

Susan Hart a los educadores sociales: Todos deben ser vistos con ojos amables

Desde su infancia, la psicóloga Susan Hart ha sentido un impulso pionero por comprender a las personas y las interacciones que ocurren entre ellas. El desarrollo emocional se ve obstaculizado cuando las personas no son recibidas con ojos amables. En este contexto, los educadores sociales desempeñan un papel fundamental. Susan Hart tiene el enfoque adecuado para abordar este desafío.

23 de mayo de 2023



Autora: Lea Holtze | Foto: Ricky John Molloy

La psicóloga Susan Hart estaba charlando con el médico jefe en la cocina de la unidad de psiquiatría infantil del Hospital Gentofte, donde trabajaba. Había estado leyendo las últimas investigaciones de EE. UU. sobre la estructura y el desarrollo del cerebro. Se había adentrado en teorías psicológicas sobre el apego y las relaciones. Y no tenía dudas de que todo —la neurociencia y la psicología del desarrollo— debía estar conectado. Tenía que recibir un nombre.

Y si ella no lo hacía, décadas más tarde, se encontraría siendo una anciana amargada, porque alguien más lo haría.

Susan Hart ha recorrido Dinamarca ofreciendo conferencias y cursos sobre el marco de comprensión de la Psicología del Desarrollo Neuroafectivo, y sus libros y artículos han sido traducidos y publicados en varios países. Conózcala aquí y descubra por qué el trabajo de influir en la maduración emocional de las personas está estrechamente relacionado con los educadores sociales.

"Le dije al médico jefe: 'Sabes qué, esto es tan emocionante. Creo que va a ser grande algún día'", dice Susan Hart.

Hoy, 25 años después, se sienta en su oficina de su casa de verano cerca de Kalundborg, vestida con una camisa color coral y con ojos brillantes y chispeantes. Cuenta la historia del viaje que ha llevado a lo que muchos educadores sociales conocen hoy como la Psicología del Desarrollo Neuroafectivo.

Ha recorrido Dinamarca con conferencias y cursos sobre este marco de comprensión, y sus libros y artículos han sido traducidos y publicados en varios países. En mayo de 2025, será una de las conferencistas principales cuando AIEJI – Asociación Internacional de Educadores Sociales, invite a educadores sociales de todo el mundo al 21º Congreso Mundial de AIEJI en Copenhague bajo el lema "Los educadores sociales cambian vidas".

—Cuando miro hacia atrás, me siento tanto humilde como agradecida de que tantas personas lo hayan adoptado. Ahora espero que otros tomen el testigo porque no creo que veamos este cambio en mi tiempo —comenta.

Lo que necesita cambiar requiere una explicación más profunda. Pero primero, volvamos en el tiempo hasta donde todo comenzó.

Un Niño Sensible

Susan Hart creció en un hogar diverso en Copenhague, con un padre de un vecindario obrero de Londres y una madre de una comunidad rural en el centro de Jutlandia. Sus padres estaban comenzando un negocio, así que la pequeña Susan fue una de las primeras en asistir al jardín de infantes.

—Como hija única, era bueno para mí estar entre otros niños. Y amaba mi jardín de infantes, que realmente me brindó contactos sociales. Pero, como hija única con el resto de la familia en Londres y Jutlandia central, no tomó mucho para desencadenar un sentimiento de soledad —recuerda.

Susan Hart también fue una niña sensible que se preocupaba profundamente cuando otros niños eran acosados en la escuela o reprendidos por los maestros.

—Tenía una relación muy cercana con mi madre, y ella era buena en acomodar mi angustia al respecto. Sin embargo, mi madre y yo tuvimos problemas significativos cuando entré en la adolescencia, ya que ella luchaba con mi desapego. No creo que nunca lo aceptara realmente —comenta. Y aunque esto es solo una racionalización que Susan Hart hace desde su sillón

—con vista sobre el fiordo de Kalundborg y una perspectiva de una vida vivida—, sigue convencida de que aquí es donde todo comenzó.

Susan Hart

- Nacida en 1956 en Londres y criada en Copenhague.
- Formada como psicóloga y psicoterapeuta con muchos años de experiencia en municipios, centros familiares, instituciones residenciales, hogares de acogida, centros de abuso de sustancias y psiquiatría.
- Psicóloga independiente, supervisora, educadora y autora.
- Doctora por la Universidad de Aalborg en 2018.
- Ha desarrollado la psicología del desarrollo neuroafectivo, que es un marco para comprender el desarrollo emocional, de personalidad y social humano.

—Siempre he reflexionado sobre las relaciones humanas. Y la ruptura emocional con mi madre me hizo pensar sobre lo que sucede entre las personas y cuánto importan realmente las emociones, aunque en ese entonces, y aún ahora, no se hable mucho sobre cómo nos desarrollamos emocionalmente.

O sobre cómo creamos presencia, empatía y una sensación de fluidez entre nosotros, y lo doloroso que es cuando eso no sucede —dice.

Comprendiendo el Cerebro

Cuando quedó claro para la joven Susan Hart que quería hacer "algo con personas", y que amaba leer y comprender, era natural estudiar psicología en la universidad, seguido de una formación de posgrado de cuatro años en terapia corporal y gestalt.

Su primer trabajo fue en el municipio de Slagelse, donde era responsable del sector de cuidado diurno y del departamento de asistencia social. Supervisaba a educadores, visitantes de salud y trabajadores sociales, y hablaba con clientes de asistencia social que estaban luchando en la vida.

Pero Susan Hart soñaba con convertirse en psicóloga clínica y, por lo tanto, pasaba un día a la semana en el departamento psiquiátrico de Nykøbing Sjælland. Allí, el psicólogo jefe le abrió las puertas a nuevas perspectivas al invitarla a una red de 15 psicólogos que se reunían anualmente en su casa de verano, con terapeutas e investigadores de otros ámbitos que traían las últimas investigaciones al círculo.

—Era todo un universo que se me abría. Durante tres años consecutivos, vino el psicólogo estadounidense Peter Levine, quien se centraba en el cerebro y el sistema nervioso autónomo (el sistema nervioso autónomo regula las funciones del cuerpo de las que no somos conscientes). Y fue increíblemente emocionante comprender la estructura del cerebro y la organización emocional, y cómo el cerebro necesita ser estimulado para lograr el desarrollo emocional. Esto sucedió mientras el investigador infantil Daniel Stern se convertía en un nombre conocido en Dinamarca —comenta Susan Hart.

Impulsada por un Espíritu Pionero

Simultáneamente, a Susan Hart se le encargó establecer un centro de tratamiento familiar en el municipio de Slagelse con un grupo de educadores sociales bajo su liderazgo.

—Tuvimos que desafiar la idea de que puedes simplemente enviar educadores sociales a un hogar y que intuitivamente "hagan algo" por la familia. No, teníamos



Tan popular como es Susan Hart en el mundo de la práctica, es un tema delicado en los círculos académicos. Pero ella ha sido muy consciente de que quería que su marco se des-academicara, para que fuera práctico entre los profesionales.

que trabajar según teorías y métodos, y necesitábamos trabajar de manera mucho más estructurada y enfocada —asegura.

Como directora del centro de tratamiento familiar, Susan Hart también fue testigo de muchos tipos de problemas en la relación entre niños y padres. Posteriormente, en su trabajo en la psiquiatría infantil, adquirió conocimientos sobre cómo la vulnerabilidad psicológica puede ser influenciada tanto por la crianza como por una sensibilidad inherente.

Mientras tanto, los pensamientos sobre la integración de teorías de la estructura y el desarrollo del cerebro, la psicología evolutiva, la psicología del desarrollo, la teoría del apego y la comprensión del trauma continuaron girando en la mente de Susan Hart.

—Estaba cautivada por todo ese espíritu pionero de entender al ser humano y por qué se comporta de la manera en que lo hace. En el departamento psiquiátrico, tratábamos mucho con la "Biblia", dice, levantando un pequeño libro azul de espiral, "Trastornos Psiquiátricos y Alteraciones del Comportamiento – Clasificación y Criterios Diagnósticos".

—Pero no había mucho enfoque en entender el comportamiento detrás de los síntomas. Y así, volvemos a ese día en la cocina y la conversación con el médico jefe. Porque fue aquí donde Susan Hart, como ella misma dice, realmente se entusiasmó.

El Desarrollo Debe Ser Fomentado

Susan Hart contactó a una editorial para plasmar todas sus ideas en papel. Y después de un año, se dio cuenta de que había escrito los dos primeros libros sobre psicología del desarrollo neuroafectivo.

Un pilar fundamental de la psicología del desarrollo neuroafectivo es la creencia de que los seres humanos son inherentemente sociales: que desarrollamos nuestra personalidad, emociones y comportamiento social a través de interacciones con otras personas.

Otro pilar esencial de esta psicología es el modelo del "cerebro triuno" del neurólogo estadounidense Paul MacLean, que divide el cerebro jerárquicamente en un nivel autónomo, límbico y prefrontal. Estos tres niveles se desarrollan de forma secuencial según nuestra edad. Sin embargo, el desarrollo no ocurre por sí solo; debe ser alimentado en momentos de encuentro cercano.

— Cuando hablamos sobre el desarrollo motor, tenemos el dicho de que primero hay que gatear antes de caminar. En el desarrollo cognitivo, también se acepta que un niño de sexto grado no comprende

El Cerebro Triuno

En la psicología del desarrollo neuroafectivo, el cerebro se divide en tres niveles: el autónomo, el límbico y el prefrontal. Los tres niveles se desarrollan de acuerdo con nuestra edad:

Nivel autónomo/sensorial: El niño tiene de cero a tres meses. Aquí se desarrolla la capacidad fundamental de sincronizar, regular la excitación hacia arriba y hacia abajo, y sentir placer y desagrado.

Nivel límbico/emocional: El niño tiene de tres meses a un año. Aquí se intercambia la afinidad emocional. Es aquí donde diferenciamos "¿Quién soy yo y quién eres tú?" "¿Qué siento?" También es aquí donde se desarrolla la capacidad de empatizar y reflejar las emociones y estados de ánimo de los demás.

Nivel prefrontal/pensante: Desde que el niño tiene uno hasta veinticinco años. Aquí desarrollamos la capacidad de inhibir nuestros impulsos y nuestra capacidad de mentalización, lo que nos permite actuar de manera socialmente apropiada.

el plan de estudios de décimo grado. Pero cuando se trata del desarrollo emocional, la comprensión se desvanece. En realidad, es lo mismo: tenemos una capacidad innata en cuanto a la excitación, sensibilidad, etc., que debemos regular y desarrollar con la ayuda de nuestro entorno. Si esto no sucede, no maduramos como deberíamos. Y eso se manifiesta de todas las maneras que vemos aquí, dice, acariciando la "biblia" azul.

Crear Momentos de Encuentro

¿Pero qué tiene todo esto que ver con los educadores sociales? Si le preguntas a Susan Hart, la respuesta es clara: todo.

— Los educadores sociales trabajan con personas vulnerables de todas las edades que no han recibido lo que necesitaban para poder regular sus emociones. Necesitamos crear el momento de encuentro donde podamos apoyar e influir en la maduración emocional, dice.

Para este trabajo, Susan Hart ha desarrollado el "triángulo neuroafectivo". Un lado del triángulo es la teoría de la psicología del desarrollo neuroafectivo, que es la base para comprender por qué un niño o un adulto se comporta de la manera en que lo hace. Susan Hart llama a esto el "mapa".

— Cuando el desarrollo no ocurre en el momento que debería, es necesario conocer algo de teoría sobre qué es el desarrollo normal y qué es el deterioro del desarrollo, explica.

El siguiente lado del triángulo lo llama el "GPS". Esto implica una serie de métodos de evaluación que pueden usarse para investigar el nivel de desarrollo emocional del ciudadano y una serie de métodos de intervención para decidir qué actividades y juegos pueden estimular las emociones y apoyar la maduración.

Zona de Desarrollo Emocional Próximo

Por ejemplo, Susan Hart ha desarrollado tanto las brújulas neuroafectivas como el análisis neuroafectivo, que pueden utilizarse para resaltar recursos y vulnerabilidades en tres niveles: el autónomo, el límbico y el prefrontal. Esto puede utilizarse para mapear y analizar cuál podría ser la intervención más adecuada.

— Necesitamos encontrar la zona de desarrollo emocional próximo del ciudadano. Si el ciudadano, por ejemplo, tiene dificultades para regular sus emociones, podría ser un problema límbico. Si le cuesta levantarse por la mañana, podría ser un problema prefrontal, dice y continúa:

— También podría ser que el ciudadano mire a todas partes cuando hablamos y no esté realmente accesible, lo que podría indicar un problema autónomo. Si se trata de problemas autónomos y límbicos, no podemos crear cambios a través del contenido verbal, sino que debemos trabajar de forma experiencial. Por ejemplo, podríamos tomar una pequeña pelota y lanzarla entre nosotros o hacer volar una pluma de un lado a otro para crear una actividad experiencial que genere momentos de encuentro sincronizados, lo que acelera la maduración.



Tú Eres el Conductor

Finalmente, hay un tercer lado del "triángulo neuroafectivo", donde Susan Hart ha colocado el aspecto de la auto-agencia—la parte que también llama el "conductor", refiriéndose al propio educador social y su capacidad para involucrarse en interacciones de desarrollo con el ciudadano.

— Como educador social, estás en una relación asimétrica con la persona cuyo desarrollo deseas apoyar. Es responsabilidad del educador social asegurarse de que las cosas salgan bien. Y si no es así, es trabajo del educador social utilizar entendimientos y métodos para averiguar por qué y qué se puede hacer de manera diferente. Esta responsabilidad debe tomarse muy en serio. Y quiero que esto esté más profundamente arraigado en la comprensión de los educadores sociales sobre sí mismos y su profesionalidad, afirma.

Es precisamente el triángulo neuroafectivo que Susan Hart anima a los educadores sociales a utilizar para cambiar lo que ella considera crucial: ver el desarrollo emocional de la misma manera que se ve el desarrollo cognitivo y motor.

— Nos preocupamos por las emociones en nuestra sociedad. Pero no nos preocupa lo que se necesita para que nos convirtamos en personas emocionalmente desarrolladas. Nos enfocamos en el sufrimiento y en los diagnósticos, pero no comprendemos que la capacidad de regularse emocionalmente y de entender la complejidad de las emociones requiere desarrollo. La consecuencia es mucho sufrimiento, lo que se vuelve difícil de resolver, concluye: - Hay personas en este mundo que nunca han sido encontradas con la mirada amorosa de otra persona, y es entre estas personas donde nuestra ayuda es más necesaria para desarrollar la capacidad de formar relaciones emocionales.

Triángulo Neuroafectivo

En la psicología del desarrollo neuroafectivo, el trabajo se basa en el "triángulo neuroafectivo", que consiste en tres pilares, todos los cuales impactan entre sí: comprensión teórica, métodos de evaluación e intervención, y auto-agencia.