás a través de la comprensión y el amor. Para Marco Aurelio la comprensión de las leyes de la naturaleza (UNAD, 2022).

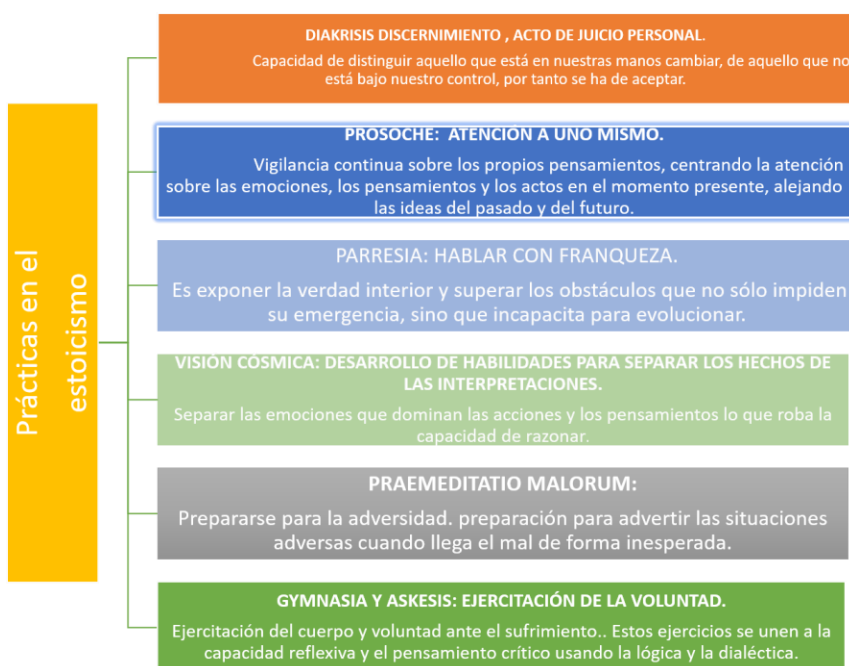
### **Habilidades en el estoicismo**

Teniendo en cuenta que la presente propuesta se encuentra enmarcada en el desarrollo de unas habilidades de pensamiento crítico (*logos*) con habilidades concretas como la argumentación, conceptualización, descripción, descubrimiento de falacias; de otra parte, habilidades reflexivas y del gobierno de las pasiones (*ethos*) como procesos de

autoconocimiento, análisis de la narración de la propia vida, profundización sobre situaciones cotidianas, reconocimiento de las emociones, gobierno sobre las emociones excesivas, disminución sobre las emociones desbordadas y negativas a la luz de reconocer los recursos con los que cuentan los estudiantes desde las habilidades socioemocionales, se propone el desarrollo de las siguientes habilidades:

## Figura 1

### *Habilidades en el estoicismo*



*Nota.* Tomado del proyecto BOECIO (BOECIO, 2022).

## Logos o pensamiento crítico

El *logos* entendido originalmente como pensamiento, palabra, argumentación o razón. Heráclito, pensador presocrático ofrece una primera aproximación de la idea de logos como razón común a todas las cosas y como formas de expresión del pensamiento humano, estableciendo entonces la relación entre el ser y el logos lo que implica procesos lingüísticos para su expresión.

El origen del pensamiento crítico o *logos* se remonta en la historia con Sócrates y la mayéutica, Platón y la dialéctica y Aristóteles y la retórica.

Para los estoicos el *logos* está mediado por la ejercitación de la lógica y las dimensiones críticas lo que implica la constitución epistemológica del razonamiento. El *Hegemonikon*, como principio racional en la relación entre juicio y razón, se convierte en los principios de la lógica estoica ya que se establece un compromiso con la prudencia, por tanto, una ejercitación del comportamiento, es decir, lo que constituye el *ethos* (Barrientos, 2021).

Dentro de las habilidades del pensamiento crítico que propone el estoicismo en sus orígenes, se encuentra la *lógica de proposiciones* propuesta por Diodoro Crono, maestro de Zenón quién se destacó en el ámbito de la dialéctica. Otro de los estoicos que hizo aportes a este tipo de pensamiento proposicional fue Crisipo con el *enfoque de razonamiento deductivo silogístico* (Walton, 2022). De otra parte, el estoicismo procura dar explicación a los procesos naturales de la razón divina con base en premisas aduciendo que existe un *pneuma* o esencia divina que sustenta y da razón a todo lo existente (Walton, 2022).

En la actualidad, desde el desarrollo del pensamiento crítico con relación a los procesos de autoconocimiento y revisión de la propia vida es posible proponer rutas o metodologías para lograr identificar de manera objetiva los orígenes de una situación particular. Walton (2022) propone primero, enlistar las diferentes ideas o temas a evaluar o revisar, examinar cómo las ideas o conceptos en torno a las ideas se relacionan entre sí, evaluar la importancia o relevancia de cada idea, identificar los argumentos y evaluar la fuerza de cada uno, argumentar el acuerdo o desacuerdo con las razones expuestas, llevar registro de las incoherencias evidenciadas en los argumentos, proponer soluciones a las fallas evidenciadas y tal vez uno de los procesos finales de mayor relevancia es el de repasar o recoger los valores personales durante el análisis hecho para

comparar con los argumentos expuestos y evidenciar con cuáles aún se está de acuerdo o cuales ameritan revisión.

Para responder a las habilidades de pensamiento crítico que se proponen desarrollar en los talleres adaptados desde los recursos de la filosofía estoica y el proyecto BOECIO para la muestra de estudiantes del presente proyecto a saber: conceptualización, argumentación, descripción, descubrimiento de falacias, se hace una breve descripción de cada habilidad.

Con relación a la conceptualización, lo primero que hay que definir es la idea de concepto que se puede entender como la construcción mental como parte de la razón humana en la cual se expresan las características de las cosas. De acuerdo con Sático (2016) pensar conceptualmente implica analizar diversas informaciones para luego clarificar. El pensamiento conceptual es la relación entre conceptos para generar explicaciones, criterios, argumentos, etc.

Las habilidades de conceptualización están relacionadas a formular conceptos precisos, dar ejemplos y contraejemplos, agrupar, clasificar, comparar, contrastar, organizar y categorizar la información, entre otros. Para la aplicación de los talleres adaptados a la muestra de estudiantes están las de formular conceptos precisos, dar ejemplos y contraejemplos, comparar y contrastar.

Argumento viene del latín *argumentum* y se compone de los verbos *arguere* que significa argüir, dejar en claro y del sufijo *mentum* entendido como instrumento, medio o resultado. Se define como un razonamiento que pretende probar y defender una proposición o tesis. Para que un argumento sea correcto, debe tener como condiciones la claridad, la pertinencia y la suficiencia. Existen argumentos de carácter inductivo, deductivos, de autoridad, de hecho, de moralidad, entre otros.

El tipo de argumentación que se aborda mediante la aplicación de los talleres a los estudiantes muestra del proyecto navegan principalmente entre la exposición de buenas razones

mediante justificaciones lógicas para explicar los puntos de vista, en la inferencia en el descubrimiento de suposiciones subyacentes en los juicios y realidades analizadas y en la relación de causas y efectos entre los orígenes de una problemática y las consecuencias identificando los procesos inherentes (Cázeres, 2014). La descripción tiene que ver con las formas de narrar o explicar de manera ordenada la información. Consiste en especificar características que permitan diferenciar y precisar más detalladamente sobre lo descrito y por tanto, ampliar el conocimiento convirtiéndose en muchos casos en tipos de definición (Sátiro, 2016). La descripción hace parte de las habilidades de traducción y para el caso del ejercicio propuesto en la aplicación de los talleres a la población muestra de estudiantes, se acude a la descripción para explicar de manera ordenada y detallada las percepciones con relación a las emociones que surgen en los diálogos.

De acuerdo con Barrientos (2010) una falacia se comprende como un argumento aparentemente correcto el cual no se presenta como válido ya que las justificaciones de las conclusiones no responden a buenas razones. Las falacias se pueden exponer de manera intencionada para intentar persuadir o manipular o sin alguna intención secundaria determinadas por descuido o falta de conocimiento. Dentro de los tipos de falacias se encuentran las *ad hominem* que es la negación de argumentos sin análisis de las razones, la falacia *slyppery slope* el cual contra argumenta apelando a efectos futuros, la falacia *ad populum* que justifica la conclusión sobre la base de una acción popular, la falacia *ad baculum* que justifica la conclusión sobre la fuerza de orden moral, física, o legal, la falacia de *apelación a la tradición* que se presenta cuando se intenta dar razones con relación al tiempo dándole validez por el hecho de corresponder al pasado, al presente o al futuro, la falacia del *falso dilema* que presenta dos opciones a un mismo fin, la falacia *tu quoque* que justifica la maldad de un hecho sobre la base que el interlocutor la ha cometido y la falacia *circular* que consiste en justificar el argumento de

manera circular lo que convierte a la afirmación en una tautología injustificable (Sarmiento & Cortés, 2021)

### **Ethos o pensamiento reflexivo y gobierno de las pasiones**

El *areté* que en tiempos de la antigua Grecia era la excelencia derivada por la nobleza de sangre pero que luego fue adoptada por la filosofía como *virtud o nobleza* del alma. Más adelante, en el desarrollo del mundo griego en términos de la formación de la ciudadanía en la democracia, los ciudadanos recibían una educación ejercitando el cuerpo y el espíritu para alcanzar la excelencia (Hadot, 1998). El uso del término *ethos* se atribuye a Aristóteles y significa predisposición para hacer el bien, lo que conocemos como ética. Mientras la ética examina el bien individual, la política examina el bien del estado.

La ética en el estoicismo propone seguir la *razón* lo que permite al individuo liberarse de la *pasión* sin negar la posibilidad de la existencia de la *pasión* pero priorizando la *razón* y vivir de acuerdo a esta. Para Marco Aurelio, la ética con relación a las ideas del bien y del mal, de lo correcto y lo incorrecto se dividen de forma eterna y absoluta (Walton, 2022). La triada estoica representada a manera de triángulo que compone la idea felicidad o *eudaimonia*, el *areté* o virtud, la concentración en lo que puedes influir y asumir la responsabilidad de la vida con tranquilidad o *ataraxia*.

### **El papel de las emociones y las pasiones en el estoicismo**

Desde una perspectiva filosófica a continuación, se aborda las comprensiones sobre *emociones* y *pasiones*, estos como conceptos centrales de uno de los ejes rectores de la filosofía estoica. La palabra *emoción* proviene del latín “*emotió*”, “*emotionis*” derivado del verbo “*emovere*” y significa movimiento, impulso. Las emociones contienen un juicio de valor y dentro del amplio espectro de categorización se encuentran emociones buenas o malas, el valor

semántico de las emociones tiene un grado menor con relación a las pasiones y son definidas de manera general como mecanismos de reacción instintivas y rápidas ante situaciones inesperadas. De otra parte, el origen de la palabra pasión se deriva del latín “*passio*” que significa “*sufrimiento*”, suele relacionarse a las pasiones un con mayor complejidad y desmesura con relación a las emociones y suelen oponerse a la razón (*logos*) (Antonie Gagin, 2006). Desde la doctrina moral de Aristóteles, tanto las emociones como las pasiones se relacionan con el comportamiento humano.

Teniendo en cuenta que el estoicismo centra su atención en el desarrollo de habilidades de pensamiento con relación al gobierno de las pasiones, es necesario enfocar para nuestro objeto de estudio la mirada en dicho concepto desde el ámbito filosófico y ético. *Pathos* siendo otro de los términos con los que se relaciona el concepto de pasión, contiene en sí el mismo significado de “*sufrimiento*” y “*dolor*” que, a su vez se deriva del verbo “*penthein*” que significa estar en estado de duelo, adolecer a un muerto y “*pathema*” que se relaciona con la idea de “*enfermedad*”, cuestiones que tienen que ver con el estado psicológico de los individuos (Antonie Gagin, 2006).

Partiendo de las derivaciones sobre la idea de pasión, es el momento de pensar en términos prácticos cómo se manifiesta el *phatos* con otras ideas para lo cual Antonie Gagin (2006) plantea como la tragedia se convierte en expresión de orden superior y de dominio sobre el hombre, de significación del drama, cuestión que lleva a lo *patético*, esto es, la dominación de las pasiones mediada por la tragedia sobre el actuar del individuo y hasta tanto no se ponga de manifiesto en el ser, no se hará evidente la presencia del *phatos*. Como ejemplos de lo anterior, es lo que sucede con la muerte de un ser querido, la pérdida repentina del trabajo, la terminación de una relación, la enfermedad. En dichas situaciones, es posible la presencia de la filosofía como

práctica para ayudar en el ejercicio de reflexión, no sólo aliviar sino además de proyectar aquello que pueda suceder y para lo cual debemos estar preparados.

Continuando con la idea de la praxis de las pasiones, se tiene en cuenta dos escenarios adicionales inherentes al individuo que son la *metafísica* y *política* de las pasiones. En la primera, juega un papel importante la responsabilidad propia en la aceptación de que las causas de las pasiones surgen de sí mismo y no del otro, desde lo *político*, la aprehensión de la pasión se manifiesta en relación con los otros, “conozco mi pasión, en la mirada del otro” (Antonie, Gagin, 2006, p. 193).

### **Las emociones desde las perspectivas contemporáneas**

A continuación, se presentan algunas de las perspectivas que se han desarrollado acerca de las emociones en el ámbito filosófico. Ann Sharp, como una de las iniciadoras del programa de Filosofía para Niños, comprende las emociones como juicios que guían nuestras percepciones de las experiencias cotidianas por lo cual deben ser tenidas en cuenta al momento de hacer una buena indagación (Sharp, 2006). Es importante identificar las emociones, darles nombre y categorizarlas. De otra parte, las emociones pueden coexistir entre unas y otras, aunque parezcan contradictorias y que la identificación de las emociones y las decisiones que se tomen a partir de éstas hacen parte de las experiencias vitales y las consecuencias en el modo como se juzga una situación.

En ejercicios deliberativos, las emociones juegan un papel determinante pues influyen en los juicios y decisiones que devienen pues al poner de manifiesto emociones predominantes se puede caer en subjetividades y pasar por alto cuestiones importantes por lo cual se debe acudir a una indagación cuidadosa que permita la revisión de las diferentes posibilidades y consecuencias (Sharp, 2006). Dichas situaciones pueden estar mediadas por las habilidades de pensamiento



crítico como la ejemplificación, la comparación, la contrastación, evaluar beneficios y desventajas, etc.

Dentro de los procesos de indagación en comunidad, el desarrollo del pensamiento cuidadoso cobra gran importancia pues tiene en cuenta tanto las competencias cognitivas como emocionales lo que permite validar las emociones morales y elementos como la valoración, la preocupación, el consuelo, la empatía, el cuidado del otro. Dentro de este último se contempla el cuidado de los demás, de la naturaleza, de los objetos, etc. El pensamiento cuidadoso desarrolla la capacidad de elegir lo que se considera importante en un contexto particular y además determina los aspectos de la vida en los que un individuo se debe centrar y brinda herramientas para saber cómo actuar ante diversas situaciones (Sharp, 2006).

Desde la perspectiva de la filosofía política, las emociones en términos públicos apuntan hacia principios o compromisos colectivos de orden geográfico e inclusive cultural lo cual configuralas emociones públicas como la igualdad, la mitigación del sufrimiento, la inclusión, entre otros.

Las emociones y sentimientos colectivos deben ser revisados y reflexionados permanentemente para preservar la cultura política de los pueblos y salvaguardar los valores irremplazables que los constituyen como sociedad. Todo principio político requiere de la materialización y cuidado colectivo mediante el cuidado del otro o de lo otro mediados por actitudes éticas como la empatía y el amor que permitan garantizar acciones concretas como la inclusión de grupos marginados y la redistribución social (Nussbaum, 2014).

### **Habilidades socioemocionales en el ámbito escolar**

En la actualidad, el papel de las emociones en el ámbito escolar ha cobrado gran relevancia tomándolas como recursos para configurar los fenómenos de la formación escolar en lo social y cultural. La dimensión emocional abordada en el ámbito escolar y en las prácticas educativas permite identificar no sólo las cuestiones relacionadas con los conflictos tanto individuales como colectivos (Kaplan & Szapu, 2020).

De acuerdo con Kaplan & Szapu (2020) las emociones están condicionadas por los contextos sociales, lo cual remite a abordar las emociones desde la perspectiva relacional y de convivencia entre los individuos, cuestión que vincula íntimamente las estructuras emocionales con las estructuras sociales considerando que el orden social es naturalmente afectivo haciendo de las emociones prácticas culturales que se organizan y categorizan en el orden de lo social a lo que Ahmed (como se citó en Kaplan & Szapu 2020) denominó *circuitos afectivos*. De lo anterior, se identifica que las emociones no sólo son de orden social sino además público en ámbitos reales, en este caso, el escolar, por lo cual las emociones no quedan en el plano de lo individual y se constituyen en las interacciones de los individuos. Teniendo en cuenta la calidad de las emociones en lo público, se ubican en el ámbito de lo político.

### **Las prácticas filosóficas contemporáneas**

A lo largo de la historia de la humanidad se ha contado con la filosofía como herramienta para que el ser humano piense el mundo y su propia existencia; sin embargo, al paso de cada periodo histórico se ha concebido a la filosofía no sólo como parte de la vida de los seres humanos, sino más bien, instaurada en el campo académico haciendo lejana a las realidades y llevándola a los libros, a la academia y al campo inasequible para los ciudadanos comunes. Aunque dicho posicionamiento de la filosofía en el campo de lo académico aún cobra gran

relevancia, en la actualidad se habla más de la idea de una filosofía práctica o aplicada retomando las viejas tradiciones de las primeras escuelas filosóficas como las helenísticas y metodologías como la mayéutica desarrollada por Sócrates o la de los peripatéticos, escuela fundada por Aristóteles. Durante el siglo XX aparece el fenómeno de llevar la filosofía a los ámbitos de la vida de los individuos mediante prácticas como la consultoría filosófica, talleres filosóficos, cafés filosóficos, Filosofía en cárceles, Filosofía en organizaciones e inclusive la Filosofía para Niños.

Para hablar de filosofía aplicada o experiencial, se acude a la comprensión de José Barrientos quien la define como una rama de la filosofía siendo una práctica profesional en la que se genera un encuentro entre el especialista (filósofo) y los individuos o grupos a los que se acompaña a hacer un análisis crítico de las cuestiones propias de la existencia, de sus propios problemas (Barrientos, 2015).

A partir de la filosofía aplicada, surgen las prácticas filosóficas las cuales recurren a las habilidades propias del pensamiento crítico como las de argumentación conceptualización, descubrimiento de falacias, hermenéuticas y otras de orden reflexivo como las relacionadas con el autoconocimiento, estructuras mentales, análisis de narraciones propias del individuo. El desarrollo de las habilidades tanto críticas como reflexivas tienen como fin “ayudar a las personas a profundizar en las raíces de aquello que le crea inquietud” (Barrientos, 2015).

Cabe aclarar que, para llevar a cabo las diversas prácticas filosóficas, es necesario un conocimiento de los conceptos y corrientes desarrolladas a través de la historia de la filosofía. De acuerdo con Barrientos (2019) “cuando se habla de filosofía aplicada, lo que se pretende ante todo es hacer filosofía, y para hacer filosofía hay que recurrir a la historia de la filosofía”.

## **La Filosofía en cárceles como práctica filosófica**

La filosofía en cárceles se enmarca en la filosofía aplicada o experiencial la cual pretende brindar herramientas desde la reflexión crítica con relación a las circunstancias de vida que viven las personas privadas de la libertad y que hacen parte de los grupos humanos excluidos. Para la filosofía aplicada o experiencial, el ejercicio filosófico permite el desarrollo de las destrezas de la comprensión profunda de la existencia, contribuye en la fuerza interior ante las dificultades y evitar los excesos desde las pasiones (Barrientos, 2020). Las anteriores destrezas hacen parte central del desarrollo de la filosofía en cárceles. Los antecedentes de ésta práctica filosófica surgen en el grupo ETOR (Educación, Tratamiento y Orientación Racional) como parte de los programas de orientación filosófica aplicada en el año 2007. Para el año 2016 el proyecto es financiado por la universidad de Chicago y lo que pretende es analizar el impacto de la filosofía mediante la aplicación de talleres diseñados desde los recursos de la filosofía estoica los cuales fueron llevados a los espacios de las prisiones (Barrientos, 2020)

### **Antecedentes**

#### ***Proyecto BOECIO***

El proyecto BOECIO se constituye en el marco de la filosofía en cárceles. Es liderado por el profesortitular de filosofía José Barrientos Rastrojo de la Universidad de Sevilla quien además dirige los grupos de investigación de *experiencialidad y Hacer*. Defensor de la primera tesis sobre consultoría filosófica y otros trabajos sobre filosofía aplicada (Barrientos, 2020).

El proyecto nace del curso mediado por una serie de talleres que se imparten en centros carcelarios de Brasil, Argentina, México y España. El propósito del curso es brindar una serie de herramientas para el fortalecimiento del pensamiento crítico, reflexivo y del gobierno de las pasiones de las personas privadas de la libertad lo cual supone un control de las emociones y el

desarrollo de la autonomía (Barrientos & López, 2019).

***Propuestas nacionales e internacionales en el marco de Filosofía en cárceles y proyecto***

***BOECIO***

Con relación a las propuestas que se viene desarrollando en Colombia con características similares, está el proyecto del estudiante de la maestría en educación de la UNAD, Adrián Marcelo Herrera quién viene adelantando el trabajo de adaptación de talleres desde los recursos de la filosofía estoica y el proyecto BOECIO aplicados a padres y madres de familia de estudiantes de grado primero de la institución educativa San Martín de Tours del municipio de San Martín, departamento del César.

Entre las propuestas internacionales se encuentra el de la profesora Carmen Pérez Cabrera, docente de filosofía de estudiantes en formación profesional básica II de la institución IES Castillo de Luna en Albuquerque España con quienes viene haciendo el proceso de formación desde los referentes de la filosofía estoica y los recursos de la filosofía aplicada con lo cual se pretende proveer a los estudiantes de las herramientas básicas de la filosofía como es el desarrollo del pensamiento crítico y el gobierno de uno mismo teniendo en cuenta la etapa vital de los participantes quienes se encuentran en la adolescencia (Pérez, 2022).

En el contexto colombiano, el proyecto BOECIO se viene haciendo en unión con la Universidad Minuto de Dios UNIMINUTO dirigido por Laura Giraldo y Víctor Rojas quienes siguen las líneas de trabajo y los talleres diseñados por José Barrientos los cuales son desarrollados en las prisiones del Buen Pastor y la Picota (BOECIO, 2022). De otra parte, en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD, se viene desarrollando el proyecto PIE 071 denominado “Fortalecimiento del pensamiento crítico, el autoconocimiento y el gobierno de las pasiones para estudiantes unadistas privados de la libertad a través de un curso de formación

ética en AVA” el cual busca fomentar en los estudiantes unadistas privados de la libertad el fortalecimiento del pensamiento crítico, el gobierno de las pasiones y autodeterminación desde el curso de formación ética en AVA. Dentro del proyecto también se desarrolla una serie de programas y charlas dirigidas por expertos en filosofía estoica y debates de filosofía contemporánea transmitidos por TV UNAD virtual lo que contribuye a la construcción del estado del arte de la filosofía en cárceles.

Adicionalmente, desde la UNAD se hace acompañamiento de proyectos aplicados en contextos escolares dirigidos por la profesora Victoria Sarmiento, líder del proyecto PIE 071 el cual está inspirado en el proyecto BOECIO y con el acompañamiento del profesor José Barrientos (BOECIO, 2022).

A nivel internacional, además del desarrollo del proyecto dirigido en centros penitenciarios con personas en condición de cárcel en España, México, Colombia y Argentina y Brasil y otros grupos humanos en riesgo de exclusión social, durante la pandemia se inició el desarrollo del proyecto BOECIO epistolar cuyo objetivo era promover entre personas en condición de cárcel iberoamericanas la redacción de cartas dirigidas que fueron confinadas al inicio de la pandemia para contar a través de éstas sus propias experiencias de privación de la libertad. El proyecto estuvo dirigido por el profesor José Barrientos en coordinación de Marco López en México, Claudia Perlo de Argentina y Raúl Henríq de España. Tuvo una duración de doce meses, tiempo en el cual se llegó a la escritura de más de ciento cincuenta cartas (BOECIO, 2022).

### **Marco legal sobre la formación filosófica para la educación media en Colombia**

A partir de los lineamientos establecidos en la Ley 115 de 1994 conocida como la Ley General de Educación en Colombia, se toma como referente el artículo 5 sobre los fines de la

educación. De acuerdo con la Ley General de Educación (1994), el primer fin establece:

El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos (art. 5).

Teniendo como base la idea de la formación integral, se comprende que en dicho proceso se incluye la formación filosófica la cuál aborda aspectos relacionados con la formación intelectual, moral, ética, entre otros. De otra parte, incluye la importancia de una formación en el ámbito afectivo. El Ministerio de Educación Nacional MEN para el 28 de agosto de 2009 presenta la primera versión del documento que constituye las orientaciones sobre los lineamientos curriculares para la formación filosófica en el que se evidencia la importancia de la formación filosófica en la educación media como parte del desarrollo de competencias para lo cual aborda los siguientes aspectos: los fundamentos pedagógicos sobre los lineamientos de la enseñanza de la filosofía. Otro de los aspectos tiene que ver con las preguntas que constituyen la tradición filosófica relacionándolas históricamente a los contextos socioculturales actuales mediadas por la reflexión dando sentido a los contenidos filosóficos básicos y al ejercicio mismo del filosofar en los grados décimo y once. Como parte final del documento, se presenta la discusión pedagógica con relación a la didáctica para el proceso de enseñanza aprendizaje de la filosofía presentando métodos y estrategias específicas (MEN, 2009).

Uno de los aspectos relevantes en el documento del 28 de agosto de 2009 es el planteamiento de la pregunta ¿Por qué enseñar filosofía? para lo cual se presenta como respuestas preliminares la necesidad que tienen los estudiantes de tener un espacio para poder expresar sus preguntas propias de la etapa vital las cuales requieren de unas orientaciones que pueden estar mediadas desde la filosofía lo que permite ampliar comprensiones sobre aspectos

como la realidad y el ideal (*logos*), sobre comprensiones sobre el deber ser (*ethos*), la preocupación por las creencias, la sensibilidad estética entre otros (MEN, 2009).

A manera de análisis, al año siguiente del documento oficial emitido por el MEN se presenta el documento número 14 el cual contiene los mismos lineamientos con una ampliación a los presupuestos del documento del 2009 como parte de la claridad de los referentes y orientaciones que permitan garantizar los procesos pedagógicos para la población estudiantil de manera equitativa y justa.



## Metodología

La presente propuesta de proyecto aplicado busca la solución de una problemática relacionada al reconocimiento y manejo de las emociones de la muestra de estudiantes del colegio San Bartolomé la Merced quienes a causa de la pandemia por el COVID 19 se vieron obligados a los aislamientos sociales que se evidenciaron a nivel mundial. Por lo anterior, se propone la adaptación y aplicación de proyectos relacionados a la problemática para la contribución de la transformación del contexto (Olivera et al., 2020). El proyecto se enmarca en la línea de *filosofía y educación* desde el enfoque de investigación cualitativa con el método de Investigación Acción Participativa (IAP) con grupo focal cuya población corresponde a una muestra de estudiantes de educación media con edades entre los 15 y los 17 años del colegio San Bartolomé la Merced, observación simple no regulada y diarios materializados en bitácoras como parte de los principales instrumentos. Para el proyecto se definen las siguientes características:

### **Investigación Acción Participativa**

El método es el de Investigación Acción Participativa (IAP), partiendo de la realidad que las personas que intervienen en el proceso tienen un constructo de vida que antecede al proceso de investigación con un desarrollo histórico y cultural propio. Una de las principales características es la horizontalidad en la relación entre los participantes y el diálogo como medio fundamental de los procesos (Monje, 2011).

De acuerdo con las características de relación entre los participantes, se pone de relevancia unas prácticas de compromiso con la conciencia y el cambio social. En concordancia con los supuestos establecidos por el enfoque de investigación cualitativa, desde lo axiológico, se tienen en cuenta las características de expresión de valores propios tanto del investigador como de los participantes, cuestión inherente a los propios procesos de la investigación lo cual conlleva a

procesos de evaluación.

### **Desde el enfoque de investigación cualitativa**

Teniendo en cuenta el enfoque de la investigación, que se relaciona con el análisis de los fenómenos de carácter abierto y de una problemática social concreta, a saber, la revisión de las condiciones socioemocionales de la población muestra y con relación a esto, el desarrollo del pensamiento crítico y gobierno de las pasiones desde la perspectiva de la filosofía estoica, se pretende hacer observación de los procesos inductivos (observación de las particulares para establecer generalidades) (Hernández, Fernández, & L., 2014). De acuerdo al objeto de estudio se determina que no tiene una rigurosidad en la secuencia con relación al análisis de la realidad o fenómeno observado. El desarrollo de esta investigación no implica un orden establecido entre hipótesis y preguntas; es más, no requiere necesariamente de una hipótesis si cuenta con una formulación del problema; sin embargo, al igual que la investigación cuantitativa, se determina unos elementos básicos y necesarios como las ideas preliminares, literatura y teoría existente, inmersión en campo, diseño del estudio, definición de la muestra, recolección y análisis de datos, interpretación de resultados y reporte (Monje, 2011). Este último, como proceso final en los dos enfoques. Se hace uso de categorías las cuales no son medibles. Los resultados si bien es cierto, pretende un acercamiento a una realidad más universal, contiene en sí elementos subjetivos. La posición del investigador es explícita, es decir, reconoce sus propios valores y creencias siendo esto parte de los datos como objeto de estudio.

De acuerdo con Dalle et al. (2005) los supuestos del enfoque de investigación cualitativa se establecen a partir de aspectos ontológicos, epistemológicos, axiológicos y metodológicos. Para el caso del presente proyecto, se determinan como principales supuestos axiológicos por los valores que afectan la investigación y metodológicos porque los procedimientos permiten la

evidencia empírica y están íntimamente ligados a las demás etapas de la investigación.

### ***Fases generales del desarrollo del proyecto como investigación cualitativa***

El proyecto se enmarca en cuatro grandes procesos que son: la preparatoria, trabajo de campo, análisis e información. Dadas las características de orden fenomenológico, se hace observación encada una de las etapas y por tanto, se toma las opciones y alternativas a las que haya lugar los cuales son considerados por parte del investigador (Monje, 2011).

Para el momento de preparatoria se tiene en cuenta la problemática identificada, la propuesta a desarrollar, la elección de la población a la cual va dirigida, la presentación y validación de la misma, la revisión teórica y bibliográfica de los referentes de la filosofía estoica, prácticas filosóficas contemporáneas, proyecto BOECIO, habilidades de pensamiento crítico, gobierno de las pasiones en el marco del desarrollo de habilidades socioemocionales entre otros, los cuales permiten los insumos para la adaptación de los talleres que hacen parte de los instrumentos aplicados.

El trabajo de campo es el momento concreto en el que se lleva a cabo la adaptación de los talleres desde los recursos del estoicismo y el proyecto BOECIO, la aplicación de dichos talleres a la población muestra y la recolección de los datos. Para la aplicación se tiene en cuenta los momentos de introducción y contextualización mediados por experiencias prácticas denominado *Gimnasio para preparar la carrera* desarrollados en los tres primeros talleres. La primera experiencia se propone en un gimnasio de entrenamiento deportivo en donde se propone llevar a cabo actividad física haciendo uso de los diferentes recursos del gimnasio: máquinas, pesas, mancuernas, etc. Durante la actividad se les invita a pensar sobre las ideas de “entrenamiento” y “filosofía” para conceptualizar mediante los procesos de comparación, contrastación, agrupación,

clasificación, establecimiento de semejanzas y diferencias. Las experiencias de los talleres dos y tres están mediadas por la comprensión e interpretación de las prácticas y habilidades estoicas en relación con sus propias experiencias de vida. El taller cuatro, hace parte del momento de *calentamiento* a manera de *introducción a la filosofía aplicada* desde los fundamentos de la filosofía estoica en relación con sus propias realidades en proyección a mediano plazo (finalización de la vida escolar) y las emociones (pasiones) que se generan invitando al ejercicio de registro mediante la escritura de sí. En el taller cinco denominados entrenamientos *para principiantes - Ethos- gobierno sobre las pasiones* teniendo como propósito la comprensión del *praemeditatio malorum*

El momento de análisis corresponde a la disposición y transformación de los datos, además de la obtención de los resultados, análisis mediante discusión y conclusiones (Monje, 2011). Finalmente se llega al momento de la información mediante la elaboración del informe.

### **Caracterización de la población**

Son estudiantes del colegio San Bartolomé la Merced de la ciudad de Bogotá Colombia con edades entre los 15 y los 18 años quienes cursan los grados décimo y once de educación media. En la mayoría de los casos son estudiantes de familias biparentales o tradicionales con uno o más hijos biológicos (Observatorio FIEEX, 2019). En algunos casos se evidencia procesos de separación de los padres. Son de clase media-alta, con posibilidades amplias en relación con el acceso educativo, por lo general son familias que cuentan con condiciones económicas favorables, de tradición religiosa católica, son estudiantes que han estado en la institución desde los primeros años de escolaridad y tienen una formación desde la espiritualidad y la pedagogía ignaciana. No se evidencian mayores dificultades de orden económico y social; sin embargo, dadas las características de la etapa vital que atraviesan los estudiantes y la realidad social en

tiempos de pandemia, se manifiestan situaciones emocionales las cuales son abordadas desde diferentes ámbitos dentro y fuera del entorno escolar.

En términos generales, las características socioemocionales de los estudiantes del grupo focal son de ambientes seguros y tranquilos. Son hijos únicos o con uno o dos hermanos. Las relaciones sociales están determinadas por los contextos familiares o escolares. En algunos casos cuentan con pocos amigos pero que han cultivado a lo largo de los años. La mayoría de los participantes han iniciado su vida sentimental con relaciones amorosas de corta o mediana duración. Muestran gran interés por los procesos académicos. Teniendo en cuenta el tiempo de confinamiento se evidencian dos situaciones, una es el excesivo tiempo que han tenido que vivir en condición de encierro en sus casas y en convivencia permanente con los miembros de la familia que ha generado situaciones de tensión emocional. De otro lado, siendo hijos o hijas de padres médicos o de otras disciplinas afines, han pasado largos periodos de soledad en la misma condición de confinamiento lo que les ha generado sensación de soledad.

### **Muestra**

La muestra es de *sujetos voluntarios* y es representativa no probabilística, es decir, es a criterio del investigador (Monje, 2011), con un grupo de estudiantes con edades entre los 15 y 17 años que cursan los grados décimo y once de educación media del colegio San Bartolomé la Merced de la ciudad de Bogotá Colombia.

## **Técnicas e Instrumentos para la recolección de información.**

A continuación, se describen las técnicas e instrumentos utilizados para el proceso de la presente investigación cualitativa:

### ***Grupo focal***

La técnica de grupos focales se desarrolla con grupos reducidos de la población con la que se lleva a cabo la investigación. Contribuye a la obtención de información en investigaciones sociales de carácter cualitativo. Centra el estudio en un tema específico y del interés del grupo focal. Está mediado por la discusión en el marco de la interacción discursiva y la contrastación de opiniones entre los participantes. (Monje, 2011). El presente, por ser un proyecto de discusión colectiva y construcción dialógica, se lleva a cabo el proceso de indagación sobre la experiencia personal con relación al objeto de la investigación el cual se centra en la reflexión de reconocer las emociones que atraviesan en su etapa vital para el momento de iniciación de la propuesta de investigación mediada por los talleres y las diversas experiencias que se proponen.

### ***Observación simple, no regulada***

Mediante la técnica de observación simple se recaba información de las personas y de los hechos que se van presentando en el desarrollo de la investigación. Con esta técnica se pretende comprender las experiencias y comportamientos de las personas de acuerdo con el objeto de investigación. Por ser observación simple, se establecen unos lineamientos generales sobre aspectos que son de interés tanto para el investigador como para la investigación (Monje, 2011). Para llevar un registro de las observaciones de la presente investigación, se recurre al uso de notas personales configuradas en el instrumento de diario de campo por parte de la investigadora.

### ***Diarios***

Los diarios personales permiten el registro de las vivencias de las personas en las cuales se pone en evidencia principalmente experiencias, pensamientos y emociones (Monje, 2011). Para el caso de la presente investigación se les invita a llevar sus registros mediante una bitácora sobre las vivencias en el marco de las propuestas en los talleres con relación a la identificación de situaciones o problemáticas de sus propias vidas y las emociones que van surgiendo en el proceso. Al momento de escritura por parte de los participantes se le denomina *escritura de sí*. Dichos registros son de uso exclusivo de los participantes quienes comparten sus ideas en los encuentros dialógicos y de reflexión. La materialización de las vivencias se lleva a cabo mediante ejercicios escritos como parte de los instrumentos para el posterior análisis.

### **Fundamentos metodológicos y didácticos**

Con relación a la adaptación de los talleres y los recursos desarrollados en los mismos, se recurre a la aplicación de unas metodologías propias desde unos referentes concretos a saber: el Paradigma Pedagógico Ignaciano (PPI) en el marco de la pedagogía ignaciana, las comunidades de diálogo o indagación como rutas propias del programa de Filosofía para Niños, tipos de discusión como parte de las categorías discursivas que se pueden desarrollar en el aula mediadas por el diálogo a favor de la construcción de buenas razones y argumentos.

### ***Paradigma Pedagógico Ignaciano (PPI)***

Partiendo de la realidad formativa de los estudiantes del Colegio San Bartolomé la Merced, la cual se instaura desde la Pedagogía Ignaciana, la estructura de adaptación de los talleres se plantea a partir de los diferentes momentos del Paradigma Pedagógico Ignaciano (Velásquez, 2006). Desde un *contexto*, siendo el momento concreto de *Me dispongo* teniendo en cuenta el momento particular y la disposición corporal de cada estudiante y del grupo en general.

El momento de la *experiencia*, denominado como *experimento* dentro del cual se proponen acciones con aplicación de diversas metodologías pedagógicas que permitan la transformación y la significación del aprendizaje teniendo en cuenta los procesos corporales y afectivos. También se involucran procesos de la lectura de los textos que se hace de manera colectiva (escucha atenta).

En el momento de reflexión denominado *reflexiono*, está mediado por el diálogo, se invita a pensar de manera colectiva sobre las nuevas ideas que surgen a partir de las experiencias que implican la corporalidad o de los textos revisados. Para este momento se desarrolla de manera concreta la metodología de la comunidad de diálogo propio del programa de Filosofía para Niños y dentro de esta dinámica, se desarrollan los diversos tipos de discusión y prácticas del filosofar. El objetivo de este momento es el de construir nuevas ideas involucrando procesos del desarrollo de habilidades de pensamiento crítico, creativo y cuidadoso procurando llegar a la construcción de pensamiento superior (*high thinking*).

Para el momento denominado *evalúo*, se invita a examinar (procesos de metacognición) de manera individual y colectiva (comprensión de sí mismo y de los otros) sobre las experiencias en torno a los recursos de estoicismo y del proyecto BOECIO y sobre sus propias problemáticas y experiencias de vida (ACODESI, s.f p. 27).

### ***Comunidades de diálogo e indagación***

Para el momento del intercambio dialógico, se parte de la idea del diálogo filosófico, que para esta propuesta se encuentra enmarcado en la metodología de comunidad de diálogo desde el programa de *Filosofía para Niños*. Este momento presupone la construcción del pensamiento crítico, creativo y cuidado en el ejercicio de la interacción; esto es, la manifestación de actitudes éticas que permitan el reconocimiento del otro (García



Moriyón) y (Lipman, Sharp, & Oscayan, 1992).

Otro elemento relevante en la comunidad de diálogo es la interacción y diálogo bidireccional de razones y argumentos débiles o sólidos, dilucidadas en el mismo intercambio de ideas que se construyen y transforman en el avance de la *comunidad de diálogo*, teniendo en cuenta la facultad de indagación autocorrectiva sin pretender con ello que la formulación de nuevas ideas sean únicas o definitivas. Sobre la idea de las comunidades de indagación, Stella Accorinti (1996) afirma que es “intentar hacer de la clase una comunidad de indagación”, esto es, “siempre un caminar en el camino” (p. 35). por lo cual nunca se logra estar en una comunidad de indagación ya terminada pues esta se auto revisa y autoevalúa constantemente.

La comunidad de indagación responde a contribuir a procesos relacionados al desarrollo del pensamiento complejo, lo cual implica variados elementos. Sólo por mencionar algunas de las características, éstas van desde pensar sobre su propio pensamiento, aceptar las correcciones, ser capaces de escuchar atentamente, hacer revisión de los propios puntos de vista (autogobierno) a partir de la construcción de argumentos colectivos, establecer juicios, nuevas ideas y conceptos (solidaridad), pero, sobre todo, de dialogar con los otros como iguales (empatía) (Accorinti, 1996).

### ***Tipos de discusión y prácticas del filosofar***

Dentro del desarrollo de los talleres, para el momento propio de la reflexión en comunidad, se propone el desarrollo de lo que Brenifier (2012) llama tipos de discusión y prácticas del filosofar las cuales han sido pensadas para el ejercicio reflexivo propio del aula. A continuación, se describen los utilizados en la propuesta de acuerdo al propósito del diálogo de cada taller. El ¿Qué hay de nuevo? Es un tipo de discusión existencial, es decir, que permite que el participante del diálogo comparta sus propias experiencias, sus problemas e inclusive, sus

emociones. El debate de opiniones que es parecido al anterior tiene como característica el desarrollo de una cuestión más específica, un tema concreto en dónde la función del acompañante, inclusive de los mismos participantes es no desviar el camino del diálogo de acuerdo con su propósito.

Finalmente, como parte de las prácticas del filosofar, teniendo como premisa la problematización de las opiniones inclusive las propias y ponerlas a prueba, se propone la práctica de preguntarse unos a otros, la cual consiste en preguntarse recíprocamente; cuando una persona exprese sus ideas con relación al tema que se está discutiendo, antes de dar paso al siguiente participante se da un tiempo prudencial para que cada uno tenga la oportunidad de pensar sobre la intervención y se hacen las preguntas a que haya lugar, respetando todo el tiempo que el diálogo surja uno a uno y entre los participantes. El propósito es desarrollar el diálogo socrático cuestión que permite profundizar y aclarar cada una de las ideas (Brenifier, 2012).

El método socrático es una forma de pensamiento crítico que implica procesos dialógicos que facilita los procesos de autoconocimiento y de construcción de conocimiento con los otros. El método socrático contempla preguntas de aclaración, de suposición, preguntas que requieren razón o pruebas, preguntas sobre las perspectivas, preguntan que implican consecuencias y preguntas sobre las preguntas.

### ***Escritura de sí***

Se comprende la escritura de sí como un ejercicio sobre sí mismo que reactiva lo que sabe, vuelva hacer presentes para sí un principio, una regla o un ejemplo, reflexiona sobre ellos, los asimila y se prepara para afrontar lo real. La escritura como elemento del entrenamiento de sí, tiene, para utilizar una expresión que se encuentra en Plutarco, una función ethopoiética: es un operador de la transformación de la verdad en éthos. La escritura como ejercicio personal hecho

por sí y para sí es un arte de la verdad inconexa o, más precisamente, una manera reflexiva de combinar la autoridad tradicional de la cosa ya dicha con la singularidad de la verdad que en ella se afirma y la particularidad de las circunstancias que al respecto determinan su uso. Mediante el juego de las lecturas escogidas y de la escritura asimilativa, debe poder formarse una identidad a través de la cual se lea toda una genealogía espiritual. Escribir es, por tanto, «mostrarse», hacerse ver, hacer aparecer el propio rostro ante el otro. Al final del ejercicio se propone redactar, a modo de entrenamiento, una carta a un compañero: La carta que se envía para ayudar a su comunicante —aconsejarlo, exhortarlo, amonestarlo, consolarlo— en la que expone los aprendizajes de dicha práctica (Galichon, 2020).

## Resultados

Teniendo en cuenta el enfoque de la investigación que es cualitativa, con el método de Investigación Acción Participativa (IAP) y desde la pregunta establecida para el proyecto ¿De qué manera contribuyen los recursos de la filosofía estoica y del proyecto BOECIO en el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico, habilidades reflexivas y de gobierno de las pasiones para el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales en la edad adolescente de estudiantes de educación media del colegio San Bartolomé la Merced de la ciudad de Bogotá Colombia? se aborda los tres grandes referentes que son el habilidades de pensamiento crítico (HPC), habilidades reflexivas (HR) y de gobierno de las pasiones (GP) para lo cual se establecen unas categorías para llevar a cabo el análisis e interpretación de los datos obtenidos a partir de las técnicas para la recolección de la información que en este caso corresponden a grupo focal, observación simple no regulada y diarios. Los instrumentos analizados corresponden a los ejercicios escritos de los participantes y el diario de campo por parte de la investigadora. A continuación, se presenta la relación de los referentes centrales de la propuesta a manera de categorías principales y sus subcategorías y una breve descripción:

**Tabla 1***Sistema de categorías y subcategorías*

<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>
<b>Habilidades de</b>	<p>Construcción mental como parte de la razón humana en la cual se expresan las características de las cosas. implica analizar diversas informaciones para luego clarificar (Sátiro, 2016).</p>
<b>Argumentación</b>	<p>Es un razonamiento que pretende probar y defender una proposición o tesis. Para que un argumento sea correcto, debe tener como condiciones la claridad, la pertinencia y la suficiencia. Existen argumentos de carácter inductivo, deductivos, de autoridad, de hecho, demoralidad, entre otros.</p>
<b>Descripción</b>	<p>Son formas de narrar o explicar de manera ordenada la información. Consiste en especificar características que permitan diferenciar y precisar más detalladamente</p>
<b>pensamiento crítico (HPC)</b>	

---

	sobre lo descrito y por tanto, ampliar el conocimiento convirtiéndose en muchos casos en tipos de definición(Sátiro, 2016). Es un argumento aparentemente correcto el cuál no se presenta como válido ya que las justificaciones de las conclusiones no responden a buenas razones(Barrientos, 2010). Se expresan para intentar persuadir o manipular o sin alguna intención secundaria determinadas por descuido o falta de conocimiento.
<b>Identificación de falacias</b>	
	El autoconocimiento es un proceso reflexivo en el cual una persona adquiere noción de su yo, de lo que lo caracteriza, de sus cualidades y defectos, de sus limitaciones, necesidades, aficiones y temores.
<b>procesos de autoconocimiento</b>	La triada estoica representada a manera de triángulo que compone la idea felicidad o eudaimonia, el areté o virtud, la concentración en lo que puedes influir y asumir la responsabilidad de la vida con tranquilidad o ataraxia.

---

---

**Habilidades reflexivas (HR) análisis de la**
**narración propia**

La narración propia ejerce un papel crucial en el desciframiento de la identidad de un hombre o de un pueblo. La narración permite la ampliación de la facultad de juzgar, la cual es interpretada como la facultad política por excelencia. (Fonnegra, 2012)).

**profundización**

La comprensión de la relación entre las creencias y las actitudes sobre las situaciones permiten transformar las emociones. Lo que

**cotidianas**

ocasiona el sufrimiento no son los hechos en sí, sino los supuestos que se generan de estas (Jiménez, 2022).

Las emociones contienen un juicio de valor y dentro del amplio espectro de categorización se encuentran emociones buenas o malas, el valor semántico de las emociones tiene un grado menor con relación a las pasiones y son definidas de manera general como mecanismos de reacción instintivas y rápidas ante situaciones inesperadas.

**conocimiento de las**
**emociones**

Desde la doctrina moral de Aristóteles, tanto las emociones como las pasiones se relacionan con el comportamiento humano.

El origen de la palabra pasión se deriva del latín “*passio*” que significa “*sufrimiento*”, suele relacionarse a las pasiones un con mayor complejidad y desmesura con relación a las emociones y suelen oponerse a la razón

### **Gobierno de las pasiones (GP)**

**Gobierno sobre las** (*logos*) (Antonie Gagin, 2006).

### **emociones excesivas**

El estoicismo centra su atención en el desarrollo de habilidades de pensamiento con relación al gobierno de las pasiones

---



---

**Disminución de las emociones desbordadas y negativas** La presencia de la filosofía como práctica para ayudar en el ejercicio de reflexión, no sólo aliviar sino además de proyectar aquello que pueda suceder y para lo cual debemos estar preparados.

---

*Nota.* Habilidades de pensamiento crítico, reflexivo y de gobierno de las pasiones.

**Tabla 2**

*Cuadro comparativo de expresión de las emociones grupo focal*

Categoría	Emoción	Estudiante #1	Estudiante #2	Estudiante #3	Estudiante #4	Estudiante #5
Reconocimiento de emociones	<b>Felicidad</b>	El reencuentro con mi pareja, tras estar alejados durante dos meses por viajes en vacaciones. No solo fue un sentimiento de felicidad, sino también	La persona que me gustaba aceptado ser mi pareja.	Cuando empecé el último año de colegio, estuve muy feliz porque sentí que estaba culminando una etapa muy importante de mi	Cuando una de mis amigas me dijo que confiaba en mí y que estaba agradecida de que nos hubiéramos	En octubre del año pasado, tuve mi primer viaje fuera del país con mi papá y mis hermanos. Toda la experiencia del viaje fue mágica

---

de euforia y satisfacción.	vida rodeada de buenas personas.	conocido porque la ayude en ciertos aspectos de su vida.	y fabulosa en todo sentido, pero jamás olvidaré la inmensa felicidad que sentí al llegar a nuestro destino, Nueva York, recuerdo esa euforia y emoción que me hizo sentir realmente viva.
-------------------------------	-------------------------------------	---	---

---

<b>Tristeza</b>	Cuando pienso en los trámites que se están realizando en el hogar	He perdido una amistad que	Quizás el recuerdo más triste que tengo es cuando mi	Una vez iniciada la pandemia no	uno de los que más me han marcado, fue
-----------------	---	-------------------------------	--	---------------------------------------	--

---

---

para mudarse, pues no	significabamuch	mamá tuvo un	pude realizar un	cuando mi papá
quiero hacer el cambio,	para mí	episodio de salud	viaje que me	se mudó de
y siento mucha		bastante complejo.	emocionaba	nuestro hogar
impotencia al expresar			bastante	debido al
mis inconformidades,			realizar.	divorcio con mi
porque siento que no			Especialmente	mamá. Esta
seré tenido en cuenta.			porque	experiencia me
			consideraba que	genero mucha
			iba a ser una	tristeza.
			experiencia que	
			meayudaría a	
			conocerme	
			mejor yganar	
			más autonomía.	

---

<b>Desaliento</b>	Cuando veo procesos	Saqué una mala	Durante la	Tenía que	Me considero
	democráticos quese	nota apesar de	pandemia tuve una	realizar una	una persona

---

---

realizan de manera	haberme esforzado	época en donde me	actividad del	autoexigente y
sucia, desalienta el	mucho.	sentí con bastante	colegio la cual	perfeccionista,
mismo hecho de si en		desaliento frente a	iba a tener que	una mezcla que
un futuro ejercer el		la idea de continuar	presentar.	puede resultar
sufragioo no, y también		encuarentena.	Durante el	negativa cuando
se siente indignación y			proceso de	hay acumulación
rabia.			síntesis de la	de pensamientos,
			información en	responsabilidades
			el organizador	y demás aspectos
			gráfico que sería	que afectan
			mostrarme di	factores
			cuenta que	importantes en la
			faltaba	vida. no he
			información	tenido la energía
			pero el tiempo	física y
			que nos restaba	emocional para

---

---

para completar seguir, y sin duda  
la actividad no el desaliento se  
era suficiente mantuvo por un  
tiempo  
prolongado.

---

<b>Ira</b>	Cuando comenzaron los ataques de Rusia hacia Ucrania, sentí indignación por la guerra que se está llevando acabo y por sus razones, además de sentir una profunda tristeza,junto con	Mi compañeroen un trabajo de clase se ha quejado con elprofesor de que no he hecho nada cuando yo soyla persona que se ha trasnochado para completar esa actividad.	Cuándo ocurrió una situación enel colegio en donde se omitióbásicamente lasrazones por las cuales la victimaria estaba intentando hacer que algo pasara en el colegio para queno se presentaran	Una persona recientemente expresó una opinión de naturaleza discriminatoria contra varias minorías.	Una situación específica que me hace sentir ira es cuando las personas me llaman sensible, dramática y/o llorona.
------------	--	---	---	---	---

---

---

situaciones de  
injusticia

<b>Indignación</b>	Cuando unos amigos rompieron un trofeo que tenía, pues les solicité que lo cuidaran por pocos instantes mientras me ausentaba, y al llegar, estaba roto por la mitad, también sentí decepción y tristeza.	Mis padres me han levantado la voz cuando no he hecho nada	Cuando estaba gestionando unos permisos para unas actividades del colegio y hubo un desorden para realizar el trámite y sentí ira porque por culpa de esa situación me atrasé realizando más pendientes	Cuando uno de mis compañeros en una actividad en grupo desmontó todo el trabajo que había hecho yo para rehacerlo.	para los hombres. He recibido comentarios típicos dirigidos a mi rol como mujer que me hacen ver débil e incapaz y que cuestionan mis capacidades a diario. Es indignante que se sigan normalizando.
--------------------	---	--	---	--	--

---

---

<b>Desespero</b>	Sentimiento que surge cada vez que pienso en las universidades, pues estoy desesperado porque todo salgabien, y porque anhelo un maravilloso futuro con muchas alegrías.	Pospuse muchos trabajos para último momento y no creo que poder Completarlos.	Aun no tengo claro que quiero estudiar o que hacer una vez salga del colegio y esa incertidumbre causa desesperación.	Cuando sé que hay muchas cosas por hacer y no tengo suficiente tiempo.	Un ejemplo de desesperación que siento frecuentemente es cuando estoy trabajando en grupo y las personas no contribuyen.
<b>Celos</b>	De mi hermano porque siento que mis papás validan más sus cosas que las mías.	Mis padres le han dado a mi hermano algo que yo quería.	Cuando mi mejor amiga prefiere pasar tiempo con otra persona que también es muy buena amiga.	Cuando estaba en primaria solía celara mis amigos mucho; es decir, me molestaba que ellos hicieran	Frente a los celos, hay una situación en específico que llega a mi mente, y es las personas que, a esta edad,

---

---

otros amigos o han tenido o  
 que pasaran más tienen el amor  
 tiempo con romántico  
 gente nueva que adolescente y de  
 conmigo. colegio que  
 desde pequeña he  
 idealizado.

---

<b>Desagrado</b>	Cuando en algunos casos específicos mi hermana recibe una mayor atención por parte de los miembros del hogar.	Alguien con quien no quiero estar solo se hace conmigo y me habla en todas las clases.	Cuando mis papas consentían más a mi hermano que a mí.	Cuando al final de cada periodo académico, nos mandaban una cantidad de tareas que se cruzaban con la época de
------------------	---	--	--	--

---



---

 exámenes

 finales.
 

---

*Nota..* Resultado de expresión de situaciones relacionadas con emociones y pasiones.

### Tabla 3

#### *Habilidades de pensamiento crítico*

Categoría	Habilidades de pensamiento crítico (HPC)
Subcategoría	Observaciones
Conceptualización	<p><b>Febrero 23/22:</b> Se hace identificación de los conceptos de “entrenamiento” y “filosofía”. Se pide conceptualizar mediante comparación, contrastación, relación de las ideas de entrenamiento y filosofía.</p>
	<p><b>Marzo 9/22:</b> Se hace identificación de las habilidades y conceptos propios del estoicismo “diakrisis” “prosoche” “parresia” “visión cósmica”.</p>
	<p><b>Marzo 23/22:</b> Aparecen nuevos conceptos como: “<i>eudaimonia</i>”, “<i>areté</i>” y “<i>Ataraxia</i>” relacionados con la felicidad, virtud y tranquilidad respectivamente. Se habla también sobre la “dicotomía del control” que significa centrarse en lo que depende de nosotros o la idea de “amor fati” que significa amor al destino.</p>
	<p><b>Marzo 30/22:</b> se invita a pensar sobre la primera lectura: Aristóteles entendía por pasiones entidades que nos afectaban, es decir, “las cualidades que puede alternativamente revestir un ser” (Metafísica, 1013b)</p>

---

---

**Actitudes****Necesidades**

Muestran gran interés sobre los conceptos nuevos: fundamentos y habilidades del estoicismo. Les causó gran inquietud la idea de “visión cósmica”. Hacen relación directa con sus propias capacidades de separar la expresión de las emociones con la capacidad para razonar.

No se evidencian necesidades desde el desarrollo de habilidades conceptuales.

**Observaciones**

**Marzo 16/22:** Se les pide dar razones o argumentos de sus ideas.

**Actitudes****Necesidades**

Al igual que en los momentos de identificación de conceptos, No hay una evidencia de necesidad particular con mostraron interés para exponer argumentos. Son participantes relación a los procesos de argumentación. con una preparación previa a lo largo de su vida escolar.

**Observaciones**

**Febrero 23/22** Expresan los sentimientos y emociones con los que llegaron, cómo se sienten al terminar las experiencias y qué esperan.

---

---

Varios de los participantes manifestaron haber llegado con expectativa, no entendían porque el encuentro era en el gimnasio. Las emociones previas al encuentro fueron tranquilidad, felicidad de regresar a los espacios físicos, necesidad de cuidarnos entre todos.

El confinamiento los aturde, los afecta emocionalmente. En varios casos la convivencia permanente con la familia los agobia, surgieron situaciones difíciles. Les hace falta sus amigos o parejas. Algunas de las expresiones fueron “No es lo mismo estar aquí con todos que estar conectado a una pantalla” “Necesitamos la socialización”.

Llegaron muy dispuestos. Los animó el hecho de la preparación física. Dudaron al iniciar la experiencia en las máquinas, pero al ir escuchando las indicaciones lo fueron haciendo con tranquilidad.

Murmuran entre ellos, muestran algunas de las palabras que se van escribiendo en el tablero y siguen hablando en parejas.

**Marzo 16/22:** Expresan que se sienten mucho mejor en el colegio, se sienten “libres”, que es “esperanzador” pensar que ya **Volvemos** a la “normalidad”, “no hay nada como poder vivir todo esto en la realidad y no por un computador”.

Se les pide que observen los elementos que ven diferentes en el espacio e inmediatamente toman las mancuernas y empiezan a hacer ejercicio, los hombres muestran mayor interés. Las mujeres les causa risa tomar las mancuernas y empezar a ejercitar.

**Marzo 23/22:** Teniendo en cuenta la situación particular de la estudiante que tiene una situación familiar que la está afectando, no se lleva la idea de “amor fati”.

---

---

**Descripción**

**Marzo 30/22:** De camino al bosque se van encontrando “pistas” (fragmentos de la lectura) sobre el gobierno y se va haciendo estación para cada una de ellas.

En este punto se les pide que traigan al momento el ejemplo del encuentro anterior con relación a las alternativas y las nuevas situaciones en torno a la ruta escolar. Se les pide que piensen en la posibilidad de un ser querido ¿Qué sería lo primero que harían? ¿Qué deben hacer? Se hace referencia a la idea de “Amor

**Abril 6/22:**

Se inicia desarrollo de la propuesta de manera individual: identificación de algunas emociones y descripción de una situación particular alrededor de la emoción

**Actitudes**

**Necesidades**

Al revisar la descripción de las observaciones, se hace evidente que todas las vivencias son objeto de descripción desde la realidad, desde las voces de los participantes. Esto involucra las emociones.

De expresar las ideas como surgen, de describir lo que viven y lo que sienten.

**Observaciones**

---

## Identificación de falacias

**Marzo 16/22:**

Se vuelve a algunas de las citas y se les pide identificar falacias tanto en lo escrito como en las interpretaciones que se hacen. Un estudiante identifica en la primera frase de la cita de Epicteto Si al acercarte a un atleta le dijeras “¡muéstrame tus progresos!” y él y dijera “«¡Mira mis pesas!» encuentra que no tiene que ver mostrar sus pesas cuando lo que le piden es la muestra de sus progresos en el entrenamiento físico.

**Actitudes****Necesidades**

Les llama la atención la cita en mención. Identifican los elementos de una falacia.

No se evidencian necesidades.

*Nota.* Resultados e interpretación de las HPC y las subcategorías de conceptualización, argumentación, descripción e identificación de falacias.

**Tabla 4***Habilidades Reflexivas*

<b>Categoría</b>	<b>Habilidades Reflexivas (HR)</b>
<b>Subcategoría</b>	<b>Observaciones</b>
<b>ría</b>	

---

**Febrero 23/22:** Se pide hacer disposición de cuerpo, la mente y las emociones para iniciar la experiencia. Pensar sobre las emociones que se generan. Con qué sentimientos y emociones llegan al primer encuentro. cómo se sienten al terminar las experiencias y qué esperan.

El confinamiento los aturde, los afecta emocionalmente.

**Marzo 9/22:** Se les pide pensar en las emociones con las que llegan.

proponen entre otras ideas la de mantener una actitud crítica y consciente de la vida, revisar todo lo que pasa y hacer el discernimiento pertinente para cada acción.

---

---

**Marzo 16/22:** Momento de disposición. Se les pide pensar en las emociones con las que llegan. En un pequeño diálogo previo a la experiencia se les pide expresar lo que sienten.

**Marzo 23/22:** Se plantea el siguiente plan de discusión: ¿Se relacionan los fundamentos de la filosofía estoica a tu vida, tus emociones? ¿Por qué? ¿Cuál es la vida que vale la pena vivir?

**Marzo 30/22:** Se invita a llevar a cabo la disposición de mente, cuerpo y emociones mediante ejercicios de respiración profunda. Se les pide que piensen en la posibilidad de la pérdida de un ser querido ¿Qué sería lo primero que harían? ¿Qué deben hacer? Se hace referencia a la idea de “Amor fati”.

**Abril 6/22:** centrar nuestros sentidos, pensamientos y emociones al ejercicio escrito.

### **Actitudes**

En la mayoría de los casos se evidencia disposición. En casos particulares se les ve afligidos.

### **Necesidades**

Acompañar en procesos mediante ejemplos sobre el “amor fati”.

### **Observaciones**

**Marzo 9/22:** Escritura de sí mediante bitácora personal.

Se les invita a pensar y relacionar los conceptos vistos mediante la pregunta ¿En qué situaciones de tu vida has experimentado alguno de los conceptos? A lo que contestaron: “He tenido que poner en práctica la “diakrisis” en la separación de mis papás,

---

yo no puedo decidir sobre eso, no me corresponde”.

“es cierto, todo el tiempo nos estamos imaginando cosas que no sabemos si son así o no”.

**Marzo 16/22:** dicen haber estado relacionando los conceptos vistos en la sesión anterior con las situaciones que viven.

**Marzo 23/22** “no es necesario saber de muchos autores o mucha filosofía para saber que puedo pensar desde la filosofía”.

**Abril 6/22:** Situaciones de su propia realidad. Identificación de algunas emociones y descripción de una situación particular alrededor de la emoción.

Análisis de la narración propia

### **Actitudes**

### **Necesidades**

Se evidencia una serie de emociones diversas en los diferentes momentos. Para el momento de la escritura de sí en la bitácora busca espacios particulares y centran su atención. Necesitan acompañamiento en los procesos de narración de sus propias experiencias.

---



**Profundización** **Marzo 9/22:** Proponen entre otras ideas la de mantener una actitud crítica y consciente de la vida, revisar todo lo que pasa y hacer el discernimiento pertinente para cada acción.

**Situaciones cotidianas** Hicieron relaciones entre separar los hechos, de las interpretaciones, consideran que no se pueden separar las emociones de lo que pensamos o hacemos con expresiones como: “yo no puedo dejar de sentir” o “yo puedo razonar y al mismo tiempo sentir, no entiendo porque hay que separar una cosa de la otra” y otras ideas como “escierto, todo el tiempo nos estamos imaginando cosas que no sabemos si son así o no”.

**Marzo 16/22:** “así como ejercito mi cuerpo, debo ejercitar mi mente. Se hace análisis de la cita y se relaciona con la idea que no se hace filosofo el que más libros lea sino el que pone en práctica las ideas filosóficas en su propia vida.

“Comprendo de la lectura que muchas veces nos quedamos en el discurso y las palabras bonitas, pero poco actuamos”.

**Marzo 23/22:** “No esperes que los eventos sucedan como deseas. Desea que ocurran como son, y tu vida transcurrirá sin problemas” – Epicteto.

**Abril 6/22:** Se inicia desarrollo de la propuesta de manera individual: identificación de algunas emociones y descripción de una situación particular alrededor de la emoción. Ejercicio de un hecho, la interpretación, las evidencias y las pasiones (emociones) generadas y la identificación de situaciones determinadas y cuáles puede cambiar y cuáles no.

**Actitudes**

**Necesidades**

Se muestran permanentemente reflexivos haciendo relaciones de las experiencias con situaciones de sus vidas. Acompañamiento en los procesos de profundización sobre las situaciones cotidianas.

---

*Nota.* Resultados de la categoría HR y las subcategorías procesos de autoconocimiento, análisis de la narración propia y profundización sobre las situaciones cotidianas.

### Tabla 5

#### *Gobierno de las Pasiones*

Categoría	Gobierno de las pasiones (GP)
Subcategoría	Observaciones
Reconocimiento de las emociones	<p><b>Febrero 23/22:</b> Con qué sentimientos y emociones llegan al primer encuentro. Cómo se sienten al terminar las experiencias y qué esperan.</p> <p>Las emociones previas al encuentro fueron tranquilidad, felicidad de regresar a los espacios físicos, necesidad de cuidarnos entre todos.</p> <p><b>Marzo 9/22:</b> Expresan que no quieren volver a las restricciones de no acercarse mucho, de no poder venir todo el tiempo al colegio. El confinamiento los aturde, los afecta emocionalmente.</p>

---

**Marzo 16/22:** Expresan que se sienten mucho mejor en el colegio, se sienten “libres”, que es “esperanzador” pensar que ya volvemos a la “normalidad”, “no hay nada como poder vivir todo esto en la realidad y no por un computador”.

**Abril 6/22:** Centrar nuestros sentidos, pensamientos y emociones al ejercicio escrito.

### **Actitudes**

Se pone en evidencia diversidad de emociones que atraviesan su experiencia vital.

### **Necesidades**

Acompañamiento en los procesos de identificación de emociones.

### **Observaciones**

**Gobierno Febrero 23/22:** El confinamiento los aturde, los afecta emocionalmente.

**sobre las emociones excesivas** **Marzo 9/22:** “He tenido que poner en práctica la “diakrisis” en la separación de mis papás, yo no puedo decidir sobre eso, no me corresponde” Sobre el concepto de “parresia” expresaron: “una cosa es decir la verdad y otra muy diferente se grosero y ofender con lo que se dice”.

### **Actitudes**

Se evidencia una serie de emociones diversas en los diferentes momentos. Para el momento de la escritura experiencias.

### **Necesidades**

De acompañamiento en los procesos de narración de sus propias experiencias.

---

de sí en

la bitácora busca espacios particulares y centran su

atención.

### Observaciones

**Disminución** **Febrero 23/22:** En el momento de la reflexión mediada por el diálogo expresan que no quieren volver a las restricciones

**emociones** de no acercarse mucho, de no poder venir todo el tiempo al colegio.

**desbordadas**

**Marzo 23/22:** Se les pregunta sobre aquellas emociones negativas y las relacionan con situaciones familiares que están

y

sucediendo (caso de la estudiante que había manifestado la situación de separación de sus padres en sesiones anteriores),

**Negativas**

dice que se siente desilusionada de sus papás y que no sabe qué hacer.

### Actitudes

Se muestran reflexivos permanentemente.

### Necesidades

Acompañamiento en la gestión de emociones desbordadas.

---

*Nota.* Resultados de la categoría GP con las subcategorías reconocimiento de las emociones, gobierno de las pasiones excesivas y disminución de emociones desbordadas y negativas.

Teniendo como propósito la revisión de habilidades de pensamiento crítico (HPC), habilidades reflexivas (HR) y del gobierno de las pasiones (GP) con las correspondientes subcategorías descritas en las gráficas anteriores, se presenta el análisis e interpretación de la información obtenida en los instrumentos utilizados. Dicho ejercicio se hará de manera independiente para cada instrumento y luego se analiza de manera conjunta.

Cada subcategoría ha sido definida desde los referentes conceptuales revisados durante el proceso lo que permite contextualizar y sustentar el desarrollado de las experiencias propuestas registradas en los instrumentos utilizados.

En los resultados que se presentan en el diario de campo como parte de la técnica de observación simple, se categoriza cada una de las habilidades desarrolladas en la experiencia. Para el caso de las habilidades de pensamiento crítico, se propone las habilidades de conceptualización, argumentación, descripción e identificación de falacias.

En cada caso se tiene en cuenta la frecuencia con que se mencionan y se desarrollan en la experiencia identificando que las habilidades de conceptualización y descripción tienen un mayor impacto sobre las de argumentación e identificación de falacias. Por la naturaleza de reconocimiento de habilidades propias del estoicismo, se hace necesario hacer procesos de nominar y relacionar con los conceptos cotidianos de los estudiantes. Los conceptos que predominan son *entrenamiento, filosofía* y los propios del estoicismo. La narración, por su parte, es un fenómeno natural en cualquier acto comunicativo y se requiere de ello para contextualizar las situaciones y posibles problemáticas que presentan los individuos, en este caso, el grupo focal. Se hace revisión y se evidencia un mayor impacto en los conceptos de *diakrisis, prosoche, parresia, amor fati* y *visión cósmica*. Estos últimos cobraron gran importancia durante el proceso

y sobre el cual tuvieron la oportunidad de problematizar con relación a sus propias realidades.

Con relación a las habilidades reflexivas, se lleva a cabo procesos de autoconocimiento, análisis de la narración propia y profundización de situaciones cotidianas. El proceso que se evidencia más frecuente durante las experiencias es el de autoconocimiento mediado por los momentos de disposición y atención plena al cuerpo y los sentidos como parte del *me dispongo* en el marco del Paradigma Pedagógico Ignaciano. Dentro de las propuestas se desarrolla además la atención a las emociones que van acompañando su proceso. Con relación al análisis de la narración propia, se refleja en el ejercicio denominado la *escritura de sí* en la bitácora personal. Aunque en el registro de diario de campo se evidencia en unos momentos concretos que se especifican en los talleres mediante un plan de discusión, este instrumento fue de uso permanente y del cual se evidenció un ejercicio comprometido y consciente por parte de cada uno de los participantes.

Sobre la propuesta de profundización de situaciones cotidianas, se refleja un ejercicio comprometido y una actitud crítica con relación a los fundamentos, habilidades y conceptos del estoicismo y de cómo dichas herramientas favorecen los procesos de comprensión de sus propias vivencias desde el pensamiento comparativo y establecimiento de analogías. Fue un espacio de permanente reflexión en torno a los nuevos conceptos que empezaban a habitar la experiencia.

En lo que respecta a la categoría de gobierno de las pasiones, se establecen las subcategorías de reconocimiento de emociones, gobierno sobre las emociones excesivas y disminución de emociones desbordadas y negativas. Sobre el análisis de los hallazgos en el registro de diario de campo se encuentra que en el desarrollo de las experiencias se enfatiza con mayor impacto sobre el reconocimiento de las emociones mediado por los momentos de identificación de emociones al inicio y al final de cada propuesta, los espacios de diálogo

generados alrededor de las emociones que atraviesan en sus contextos cotidianos teniendo en cuenta la etapa vital. Si bien es cierto no se ahonda en los procesos emocionales de manera particular, si se ofrece las herramientas y contextos necesarios para la identificación y expresión de estas. Es interesante evidenciar como logran vincular los conceptos propios del estoicismo con sus propias vivencias y establecen unos juicios de acuerdo o desacuerdo inclusive con la propia definición.

A partir de los resultados obtenidos, se evidencia una relación de las habilidades abordadas en el estoicismo desde el *logos* o pensamiento crítico y el *ethos* como habilidades reflexivas y gobierno de las pasiones y de cómo dichas habilidades se evidencian en procesos de narración de la propia vida lo cual provee de herramientas para analizar la propia vida. Desde la conceptualización propia de las habilidades estoicas, se observa un alto impacto en el acto del juicio personal mediado por lo que se conoce como *diakrisis* en la capacidad de distinguir las situaciones que pueden ser cambiadas por la propia determinación sobre aquellas sobre las cuales no se tiene el poder de cambiar. Para este ejercicio se tiene en cuenta una habilidad que los estudiantes han desarrollado a lo largo de la vida escolar que es el *discernimiento*. La idea de visión cósmica cobra gran sentido para los participantes quienes hacen una relación directa con sus propias vivencias e identifican situaciones en las que es posible separar los hechos de las interpretaciones como de aquellas que no.

La ejercitación del pensamiento lógico se lleva a cabo de manera práctica mediante las experiencias en las que se hace relación entre juicio y razón en los registros de cuadros comparativos donde se hace evidente el uso de habilidades como la conceptualización, la argumentación, la descripción e identificación de falacias. Con relación al pensamiento reflexivo y gobierno de las pasiones, para los participantes resulta incompatible la idea de la liberación del

individuo de las pasiones entendidas como emociones o sensaciones naturales, cuestión por la cual se convierte en tema de discusión en el desarrollo de las experiencias.

De manera concreta, en el taller 5 se propone el desarrollo de las ideas de *emoción* y *pasión* esta última como idea del estoicismo y dentro de las cuales se identifica emociones buenas o malas de los cual los palpitanes contrastan permanentemente con sus propias vivencias y clarifican ideas entre las emociones desmesuradas las cuales identifican mediante ejercicios de uso conceptual o argumentación (Antonie Gagín, 2006).

Desde la experiencia de las comunidades de diálogo, propias del programa de Filosofía para Niños, durante el ejercicio práctico la metodología de la comunidad permitió la identificación de las emociones propias de cada situación y categorizarlas en construcción comunitaria lo que contribuye al ejercicio de establecimiento de juicios libres de subjetividades (Sharp, 2006). Lo anterior apunta a la propuesta de Nussbaum (2014), desde la idea que el reconocimiento de las emociones propias y de los otros permite la construcción de principios y compromisos colectivos.

Los resultados del proyecto son comparados con la propuesta de la profesora Carmen Pérez quien desarrolla una propuesta paralela teniendo en cuenta las características de la población que son estudiantes en formación profesional básica de la institución IES Castillo quienes continúan actualmente en formación permanente sobre los recursos de la filosofía estoica y han puesto en práctica las habilidades desarrolladas tanto en proyectos de aula como en sus propias vidas cuestión que se pretende replicar con los estudiantes del presente proyecto y en general en el colegio San Bartolomé la Merced.



## Discusión

A partir de los resultados se lleva a cabo un análisis interpretativo en diálogo con los procesos desarrollados en el grupo focal y plasmados en los anteriores instrumentos tendiendo como base las categorías de HPC, HR y GP establecidas para la propuesta.

Partiendo de los registros por parte de los estudiantes con relación a las emociones sobre las que fueron navegando durante el proceso de aplicación de los talleres, se evidencia que existe una gran diversidad de situaciones dentro de las que se encuentran ideas como el amor, la amistad, la familia, la política, el comportamiento humano, las perspectivas hacia el futuro que impactan sus realidades y por tanto las relaciones e interacciones sociales las cuales van teniendo transformaciones en sus propias percepciones luego de reconocer recursos desde la filosofía que les permita gestionar sus propias emociones y establecer juicios con relación al gobierno de las pasiones (emociones excesivas, desbordadas o excesivas).

Lo anterior está relacionado con lo expuesto por Kaplan & Szapu (2020) sobre la idea que las emociones están directamente vinculadas con los contextos sociales lo cual afecta las estructuras emocionales y sociales conformando de esta manera los *circuitos afectivos* lo que lleva a una vinculación de las emociones en lo público, por tanto, en el ámbito de lo político. Con relación a la gestión de las emociones en público y lo político, se incluye la idea de la influencia de las emociones en la escuela que en términos de Nussbaum (2014) implica los principios o compromisos colectivos de acuerdo con los contextos y provoca espacios de empatía, este último, como actitud ética que debe atravesar la experiencia en la escuela en la relación estudiante-docente para contribuir a procesos deliberativos y de construcción de pensamiento en comunidad (Sharp, 2006).

El desarrollo del pensamiento crítico, al igual que las demás dimensiones del ser humano,

cobra gran importancia al momento de establecer juicios, inclusive en los procesos de autoconocimiento dentro de los cuales se pueden hacer análisis mediante la argumentación, la conceptualización, el descubrimiento de falacias, entre otras. El pensamiento crítico provee herramientas propias las cuales permiten la comprensión de las situaciones que rodean la experiencia vital y por tanto, la toma de decisiones y las posturas que se asumen frente a las situaciones particulares (Barrientos, 2020).

## Conclusiones

Luego de la identificación de las realidades socioemocionales de los estudiantes durante el tiempo de pandemia, se evidencia unas necesidades particulares con relación al manejo de las emociones para lo cual se propone el desarrollo de los recursos de la filosofía estoica en el marco del proyecto BOECIO que les permita estar preparados para afrontar las situaciones cotidianas en escenarios como el colegio, la familia, las relaciones con los otros. Los recursos que proponen permiten el desarrollo de habilidades reflexivas sobre su propia experiencia de vida.

La adaptación y diseño de los talleres desde los fundamentos de la filosofía estoica y el proyecto BOECIO para estudiantes de educación media permitió la exploración de diversos recursos, metodologías y rutas pertinentes de acuerdo con las necesidades particulares de los estudiantes de acuerdo a sus realidades y a la etapa vital.

La aplicación de los talleres permitió identificar las necesidades particulares de los estudiantes, facilitó espacios de vínculos afectivos. Las experiencias mediadas por los talleres potenciaron los procesos para el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico y habilidades reflexivas que permitieron el reconocimiento de las emociones desbordadas, excesivas y negativas, se evidenció como a través del proceso iban reconociendo aquellas emociones que no les permitía hacer distinciones de situaciones que estaban en sus manos cambiar frente aquellas que no están bajo su control (diakrisis) y la atención plena a sus pensamientos centrando la atención sobre sus propias emociones (prosoche).

Con relación al impacto de la aplicación de los talleres desde la propuesta del proyecto BOECIO se concluye que tuvo un gran significado para los estudiantes puesto que pudieron ser escuchados desde sus realidades emocionales y sociales. De otra parte, lograron potenciar el desarrollo de habilidades de pensamiento y reflexivas las cuales pueden aplicar a sus realidades.

Se determina que, aunque el proyecto se encuentra fundamentado para acompañar en procesos de autoconocimiento a personas en condición de exclusión social y en privación de la libertad, la población muestra del proyecto también se considera en condición de vulnerabilidad dadas las realidades emocionales que enfrentan en tiempos de confinamiento social determinados por la pandemia del COVID-19.

### Referencias bibliográficas

- Accorinti, S. (1996). ¿Qué no es la comunidad de indagación? *Revista Iberoamericana*, 34-39.
- Antonie Gagin, F. G. (2006). Las pasiones en el estoicismo. *Estudios de filosofía*, 187-199.
- Azcarate, P. (1871). *La Apología de Sócrates*. Madrid: Platón, obras completas. Barrientos, J. (2015). *Introducción a la filosofía aplicada y la filosofía clínica*. ACCI. Barrientos, J. (2020). *Filosofía aplicada experiencial*. Sevilla: Plaza y Valdés.
- Barrientos, J. (2021). Filosofía experiencial en prisión. En J. Barrientos, *Filosofar entre rejas* (págs. 17-41). Madrid: Plaza y Valdés editores.
- Barrientos, J., & López, M. A. (19 de abril de 2019). Filosofía aplicada en las cárceles.
- BBC News mundo. (29 de diciembre de 2018). *BBC News mundo*:<https://www.bbc.com/mundo/noticias46587528>
- BOECIO. (2022). *BOECIO Filosofía experiencial con personas en riesgo de exclusión social*. <https://institucional.us.es/boecio/?fbclid=IwAR0u08ZOTEmiYLXSszJ3Ax9CZQlGkgrXwu9Pli veRf7L9dyqz2LoqfNPd3Q>
- Brenifier, O. (2012). *La práctica de la filosofía en la enseñanza primaria*. Valencia: EDITILDE S.L
- Cázares, L. (2014). *Imbricar Filosofía para Niños y jóvenes en los centros escolares*. Octaedro
- Colegio San Bartolomé la Merced. (2021). *sanbartolo.edu.co*. [sanbartolo.edu.co](https://sanbartolo.edu.co):  
<https://sanbartolo.edu.co/propuesta-educativa-Magis>
- Fonnegra, C. (2012). *eafit.edu.co* [eafit.edu.co](https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/662/ClaudiaPatricia_FonnegraOsorio_2012.pdf?sequence=1&isAllowed=y):  
[https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/662/ClaudiaPatricia\\_FonnegraOsorio\\_2012.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/662/ClaudiaPatricia_FonnegraOsorio_2012.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Galichon, I. (27 de enero de 2020). *Editorial Universidad de Granada*.  
<https://revistaseug.ugr.es/index.php/TNJ/article/view/12639>

- Hadot, P. (1998). *Qué es la filosofía antigua*. México: Fondo de cultura económica. Hadot, P. (2006). *Ejercicios espirituales y filosofía antigua*. Madrid: Ediciones Siruela.
- Hernández, S., Fernández, C., & L., B. (2014). *Metodología de la investigación, 6ta edición, Cap. 4*. México: McGraw-Hill.
- Jesuitas Colombia. (2020). *Jesuitas Colombia* Jesuitas Colombia:  
<https://jesuitas.co/component/tags/tag/espiritualidad-ignaciana>
- Jiménez, M. (2022). ACV. ACV: [https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2014-01-27/lecciones-para-nuestra-vida-cotidiana-que-podemos-extraer-de-los-estoicos\\_74915/](https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2014-01-27/lecciones-para-nuestra-vida-cotidiana-que-podemos-extraer-de-los-estoicos_74915/)
- Kaplan, C., & Szapu, E. (2020). *Conflictos, violencias y emociones en el ámbito educativo*. México: CLACSO.
- Monje, C. A. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica*. 2011: Facultad de ciencias sociales y humanas Programa de comunicación social y periodismo.
- Nussbaum, M. (2014). Un problema en la historia del liberalismo. En M. Nussbaum, *Emociones políticas ¿Por qué el amor es importante para la justicia?* (págs. 3-42). España: PAIDÓS.
- Observatorio FIEX. (31 de enero de 2019). *Observatorio FIEX*. Observatorio FIEX:  
<https://observatoriofiex.es/diversidad-familiar-los-diferentes-tipos-de-familia/>
- Olivera, D., Gutiérrez, D., Pescador, L. A., Pinto, D., & Daza, C. (2020). *Guía para el desarrollo de las opciones de trabajo de grado especializaciones ECEDU*. UNAD.
- Parra, C. (2000). LA FILOSOFÍA Y EL SABIO ESTOICO: EXAMEN DE LA VIRTUD. *Horizontes educacionales*, 27-35.
- Pérez, C. (5 de abril de 2022). *La Gaceta*. La Gaceta:

<http://lagaceta.educarex.es/leer/filosofia-aplicada-llega-formacion-profesional-basica-proyecto-boecio.html> Raabe, P. (2011). ¿Qué es la orientación filosófica? *P@kenredes.*, 1-9.

Sánchez, ., R. (2004). *Enciclopedia de la cultura española*. Enciclopedia de la cultura española:

<https://www.filosofia.org/enc/ece/e50264.htm>

Sarmiento, V., & Cortés, R. (2021). Pensamiento crítico III. Falacias. En J. Barrientos, *Filosofar entre rejas* (págs. 218-219). Madrid: Plaza y Valdés.

Sátiro, A. (2016). *Jugar a pensar con niños de 3 a 4 años*. Barcelona: Octaedro.

Sharp, A. (2006). La educación de las emociones en la comunidad. *Revista Internacional Magisterio*, 28-33.

UNAD (2021). *academia.unad.edu.co*. academia.unad.edu.co:

<https://academia.unad.edu.co/ecedu/investigacion-y-productividad/grupos-de-investigacion>

Unicef. (2021). *Sostener, cuidar, aprender: lineamientos para el apoyo socioemocional en las comunidades educativas*. Santiago de Chile: UNICEF.

<https://www.unicef.org/chile/media/5701/file/Sostener%20cuidar%20.pdf>

Velázquez, H. F. (2015). El sujeto político: primacía del conflicto y de lo colectivo. 84- 115.

<file:///C:/Users/JOHANNA/Downloads/25770-Texto%20del%20art%C3%ADculo-100368-1-10-20160202.pdf>

Walton, H. (2022). *Pensamiento crítico y estoicismo*. PublishDrive.

## Apéndices

### Apéndice A

#### Taller No 1(enkrateia)

<p><b>Dirigido a:</b> Estudiantes del grupo institucional de filosofía colegio San Bartolomé la Merced  <b>Lugar:</b> Biblioteca del colegio</p>	<p><b>Fecha:</b> febrero 23 de 2022</p>
--	---

#### Recursos:

Gimnasio deportivo

Ropa cómoda e hidratación Diario o bitácora personal

#### Me dispongo:

Se invita a iniciar el encuentro en el gimnasio deportivo con ropa cómoda e hidratación. Se invita a disponer la mente y las emociones a la experiencia que se propone. Se hace una rutina de ejercicios de respiración y de consciencia del cuerpo (pensar sobre lo que están sintiendo).

#### Experimento:

Se iniciará la actividad física haciendo uso de los diferentes recursos del gimnasio: máquinas, pesas, mancuernas, etc. Durante la actividad se les invita a pensar sobre las ideas de “entrenamiento” y “filosofía”.

Al finalizar la actividad física se entregará las palabras a manera de carteles:



Se entregarán papeles en blanco para que piensen sobre los dos conceptos y hagan un listado de palabras que se relacionen con cada uno.

Se solicitará comparar cada palabra o idea con los conceptos y ubicarlos en cada concepto según corresponda.



Se solicitará hacer relaciones entre las ideas que surgieron de “entrenamiento” y “filosofía” entre sí.

Se solicita pensar en palabras que se relacionen con “**entrenamiento**” y de otro lado con “**filosofía**”, luego se pide comparar las ideas que surgieron y organizarlas por parejas teniendo en cuenta la relación (semejanzas).

**Reflexiono:**

Se contextualiza sobre la forma de discusión colectiva y construcción dialógica mediante la cual se desarrolla este espacio de reflexión a partir del presente taller y hasta la finalización de la experiencia llamada *comunidad de diálogo*. Seguidamente se invita a iniciar el momento de la comunidad exponiendo las ideas que surgen a partir de las relaciones y las reflexiones tanto personales como colectivas.

**Evalúo:**

Se solicita tomar su bitácora personal, tomar alguna de las parejas de palabras o ideas que más le llame la atención, tomar unos minutos de reflexión individual buscando un espacio cómodo y escribir nuevas ideas sobre las palabras elegidas explicando por qué les llama la atención y cómo se relacionan con su propia v

## Apéndice B

*Calentamiento – Introducción a la filosofía aplicada y la sabiduría estoica*

<p><b>Dirigido a:</b> Estudiantes del grupo institucional de filosofía colegio San Bartolomé la Merced  <b>Lugar:</b> Biblioteca del colegio  <b>Fecha:</b> marzo 9 de 2022</p>
---

### Recursos:

Juramento del filósofo (carta XXXVII de las cartas a Lucilio)

Bitácora personal

conceptos y fundamentos básicos del estoicismo

### Me dispongo:

Convocando el encuentro a modo de comunidad, congregados para disponer el cuerpo y la mente a la experiencia, se inicia con ejercicios de respiración. Se contextualiza sobre la experiencia que se vivirá en la sesión.

**Experimento:** Se inicia con la disposición para llevar a cabo el juramento del filósofo (carta XXXVII de las cartas a Lucilio), se pide a uno de los participantes que haga la lectura.

### *Juramento del filósofo*

(Carta XXXVII de las *Cartas a Lucilio*)

Has prometido lograr tu máxima vinculación con la sabiduría, ser hombre de bien, y te has obligado a ello con juramento. Se burlará de ti quien te dijere que se trata de una milicia suave y llevadera; no quiero que te engañen. En los mismos términos se formula este muy honesto y aquel otro muy deshonesto compromiso: «afrentar el fuego, las cadenas y la muerte a cuchillo». De aquellos que trabajan a jornal para el circo, que comen y beben de la prestación que hacen acostados de su sangre, se exige la garantía de que, aun contra su voluntad, soporten estos riesgos; de ti que los soportes

libre y gustosamente. A aquellos, se les permite rendir las armas, recabar la misericordia del pueblo; tú ni te entregarás, ni suplicarás por tu vida; debes morir erguido e invicto. ¿De qué sirve, además, beneficiarse de unos días o de unos años? Nacemos para una lucha sin piedad.

«¿Cómo, pues», preguntas, «me las arreglaré?». Eludir la necesidad no está en tu poder, sí está el vencerla.

Se abre el camino con la violencia; y un tal camino te lo mostrará la filosofía. Acógete a ella si quieres vivir incólume, tranquilo, dichoso; en suma, si quieres, supremo objetivo éste, ser libre. Tal situación no puedes alcanzarla de otra suerte. Cosa rastrera es la necedad [ignorancia], abyecta, despreciable, servil, sometida a muchas y muy violentas pasiones. A estos tan severos déspotas, que a veces mandan por turno, a veces a la par, los aleja de ti la sabiduría que constituye la única libertad. Único es el camino que a ella nos conduce, directamente, por cierto; por él no te desviarás. Anda con paso firme. Si quieres someter a ti todas las cosas, sométete tú mismo a la razón. A muchos gobernarás, si la razón te gobierna a ti. Aprenderás de ella qué proyectos debes acometer y de qué manera; no te cogera de sorpresa los acontecimientos. Ni uno solo me podrás nombrar que sepa cómo ha comenzado a querer lo que quiere; no le ha conducido a ello su razón, sino que lo ha lanzado su instinto. La fortuna no tropieza con nosotros menos frecuentemente que nosotros con ella. Lo vergonzoso no es que uno vaya a su ritmo, sino que se vea arrastrado [por el mal y la fortuna] y que, inmerso de repente en la vorágine de los acontecimientos, pregunte con sorpresa: «¿Cómo he llegado yo aquí?» (Séneca, 2000a: 104-105).

Se continúa con la identificación de las habilidades de pensamiento crítico propias del estoicismo:

<p><b>Diakrisis:</b></p> <p>Capacidad para distinguir, decidir y discernir aquello que está en mis manos y puedo cambiar de aquello que no lo está, es imposible y por tanto he de aceptar.</p>	<p><b>Prosoche:</b></p> <p>Consciencia de las emociones y pensamientos y la gestión de los mismos mediante la atención plena de lo que me rodea.</p>	<p><b>Parresia:</b></p> <p>Saber decir la verdad, decir todo, hablar con franqueza y sin miedo como palabra libre. El sujeto que se compromete a decir la verdad y a hacer lo que dice.</p>
---	--	---

**Visión cósmica:**

separar los hechos de las interpretaciones que generamos sobre ellos, aprender a separarnos de la emocionalidad que nos domina y nos roba la capacidad para razonar

Se abre el momento de análisis para ampliar la comprensión de los conceptos vistos invitando a hacer ejercicios de comparación con sus propias realidades

### **Reflexiono:**

Convocando a la comunidad de dialogo, se propone abrir el espacio la discusión en torno a la comprensión de los conceptos revisados y cómo los han evidenciado en sus experiencias de vida, de parafrasear y contrastar con casos reales o hipotéticos. Se invita a formular nuevas ideas de los conceptos, a confrontar los planteamientos a partir de la construcción colectiva.

### **Plan de discusión:**

Como preguntas preliminares se proponen:

¿En qué situaciones de tu vida has experimentado alguno de los conceptos?

¿cuáles de estos conceptos se relacionan con el ser político de un individuo en procesos que tengan que ver con la vida pública?

### **Evalúo:**

### **Proceso de metacognición:**

Para cerrar el espacio del diálogo se invita a pensar en lo que más los interpela desde su propia

existencia y a cada participante se le solicita que mencione dicho concepto o conceptos.

**Proceso personal:**

Se propicia un espacio personal para que tomen apuntes en sus bitácoras se continúa pensando sobre una situación o situaciones de su propia vida en las que se vean relacionados los conceptos revisados (escritura de sí).

## Apéndice C

*Calentamiento – Gimnasio para preparar la carrera*

<p><b>Dirigido a:</b> Estudiantes del grupo institucional de filosofía colegio San Bartolomé la Merced  <b>Lugar:</b> Biblioteca del colegio  <b>Fecha:</b> marzo 16 de 2022</p>
--

### Recursos:

Lectura de apartados del CAPÍTULO 1. Marco: el entrenamiento filosófico en el gimnasio para preparar la carrera (étratela)

Bitácora personal.

### Me dispongo:

Nos convocamos para los ejercicios de disposición corporal (respiración, ubicación). Se contextualiza sobre la experiencia que se vivirá en la sesión.

### Experimento:

Se distribuye en diversos lugares de la sala mancuernas propias para ejercitar los músculos las cuales tienen adheridas partes de la lectura del **capítulo 1: Marco: el entrenamiento filosófico en el gimnasio para preparar la carrera (enkrateia),**

se solicita que cada participante tome una mancuerna y el papel correspondiente para iniciar el ejercicio de lectura colectiva y mientras se lee van haciendo uso de la mancuerna representando el ejercicio físico que se desarrolla con el aparato.

Para el desarrollo de la lectura, se pide hacerlo de manera tranquila, pausada repitiendo aquellas frases o partes que puedan interpelar al lector para contemplar lo que dice el texto (contemplación con otros).

Se desarrolla la lectura compartida tomando los siguientes apartados:

Epicteto explicaba que el avance de la filosofía no se mide por el número de textos memorizados

sino por el efecto del pensamiento en la vida.

“Si al acercarte a un atleta le dijeras “¡muéstrame tus progresos!” y él y dijera “«¡Mira mis pesas!» Allá os las compongáis tus pesas y tú. Yo quiero ver los resultados de las pesas”. ¡Coge el tratado sobre los impulsos! ¡Mira cómo me lo he leído! ¡Esclavo! No busco eso sino cuáles son tus impulsos y tus repulsiones, tus deseos, tus rechazos, cómo te aplicas a los asuntos y cómo te los propones y cómo te preparas, si de acuerdo o en desacuerdo con la naturaleza. Y si es de acuerdo con la naturaleza, muéstramelo, y te diré que progresas; pero si es en desacuerdo, vete y no te limites a explicar los libros: escríbetú otros similares” (Epicteto, 1993: 68)

Epicteto quiere hacer entender aquí que la lectura de los libros (las pesas) no es tan relevante como sus efectos sobre nosotros, por ejemplo, que nos han ayudado a tomarnos la vida con más calma o criticidad. Musonio Rufo, su maestro, coincidía con Epicteto:

“Cuantos se dedican a los discursos han de dedicarse a ellos en razón de las obras. Pues igual que no resulta ningún beneficio del discurso médico si no conduce a la salud del cuerpo humano, así tampoco, si el filósofo sostiene o enseña a alguien un discurso, no resulta de ello ningún beneficio a menos que conduzca a la virtud del alma humana” (Musonio Rufo, 1995:79)

El argumento es ejemplificado por Brennan cuando distingue la forma en que jugadores entrenados y novatos manejan el balón en el partido:

“The uses of them are not indifferent (...). You will see the same with skillful ball-players. None of them think that the ball makes a difference to their good or bad. It's in the catching or the throwing that the graceful resides, that's where the skill resides, the speed, the sensitivity... We too ought to display the diligence of the best ball-handler, combined with the indifference due to the ball” (Brennan, 2005: 146)

Por último, Sellars sugiere la necesidad del adagio *mens sana in corpore sano* como base del

trabajo filosófico en la antigüedad.

Socrates draws a parallel between the art of taking care of oneself –one’s soul (psyche) and the art of take care of one’s body which, as we have seen he calls *gymnastics* (gymnastiké). Socrates suggests that the art of taking care of oneself benefits the soul (psyché) *in a manner analogousto the way in which gymnastics benefits the body*. In particular, he wants to suggest that the care of the soul is at least as important, if no more so, than care the body, despite the fact the former is rarely practice (Sellars, 2003: 39, las cursivas son mías)

Epicteto era concluyente cuando argüía que “ser filósofo no consiste en comentar doctrinas filosóficas sino en practicarlas uno mismo” (Epicteto, 2004: 103) y Séneca advertía que la filosofía “no reside en las palabras sino en los hechos” (Séneca, 2000a: 56).

La filosofía enseña a obrar no a hablar; y exige que cada uno viva con arreglo a su ley [lade la filosofía] y que su vida no disienta de sus palabras, para que la misma vida sea de un solo color (Séneca, 2000a: 66)

No nos sorprende que Epicteto inste a “introducir (...) nuevas costumbres, haced que cuajen vuestros conceptos, ejercitaos en ellos” (Epicteto, 1993: 309), pues estas liberarían de la tiranía de las pasiones. Aquí, el ejercicio, la *ascesis*, constituye la base de la metamorfosis. En esta línea, vicio y virtud se describe como las disposiciones (*diáthesis*) que fraguan un tipo de vida más o menos anárquico.

Todos ellos (los estoicos) están de acuerdo en suponer que la virtud es una cierta disposición (*diáthesis*) del principio director del alma y una capacidad generada por la razón acordada, segura e infalible. Y piensan que la parte pasional e irracional del alma no se distingue de la racional por una determinada diferencia y por naturaleza, sino que la misma parte del alma, a la que llaman mente y principio director, al desviarse completamente y transformarse en pasiones y cambios de



estado o disposición se hace vicio o virtud (...) por el exceso del impulso que se hace fuerte y consigue dominar (Plutarco, citado en Crisipo, 2006a: 311)

### **Reflexiono**

Recurriendo a las categorías propias de la discusión, se continúa en ubicación de comunidad de diálogo, para pensar torno a las citas textuales que se leyeron colectivamente desde la pregunta ¿Qué hay de nuevo? Y respetando la dinámica de los turnos de la palabra, el propósito es exponer lo que han sentido y piensan acerca de las citas, cuál o cuáles lo interpelan, cuestión que les permite compartir sus propias experiencias (problemas, preocupaciones y/o angustias que haya lugar).

### **Evalúo:**

#### **Proceso de metacognición:**

Como cierre del diálogo se pide pensar en una de las consideraciones que haya expuesto algún participante de la comunidad y parafrasear las comprensiones del otro y de sí mismo.

### **Reflexión personal:**

En sus bitácoras, como parte de la ejercitación personal se invita a consignar las ideas, frases o citas que les haya resonado y las que se relacionen con el problema o situación de sus propias experiencias de vida para analizarlas en perspectiva haciendo consciencia de las emociones y pensamientos en atención plena.

## Apéndice D

### *Introducción a la filosofía aplicada y la sabiduría estoica*

**Dirigido a:** Estudiantes del grupo institucional de filosofía colegio San Bartolomé la Merced  
**Lugar:** Biblioteca del colegio **Fecha:** marzo 23 de 2022

#### Recursos:

Principales ideas de la filosofía estoica (fundamentos)  
 Cuadro comparativo  
 Bitácora personal

#### Me dispongo:

Se invita a los estudiantes a disponerse externamente: (posición corporal, control de la respiración, soltar todo tipo de distractor) e internamente: soltar lo que me preocupa, me distrae, me hace ruido interno.

#### Experimento:

“El arte de vivir es más parecido al de la lucha que al de la danza en la medida que, ante lo que le cae a uno de improviso, hay que mantenerse preparado y sin caerse.”

Marco Aurelio del libro Meditaciones


#### *Atención al presente:*

Se pide al grupo que centren su atención al momento presente, en lo que están pensando y haciendo en el preciso momento, en lo que les sucede, lo que sienten, ver las cosas tal como se presentan (prosoche)

Se invita a revisar el siguiente cuadro sobre los fundamentos de la filosofía estoica:

Fundamento	Características
<p><b>Eudaimonia, Virtud y Ataraxia</b></p> <p><i>“La filosofía es el amor de la sabiduría, es el arte de vivir una buena vida” – Epicteto</i></p> <p><i>“Cuanto más cerca esté un hombre de una mente calmada, más</i></p>	<div style="text-align: center;">  <p>FELICIDAD EUDAIMONIA</p> <p>VIRTUD ARETE</p> <p>TRANQUILIDAD ATARAXIA</p> </div> <p>estoicismo/#librosestoicismo            Tomado de la red  <a href="https://www.fitnessrevolucionario.com/2021/09/04/introduccion-">https://www.fitnessrevolucionario.com/2021/09/04/introduccion-</a></p>

<p><i>cerca estará de su fuerza” – Marco Aurelio</i></p>	
<p><b>Separar la percepción de la realidad</b></p> <p><i>“No son las cosas las que nos perturban, sino nuestra opinión sobre ellas” – Epicteto</i></p>	<p>Tendemos a confundir nuestros pensamientos con hechos, asumiendo que nuestras primeras impresiones reflejan de manera fiel la realidad.</p> <p>Las impresiones no examinadas son el origen de muchas emociones exageradas.</p>
<p><b>Atención o Prosoche</b></p> <p><i>“Te conviertes en eso a lo que le prestas atención” – Epicteto.</i></p>	<p>Observar nuestros pensamientos y comportamientos nos hará más conscientes de lo que ocurre en nuestra mente.</p>
<p><b>Dicotomía de control</b></p> <p><b>(o centrarse en lo que depende de nosotros)</b></p> <p><i>“El hombre sabio se preocupa por la intención de sus acciones, no por sus resultados. Nuestra acción inicial está bajo nuestro control, pero la Fortuna determina su final ” – Séneca</i></p>	<p>Hacer que nuestro bienestar dependa de cosas fuera de nuestro control es una de las principales causas de insatisfacción.</p> <p><b>Centrar nuestro esfuerzo y nuestra atención en lo que depende de nosotros: nuestras percepciones y nuestras acciones.</b></p> <div data-bbox="646 1073 1105 1268" style="text-align: center;"> </div> <p>Tomado de la red  <a href="https://www.fitnessrevolucionario.com/2021/09/04/introduccion-estoicismo/#libroestoicismo">https://www.fitnessrevolucionario.com/2021/09/04/introduccion-estoicismo/#libroestoicismo</a></p>
<p><b>Amor Fati (o amar el destino)</b></p> <p><i>“No esperes que los eventos sucedan como deseas. Desea que ocurran como son, y tu vida transcurrirá sin problemas” – Epicteto.</i></p>	<p><b>No podemos cambiar lo ocurrido, pero podemos cambiar cómo lo percibimos.</b></p> <p>Disfrutar este momento y aprovechar lo bueno, o lamentarnos porque no incluye todo lo que queremos.</p>

<p><b>Libertad estoica (o controlar nuestros impulsos)</b></p> <p><i>“Piensa así. Eres un adulto, no te dejarás esclavizar más, zarandeado como una marioneta por cualquier impulso, te dejarás de quejar por tu situación presente y no temerás el futuro” –</i></p> <p><b>Marco Aurelio</b></p>	<p>Es la capacidad de actuar guiados por la razón, de no ser sometidos por los deseos que surjan en cada momento, por lo tanto, la libertad es la capacidad de actuar desde la razón y no de ser sometidos por los deseos que surjan en cada momento.</p>
<p><b>Centrase en lo esencial</b></p> <p><i>“Cuando un hombre no sabe hacia dónde navega, ningún viento le es favorable” –</i></p> <p>Séneca</p>	<p>Lograr definir con claridad lo que se quiere aumenta las probabilidades de alcanzarlo. Los objetivos se centran en el pensamiento y proyectan en las acciones.</p> <p>Dedicar nuestro tiempo y atención a las cosas que cumplen dos condiciones: <b>son importantes y están bajo nuestro control.</b></p>  <p>Tomado de la red  <a href="https://www.fitnessrevolucionario.com/2021/09/04/introduccion-estoicismo/#librosestoicismo">https://www.fitnessrevolucionario.com/2021/09/04/introduccion-estoicismo/#librosestoicismo</a></p>

**Escritura de si:**

Se propone pensar en sus vivencias, desde sus verdaderos deseos, a imaginar lo que quieren que suceda luego de finalizar su proceso de formación escolar y que emociones (pasiones) pueden afectar dichos proyectos. Luego se invita a comparar sus proyecciones con los fundamentos de la filosofía estoica, puede tomar como referente uno o varios de los fundamentos y con base en estos iniciar el proceso de escritura de sí como ejercicio en el marco del entrenamiento y cuidado de sí.

**Reflexiono:**

Se propone abrir el momento de la comunidad de diálogo en el marco de los tipos de discusión, se recurre al debate de opiniones con relación a la revisión de los fundamentos de la filosofía estoica y cómo se relacionan con sus proyectos de vida.

**Plan de discusión:**

Se propone abrir el debate con las siguientes preguntas preliminares

¿Se relacionan los fundamentos de la filosofía estoica a tu vida, tus emociones? ¿Por qué?

¿Cuál es la vida que vale la pena vivir?

¿Se puede aplicar una filosofía de más de 2300 años a nuestro día a día

**Evalúo:****Proceso de metacognición:**

Se vuelve a invitar a pensar sobre los fundamentos del estoicismo y a expresar con cuál o cuáles puede relacionar sus vivencias y emociones y por qué.

**proceso personal:**

Se invita a realizar el examen de conciencia a fin de revisar la propia vida, sobre alguna situación concreta ¿Qué he hecho bien? ¿Qué he hecho mal? ¿Puedo cambiar algo?

## Apéndice E

*Entrenamiento para principiantes - Ethos – Gobierno sobre las pasiones*

<p><b>Dirigido a:</b> Estudiantes del grupo institucional de filosofía colegio San Bartolomé la Merced  <b>Lugar:</b> Biblioteca del colegio - Bosque</p>	<p><b>Fecha:</b> marzo 30 de 2022</p>
---	---------------------------------------

### Recursos:

Capítulo 2 Gobierno sobre las pasiones

Espacio abierto – Bosque del colegio

Bitácora personal

### Me dispongo:

Se invita a los estudiantes a la disposición corporal (respiración profunda). Se inicia el camino hacia el bosque del colegio (ejercicio que hace parte del entrenamiento) donde se tendrá la experiencia de la sesión.

### Experimento:

Se comparte la siguiente cita:

un organismo amputándole un órgano vital, sino reconduciendo su funcionamiento para armonizarlo con todo el resto del cuerpo” (Agazzi, 1996: 154).

De manera previa, se distribuye por el camino hacia el bosque fragmentos de la lectura: Capítulo 2 Gobierno sobre las pasiones los cuales se irán descubriendo, tomando y haciendo el ejercicio de lectura pausada repitiendo aquellas frases o partes que puedan interpelar al lector para contemplar lo que dice el texto (contemplación con otros).

Aristóteles entendía por pasiones entidades que nos *afectaban*, es decir, “las cualidades que puede alternativamenterevestir un ser” (*Metafísica*, 1013b). Algunos ejemplos recogidos en la *Ética a Nicómaco* (1105b) son “apetencia, miedo, coraje, envidia, alegría, amor, odio, deseo, celos y compasión”.

Su influencia sobre la persona es perjudicial al hacer perder la razón, el principio racional que ha de regir en la persona, y, por ende, la autonomía y el poder sobre sí mismo. Galeno repite esta conexión dañina entre pasión y razón:

Se trata de un movimiento irracional (*álogon*) y contrario a la naturaleza, y un impulso (*horme*) excesivo (...) al explicar 'irracional' repite que significa lo privado de razón y juicio, y toma como ejemplo de un impulso inmoderado a los que corren impetuosamente (Galeno citado en Crisipo, 2006a: 316).

Los estoicos animarán a que el principio racional o *hegemonikon* gobierne sobre ellas, mediante la *enkrateia*. Para lograrlo, se utilizarán los impulsos o apetitos y las aversiones (Stock, 2005: 15). El sabio sabe hacer acopio de ellos para que su alma esté acorde con la naturaleza o con el principio racional.

Al otro lado, se encuentra la *akrasia*, que lleva a la incontinencia, el dejarse llevar por las pasiones. Yerra quien entienda este gobierno como una negación o rechazo de las emociones, es decir, como una acción que conduce a la frialdad o distancia emocional del estoico. Séneca explica en sus escritos consolatorios que es necesario que la madre llore la muerte de su hijo o que es razonable que el hijo lamente el fallecimiento de sus padres. Ahora bien, se ha de conjurar desbordamiento pasional, es decir, cuando el sufrimiento se dilata más allá de lo racionalmente oportuno, pues entonces la emoción podría convertirse en pasión. Crisipo subraya:

Cuando el alma se mueve conforme a la razón de manera tranquila y equilibrada, entonces aquello se llama alegría, pero cuando el alma se exalta de manera vana y desenfrenada entonces puede llamarse júbilo desenfrenado y excesivo (Crisipo, 2006a: 323).

Esta concepción no sólo se aplica a las pasiones dolorosas sino a las que, hoy, podrían considerarse como deseables. Así, *De la clemencia* anima a no ser excesivamente compasivos pues ésta atrae

una debilidad que impide la imposición del castigo y, sin él, se impide la corrección del incontinente. El sabio es consciente de que hay que ser justos con quien ha cometido una falta para lograr una reinserción enkrateica. No obstante, el castigo no puede nacer de la venganza sino del ánimo de corregir a quien erró con mano diestra y sutil.

Las *Cartas a Lucilio* explican cómo las pasiones se adueñan del sujeto. Cuando éstas raptan al alma hacen que pasen de reinar a tiranizar sobre la persona:

Nuestra alma es un rey o un tirano [sic]; rey, cuando tiene la mirada en lo honesto, procura la salud del cuerpo que le ha entregado y a él no le ordena nada vergonzoso, ninguna baja; pero cuando es insolente, ambiciosa y débil, pasa a tener un nombre detestable y cruel y llega a ser un tirano. Entonces, la recogen y la apremian pasiones desenfrenadas, que, al principio, producen gozo, ciertamente (Séneca 2000a: 421)

La persona apasionada, cuando recupera su cordura y observa sus actos pasados, no se reconoce: contempla cómo yo quedé *pasivamente* dominado. La pasión provoca la pasividad de la razón y se considera un impulso o rechazo excesivo (Stock, 2005: 17); de ahí, su rechazo por aquellos que consideran que una vida filosófica ha de ser gobernada por el sí mismo o el principio racional.

Puestas estas bases, hay que subrayar (esto no es una enseñanza estoica) un error de nuestra sociedad: confundir pasión y emoción. La emoción procede de la palabra latina “*emovere*”, cuya raíz es “*mover*” (movimiento) y *ex* (retirar de un sitio). La emoción saca al sujeto de su posición detenida, de la situación de perplejidad que crea *inercia* porque forja sujetos *inertes*. Lo que nos emociona nos mueve a actuar y a activar o actualizar potencias coaguladas. La emoción conduce a la elevación estética del amor evitando la caída pasional. Esta imagen fue narrada en *El banquete* con la imagen de los dos caballos y el auriga. Ambos permiten elevarnos, pero uno acaba despeñándonos por su sujeción pasional y el otro nos ayuda a alzarnos conduciéndonos de la



atracción del amante al amor y la belleza trascendental.

Crisipo distingue la pasión de los impulsos medidos por medio de la armonía y la prudencia, aseverando que la segunda se distingue por una medida inédita en la primera.

Al caminar conforme al impulso [emocional], el movimiento de las piernas *no excede, sino que se corresponde* en cierto modo con el impulso, de modo que una se detiene, cuando quiere, o cambia el paso. Pero, en cambio, en el caso de los que corren [los apasionados] ya no ocurre tal, sino que el movimiento de las piernas excede el impulso, de modo que se deja llevar y no es posible cambiarlo obedientemente, una vez que se ha comenzado a ir de ese modo.

Yo pienso que algo parecido le ocurre también a los impulsos [apasionados], porque se sobrepasa la proporción conforme a la razón, de modo que cuando procede el impulso no es ya obediente a ella, si bien el exceso en el caso de la carrera se dice respecto del impulso y, en el caso del impulso, respecto de la razón. La proporción del impulso natural [emocional] es la conforme a la razón, y en tanto ella lo exija. Precisamente por eso, cuando la superación sucede conforme a esto y de ese modo, se dice que el impulso es excesivo, contrario a la naturaleza y un movimiento irracional del alma (Crisipo, 2006a: 317. Los corchetes son míos)

¿Preguntas qué es el mal? Ceder a esas cosas que se llaman males, entregarles su libertad, por lo cual debes soportarse todo; parece la libertad si no despreciamos esas cosas que nos imponen su yugo (Séneca 2000a: 264)

Por eso, el ejercicio filosófico ha de comenzar por el gobierno de las pasiones, puesto que la hegemonía sobre ellas devuelve la libertad y, en consecuencia, permite adquirir un rostro propio.

En suma, las emociones son laudables porque nos sacan de la pereza y de la abulia y no deben confundirse las pasiones, que quiebran la autonomía racional y la libertad, al convertirnos en sus

esclavos.

Boecio enfatiza la necesidad de ser dueño de uno mismo, del gobierno de las pasiones, para ser “poseedor de un bien que nunca querrías perder ni la fortuna podría quitarte” (Boecio, 1999: 68). ¿Qué se pierde en ese extravío motivado por la privación del gobierno sobre las pasiones? La libertad y el gobierno autónomo (la *autarkeia*) (Hadot, 1995: 265). Aquí reside uno de los mayores peligros: ¿Preguntas qué es el mal? Ceder a esas cosas que se llaman males, entregarles su libertad, por lo cual debe soportarse todo; perece la libertad si no despreciamos esas cosas que nos imponen su yugo (Séneca 2000a:264)

Por eso, el ejercicio filosófico ha de comenzar por el gobierno de las pasiones, puesto que la hegemonía sobre ellas devuelve la libertad y, en consecuencia, permite adquirir un rostro propio. Plutarco describe el Logos, la razón, como el órgano que se alza autónomamente contra el ladrido desgarrador emocional.

*Es necesario que hayáis aprendido los principios de una forma tan constante que, cuando vuestros deseos, vuestros apetitos, vuestros miedos se despierten como perros que ladran, el Logos hable en vosotros como la voz del amo que con un solo grito sabe acallar a los perros.* Es ésta la idea de un Logos que en cierto modo podrá funcionar sin que vosotros tengáis que hacer nada: vosotros os habréis convertido en el Logos o el Logos se habrá convertido en vosotros mismos (Plutarco citado en Foucault, 1994: 114).

### ***praemeditatio malorum***

Al finalizar el camino por el bosque y la lectura del capítulo 2 sobre el gobierno de las pasiones, se hallará el **praemeditatio malorum**: prepararnos para cuando el mal aparezca de forma imprevista y para disfrutar de realidades que pasamos por alto.

**Reflexiono:**

Buscando el lugar propicio para iniciar el espacio de diálogo, se invitará a desarrollar una de las prácticas del filosofar que consiste en preguntarse unos a otros donde luego de la opinión de un participante con relación a los fragmentos revisados del capítulo 2 Gobierno sobre las pasiones, se da el espacio para las preguntas que surjan de los demás participantes desde un espíritu mayéutico (hacer parir nuevas ideas) lo que permite profundizar sobre cada idea que se formule antes de pasar a las demás.

**Evalúo:**

**Proceso de metacognición:**

Se pide pensar en una de las consideraciones que haya expuesto algún participante de la comunidad y plantear una nueva posibilidad a partir de la idea inicial.

**Proceso personal:**

Como parte de la ejercitación de la escritura de sí, se invita a escribir en sus bitácoras sobre algunas situaciones particulares que hayan vivido o sobre la situación concreta que han venido estableciendo como problemática de su experiencia vital y las pasiones que más se han puesto de manifiesto en dichas situaciones.

## Apéndice F

*Entrenamiento para principiantes - Ethos – Gobierno sobre pasiones*

**Dirigido a:** Estudiantes del grupo institucional de filosofía colegio San Bartolomé la Merced  
**Lugar:** Plataforma TEAMS **Fecha:** abril 6 de 2022

### Recursos:

Experiencia escrita  
 Plataforma TEAMS  
 Bitácora personal

### Me dispongo:

Se invita a disponerse corporalmente teniendo en cuenta sus propios espacios, se inicia con los ejercicios de respiración profunda, se pide que traigan a la mente algún espacio particular del bosque que más les haya llamado la atención de la experiencia anterior.

### Experimento:

Retomando la lectura con relación a los ejemplos recogidos en la *Ética a Nicómaco* (1105b), se invita a pensar individualmente en qué momentos de sus vidas han tenido las emociones enlistadas en el siguiente cuadro. Se invita a registrar de manera breve la situación describiendo si hubo otras sensaciones que se produjeron en ese mismo momento.

Emoción (pasión)	Descripción de la situación
Felicidad	
Tristeza	
Desaliento	
Ira	
Indignación	
Desespero	
Celos	
Desagrado	

Retomando la definición del concepto de *Diakrisis* entendida como la “capacidad para distinguir aquello que está en mi mano cambiar y lo que es imposible y, por tanto, he de aceptar” se invita a pensar sobre 2 de las situaciones concretas descritas en el cuadro anterior teniendo en cuenta los siguientes criterios: **hecho, interpretación, evidencias, pasión/emoción vivida** teniendo en cuenta 2 miradas, una positiva y una negativa en la evidencia y a su vez, varias posibilidades de las evidencias. Observa el siguiente ejemplo

Hecho	Interpretación	Evidencias	Pasión/ejemplo
<p><b>Me he quedado fuera de la clase</b></p>	<p>El profesor(a) me quiso dejar fuera del salón.</p> <p>El profesor(a) debía iniciar la clase de manera puntual.</p>	<p>Ha pasado en otros momentos y con otras personas.</p> <p>No hay un margen de espera.</p> <p>El profesor(a) no escucha razones.</p> <p>Nunca había pasado.</p> <p>Habían dado un par de minutos antes de iniciar la clase</p> <p>Por lo general es un profesor (a) que dialoga y escucha a los estudiantes.</p>	<p>Ira</p> <p>Aceptación</p>

Se invita a tomar un momento de pausa, cerrar los ojos, dejar que pasen algunas ideas en la cabeza y hacer ejercicios de respiración profunda.

Se continúa haciendo un análisis de las siguientes situaciones y cuáles de ellas están a mi alcance cambiar y cuáles no.

Situaciones	Lo puedo o no lo puedo cambiar
Relación con mis amigos	
Relación con mi familia	
La felicidad	
el sufrimiento	
la muerte de un ser querido	
El coeficiente de la inteligencia	
Mi pasado	
Mi futuro	
Sentir un insulto	
Sentir una ofensa	

**Reflexiono:**

Pasando al momento de reflexión colectiva, se continúa con la práctica del filosofar de preguntarse unos a otros dando los tiempos prudentes para cada idea y quienes dirigirán el momento serán los mismos estudiantes identificando en qué momentos se formula una pregunta o se hace una afirmación.

Se pide que piensen en una palabra o concepto que para cada uno represente lo que ha sucedido en los momentos de experiencia y reflexión a manera de síntesis de su propio proceso.

**Proceso personal:**

Para la continuación de la escritura de sí, se pide volver a la segunda experiencia de la revisión de los hechos, interpretaciones, evidencias y pasiones, leer nuevamente una de las situaciones, centrarse en ella y ver si aún sigue siendo lo mismo que al momento de la escritura. Se pide escribir lo que va sucediendo y lo que van identificando.