

# Docentes como sujetos de cansancio desde la perspectiva de Byung-Chul Han

---

LUIS ALBERTO JÁCOME ROMERO

ROBERTO JOHANN BRIONES YELA

<https://doi.org/10.17163/abyaups.137.12>

## Introducción

---

La *Sociedad del Cansancio*, propuesta por Byung-Chul Han, se fundamenta en una serie de principios que analizan al individuo del siglo XXI como un sujeto de rendimiento; un sujeto que, ante la pérdida de negatividad y una supremacía de la positividad en exceso, termina convirtiéndose en un *Prometeo cansado* que se autoexplota hasta un cansancio solitario que desemboca en violencia neuronal. Esta situación se expande a diferentes espectros laborales, notándose con más fuerza una institucionalización de la autoexploración en el sistema educativo, área de nuestro principal interés de análisis, por ser uno de los pilares de la sociedad ecuatoriana.

El sistema educativo ecuatoriano experimenta una serie de reformas que van desde la propuesta metodológica hasta la estructura reglamentaria y la propia Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI). Estas reformas educativas tratan de equipararse con el ritmo acelerado del sistema, desde la incorporación de la innovación educativa hasta transformaciones relativas al marco laboral de los docentes.

Por tal motivo, el presente capítulo tiene como finalidad realizar una hermenéutica de los conceptos que enmarcan la *Sociedad del Cansancio* de Byung-Chul Han, para relacionarlos con la actualidad de los educadores en el sistema educativo ecuatoriano, posterior al análisis de la última reforma a la ley educativa aprobada en 2022. De este estudio se busca no solo identificar las situaciones que vislumbran a los educadores como sujetos del cansancio —sujetos multitarea que han totalizado una *vita activa*—, sino también visualizar una propuesta conceptual que permita hacer frente a la aceleración y el cansancio que caracteriza a la sociedad del presente siglo. Para ello, se centrará la atención en la *pedagogía del mirar* y los planteamientos éticos del estoicismo.

Se analiza la relación existente entre la estructura laboral actual de los educadores de secundaria en el Ecuador y el planteamiento filosófico de Byung-Chul Han, quien describe al sujeto de rendimiento dentro de una sociedad caracterizada por la autoexploración como principal causa de un tipo de violencia: el cansancio. Esta realidad tiene un punto de encuentro con la propuesta de Han en el síndrome de desgaste ocupacional y la fatiga tanto corporal, como mental e incluso espiritual, que sufren los individuos en la sociedad actual caracterizada por el “todo se puede”.

El método de investigación hermenéutico permitió partir de la lectura e interpretación de los planteamientos que articulan la *sociedad del cansancio*. Este método responde a una actualidad que demanda la intervención de la filosofía como primer punto problematizador, mediante análisis conceptuales de la realidad. Tal como sostiene el filósofo hermenéutico Hans-Georg Gadamer: “Al filósofo, en cambio, le incumbe presentar, en lugar de resultados visibles, lo problemático y lo que da que pensar en la labor de las ciencias del espíritu” (1998, p. 43).

Para el análisis requerido, se parte de la interpretación de varios principios de la *sociedad del cansancio* que Han ha trabajado a lo

largo de su obra. El primer concepto analizado es la positividad excesiva y la falta de negatividad como apertura para instaurar una incapacidad de decir “no” por parte del sujeto de rendimiento, drenando así su capacidad inmunológica social.

En un segundo momento, se revisa y analiza la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI) y su reglamento aprobado a finales del año 2022, donde se evidencia una relación con los principios propuestos por Han en su planteamiento de la sociedad del rendimiento. Mediante el uso de términos como “podrá” en la redacción del reglamento que rige la ley de educación, se estructura también un sistema de meritocracia y optimización permanente que termina reforzando una estructura de autoexploración en el educador como política pública.

En un tercer momento, se despliega una interpretación y análisis de los principios desarrollados en la obra de Han sobre la *sociedad del cansancio*: la digitalización, que se expande en el sistema educativo, termina facilitando el principio de transparencia, reduciendo la esfera de lo privado y totalizando la vida activa. Ello responde a la perspectiva de sujetos multitarea, con atención dispersa e incapacidad para prestar atención profunda.

Finalmente, se construye como propuesta conceptual lo siguiente:

- Reconocer la necesidad de retornar a una vida contemplativa, que haga frente a la hiperactividad que los educadores extienden incluso a sus tiempos de ocio.
- Plantear la pedagogía del mirar como herramienta que permita aprender a hacer pausas y observar con calma.
- Volver la mirada a planteamientos éticos de la filosofía helénica, como el estoicismo, que ofrezcan un salvavidas

a los sujetos que se autoimponen una violencia neuronal hasta el colapso y la fatiga.

Este trabajo, además, busca ofrecer una base conceptual para futuras investigaciones de espectro psicológico, político y educativo, que promuevan el bienestar físico y mental de los educadores, protagonistas en la formación de las nuevas generaciones de seres humanos en nuestra sociedad.

En la sociedad ecuatoriana, un pilar fundamental es el sistema educativo. Uno de los principales elementos en este ámbito son los docentes, quienes, al formar parte del ámbito laboral, también se ven interpe-lados por varios de los conceptos planteados por Han en *La sociedad del cansancio* (2010), como la violencia neuronal, el *multitasking* y la superposición de la *vita activa* sobre la vida contemplativa.

Sobre el desgaste y el estrés laboral en docentes, existen pocos estudios, la mayoría de los cuales lo abordan o asocian con el “síndrome de *burnout*”.<sup>1</sup> García *et al.*, en su estudio, mencionan: “Uno de los grupos ocupacionales con mayores bajas por estrés laboral es el profesorado de secundaria; el estrés laboral genera bajo rendimiento, ausentismo y abandono” (2019, p. 13).

Para hacer frente a la sociedad y a la supremacía capitalista que ha instaurado el rendimiento, incluso a costa del cansancio extremo del sujeto, Alvarado *et al.* mencionan que:

El docente es el encargado de abrir un espacio de reflexión crítica, por lo que se necesita construir un instrumento que mida el cansan-

---

1 NDA: Según Linares y Guedez, el burnout, es un síndrome tridimensional en el que el trabajador presenta cansancio emocional, despersonalización o tratamiento cínico y actitud negativa hacia los clientes junto a una baja realización personal.

cio en los docentes no desde una perspectiva tradicional del *burnout*, sino más bien desde la propuesta de Byung-Chul Han. (2020, p. 28)

Este aspecto reviste suma importancia, porque el arduo trabajo formativo de las futuras generaciones recae sobre docentes que padecen desgaste laboral, síndrome de *burnout*, autoexploración, enfermedades mentales, entre otras realidades que afectan la psique humana. Esto se vuelve aún más complejo al considerar lo que afirma Noro, cuando menciona que: “La escuela es la encargada de preparar a los sujetos para formar parte de la sociedad que cree en el trabajo y en la posibilidad de conseguir todo lo que nos proponemos mediante el esfuerzo que nos autoimponemos” (2020, p. 5). En otras palabras, la sociedad del cansancio no hará más que profundizarse: las futuras generaciones, en lugar de aprender a reflexionar críticamente sobre el problema, están aprendiendo a formar parte de él, asumiendo que todo es alcanzable mediante el esfuerzo individual. Así, se están formando como amo y esclavo en potencia.

## El paso de la sociedad disciplinaria a la sociedad del cansancio

---

En el siglo XX, autores como Foucault, en su obra *Vigilar y castigar* (2002, p. 145), comparan la estructura de la escuela con la de la cárcel, encontrando varias similitudes. En esencia, la escuela, como el resto de las instituciones sociales —de manera consciente o inconsciente— buscaba registrar diariamente la conducta y enseñar una disciplina que sería replicada por los sujetos posteriormente en sus labores diarias en fábricas. En la actualidad, el sujeto continúa siendo disciplinado o explotado por terceros mediante dichas instituciones; ergo, este modelo no ha cambiado en el siglo XXI.

Byung-Chul Han menciona que, en la actualidad, se ha establecido una sociedad de gimnasios, torres de oficinas, bancos, aviones,

centros comerciales y laboratorios genéticos para generar sujetos de rendimiento, dando paso a una sociedad del rendimiento que ha dejado atrás a la sociedad disciplinaria, la cual utilizaba hospitales, cárceles, cuarteles y psiquiátricos para generar sujetos de obediencia (2012, p. 25).

En el sistema educativo también se percibe esa transición hacia una *sociedad del cansancio*. Contemplamos altos índices de estudiantes y docentes que se autoexplotan hasta el punto de la depresión. Según cifras del Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2023), en 2022 se atendió a 1 099 703 pacientes por trastornos neuróticos o psicológicos, respecto de los 862 600 registrados en 2021; es decir, existe un incremento significativo. En cuanto a las consultas relacionadas con intentos autolíticos en jóvenes, en 2022 se atendieron 3542 casos, y en el primer semestre de 2023, 4893, lo que demuestra un crecimiento alarmante.

El Ministerio de Educación implementa, desde el año lectivo 2021-2022, entrevistas socioemocionales y planes de contención emocional en el sistema educativo.

## **La pérdida de la negatividad, característica de la sociedad del cansancio**

---

Aclarada la transición de la sociedad disciplinaria a la sociedad del cansancio, es preciso establecer la característica más importante que Byung-Chul Han determina en esta última: la negatividad como rasgo central de la sociedad disciplinaria. Por tanto, la sociedad del rendimiento se caracteriza por la pérdida paulatina de dicha negatividad, la cual es reemplazada por un “poder” o un “Yes, we can”.

Al hacer una comparación entre la sociedad disciplinaria y la del cansancio, Han nos dice:

La sociedad disciplinaria está regida por el *no*, lo que genera locos y criminales en una sociedad que se maneja por la prohibición; por otro lado, tenemos a la sociedad de rendimiento, en la cual se impone la posibilidad, el poder hacer, lo que genera personas depresivas y fracasadas. (2012, p. 27)

Es decir, en la sociedad del cansancio que presenciamos en la actualidad, la prohibición mediante el “no” ha sido reemplazada por un “sí se puede”. Este cambio ha tenido un impacto profundo: la sociedad del siglo pasado reaccionaba a la prohibición con sujetos que infringían el control, mientras que la actual, marcada por el exceso de positividad, genera una constante propensión a la depresión.

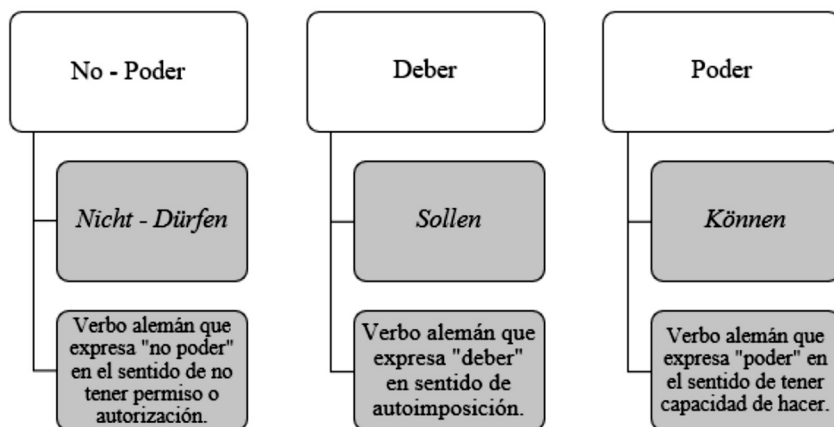
En el ámbito educativo, podemos percibir este fenómeno de la siguiente manera: el ente rector de la educación se encuentra en un proceso constante de reformas a la LOEI, mediante la presentación de acuerdos y reglamentos nuevos. En ellos se ha retirado progresivamente el rol de control y prohibición replicado en el sistema. En un primer momento, se retiró a los docentes la potestad de ejercer un control disciplinario sobre los estudiantes, y, posteriormente, también se redujo su capacidad de autogestión normativa. Este vacío ha sido reemplazado por funciones adicionales a la enseñanza.

Afianzado en el concepto del “deber” y del “poder hacer”, el rol docente se ha ampliado: ahora son tutores, veedores de las garantías de convivencia en ambientes armónicos, mediadores de conflictos e incluso responsables legales de actos de violencia ajenos a su acción directa. Es decir, el rol de los docentes en la sociedad actual trasciende la enseñanza en el aula, incrementando funciones bajo el imperativo del “sí se puede” y del “deber”.

A continuación, se presenta la figura 1 con una interpretación de la diferenciación etimológica del término alemán ‘poder’ que Han describe en su obra (2012, p. 26):

**Figura 1**

Gráfico que establece los procesos de diferenciación etimológica del término ‘poder’



Para que esta pérdida de negatividad se consolidara en el sistema educativo, no bastó con reformar leyes, acuerdos o reglamentos; fue necesario lograr que los docentes se autopercibieran como capaces de realizar dichas funciones, exigiéndose estados exacerbados del rol, formación continua e innovación educativa. Sin embargo, las consecuencias de esta situación se manifiestan en depresión, cansancio extremo y —como se mencionó anteriormente— en la aparición del síndrome de *burnout*.

Cabe aclarar que no se trata únicamente de fatiga o de una alta carga laboral, sino de una transformación más profunda: la pérdida de negatividad —en el caso puntual de los docentes— implica el reemplazo del sistema prohibitivo o disciplinario por uno basado en el rendimiento, donde el imperativo ya no es “debes obedecer”, sino “puedes y debes rendir”.

## **Análisis de lineamientos para docentes en el sistema educativo ecuatoriano en relación con los conceptos de la *sociedad del cansancio***

---

En el Reglamento con Registro Oficial N.º 254, correspondiente a la actual Ley de Educación, se evidencia que las funciones de los docentes trascienden el rol tradicional de enseñanza y cuidado del estudiantado, visualizándose una ampliación significativa de sus responsabilidades. Un ejemplo de ello se encuentra en el ámbito del refuerzo y la retroalimentación pedagógica:

“Los docentes entregarán permanentemente retroalimentación al estudiantado, así como a sus representantes legales” (Reglamento General a la Ley de Educación Intercultural Bilingüe del Ecuador, 2022, art. 22).

Se puede observar cómo las funciones del docente incluyen ahora una retroalimentación permanente, lo cual no sería negativo en sí mismo —pues podría interpretarse como una nueva propuesta formativa o de acompañamiento personalizado al estudiantado—; sin embargo, cabe señalar que, en el ámbito de educación media y bachillerato, los docentes atienden entre seis y doce cursos, con grupos de entre veinte y cincuenta estudiantes cada uno (Reglamento General, 2022, art. 22). Esto implica que un docente podría verse en la obligación de brindar retroalimentación permanente —en algunos casos— a más de quinientos estudiantes, incluyendo además a los representantes legales de cada uno.

En cuanto al refuerzo pedagógico, el mismo reglamento establece: “El refuerzo pedagógico incluirá elementos tales como: clases de refuerzo lideradas por el mismo docente, tutorías individuales con el mismo docente, cronograma de estudios” (Reglamento General, 2022, art. 22).

También se detalla que el docente deberá revisar el cronograma de refuerzo enviado al estudiante y proporcionar una nueva retroalimentación, lo que implica que el docente queda a cargo de una retroalimentación continua, incluso respecto de los procesos posteriores al refuerzo académico del estudiante.

## Docentes convertidos en Prometeos cansados

Para el ingreso de profesionales al ámbito educativo, el reglamento contempla que “La carrera educativa ampara el ejercicio de los profesionales de educación, considerando su desempeño, profesionalización, actualización, validando sus méritos y potenciando el acceso a nuevas funciones, a través de mecanismos de promoción y estímulo” (Reglamento General a la Ley de Educación Intercultural Bilingüe del Ecuador, 2022, art. 193).

En relación con el ingreso de profesionales al sistema educativo, se advierte una predisposición normativa para asumir nuevas funciones. Se establece que no basta con el buen desempeño, sino que se plantea una continua autoexigencia por parte de los docentes, mediante un sistema de promoción y estímulo basado en méritos. Es decir, la ley configura al docente como el sujeto del “Prometeo cansado”, donde, en palabras de Han, “el sujeto de rendimiento contemporáneo se violenta a sí mismo, está en guerra consigo mismo” (2012, p. 9).

En el pasaje mitológico, el castigo impuesto a Prometeo consiste en que un ser externo devora su hígado de forma permanente. Han actualiza esta imagen para representar al sujeto contemporáneo, afirmando que ya no hace falta un ser externo: es ahora el alter ego del mismo sujeto, quien se depreda constantemente, a través de las metas que se autoimpone.

Sobre este tema, Araújo *et al.*, en su trabajo sobre el pasaje mitológico de Prometeo y su relación con el pensamiento de Han, mencionan

que se trata de un proyecto “ordenador, educador y que por objetivo tiene la eficiencia” (2017, p. 96).

Una lectura detenida del artículo 193 del reglamento educativo basta para evidenciar la visión del docente, desde la perspectiva del Ministerio de Educación, como un Prometeo cansado. Para el docente no es suficiente hacer bien su trabajo ni enseñar su asignatura: debe estar dispuesto a asumir constantemente nuevas funciones, exigirse profesionalizaciones continuas y, además, aceptar autoexplotarse hasta el punto del cansancio, la depresión o el fracaso.

### **Institucionalización de la autoexplotación y formación continua como política pública de autoexplotación**

---

El artículo 193 del Reglamento ya predispone a los docentes a mantenerse abiertos y a la expectativa de nuevas funciones. Esta disposición se refuerza con otras funciones que el docente, como “Prometeo cansado”, deberá asumir.

Respecto a las funciones de los docentes, el nuevo Reglamento de Educación con Registro Oficial de 2022 establece: “La inasistencia de uno o dos días debe ser notificada a los representantes legales, quienes deberán justificar, a más tardar, hasta dos días después del retorno del estudiante ante el docente de aula” (art. 22).

El artículo citado especifica que la justificación —en el caso de educación básica elemental— se debe presentar ante el docente de aula; mientras que, en bachillerato y educación básica superior, ante el docente tutor.

En cuanto a la convivencia armónica, el reglamento contempla la prevención y resolución de conflictos. Aunque no se asigna explícitamente como función docente, se deja entrever que el inspector

solo intervendrá cuando no se logre una resolución entre las partes involucradas, lo cual queda en primera instancia bajo la acción del docente tutor: “La resolución de conflictos iniciará con un diálogo voluntario, el cual deberá contemplar aspectos como: información, participación, escucha activa, respeto al proceso y restauración” (Reglamento General, 2022, art. 337). A continuación, el reglamento señala que el inspector intervendrá únicamente si no se logra un acuerdo entre las partes (art. 338).

Funciones que antes correspondían al Departamento de Inspección, ahora son transferidas al docente de aula y al docente tutor, generando una sobrecarga de actividades que, para cumplirse, requieren jornadas superiores a las ocho horas laborales diarias. Según la ley actual, estas se distribuyen así: seis horas presenciales en la institución, y dos horas adicionales destinadas a preparación de clases, calificación, planificación y profesionalización docente.

La normativa permite que estas dos horas se cumplan presencialmente hasta por tres días a la semana, dependiendo de lo que determine la autoridad institucional, es decir, los docentes podrían verse obligados a cumplir las ocho horas completas de manera presencial durante más de la mitad de la semana.

Es interesante analizar el uso de ciertos términos en el reglamento, como por ejemplo la palabra ‘podrá’, usada respecto a las dos horas fuera de la jornada con estudiantes. Este término resulta ambiguo y no prohibitivo, lo que deja a discreción de las autoridades institucionales y de los mismos docentes la decisión final sobre su aplicación.

La *sociedad del cansancio* pone énfasis en el rendimiento, y el término ‘podrá’, que Han analiza desde el verbo alemán *können* (poder) (2012, p. 26), sugiere —entre líneas— que los docentes “deban poder” asumir siempre más tareas. Es decir, que tengan la capacidad,

incluso la obligación moral, de rendir más, autoexplotarse y convertirse en *Prometeos cansados*.

Esta lógica es problemática, pues asumir que mayor tiempo de trabajo conlleva mayor eficiencia o productividad es, hoy en día, una falacia ampliamente refutada. Al contrario, el exceso de carga conduce a la ineficiencia, al agotamiento físico y al deterioro psicoemocional.

En el artículo 11 de la Ley de Educación, referente a las obligaciones de los docentes, el inciso k) menciona: “Procurar una formación académica permanente y continua a lo largo de su vida, aprovechando oportunidades de desarrollo” (Ley Orgánica de Educación Intercultural Bilingüe, 2022, art. 11, literal k).

Es decir, los docentes están legalmente obligados a profesionalizarse de forma continua y permanente, lo que configura una forma de autoexplotación normalizada, legalizada y planteada como una virtud dentro del marco institucional.

Sobre esta dinámica, Han es absolutamente claro:

Una dialéctica de amo y esclavo donde los dos personajes resultan ser la misma persona: una sociedad del cansancio donde todo sujeto lleva consigo su propio campo de trabajos forzados, donde el mismo individuo se convierte en prisionero y celador, en víctima y verdugo, en un amo y un esclavo, haciendo posible una explotación sin dominio. (2012, p. 48)

Esta sociedad, donde el sujeto de rendimiento se convierte en su propio explotador, genera una presión constante por el crecimiento, que desemboca en un desgaste mental estructural. Lo que la ley de educación denomina “formación permanente de por vida”, Han lo define crudamente como “Matarse por optimizarse; la autoexplotación sin límite genera un colapso mental” (2022, p. 17).

## Responsable de la sociedad del cansancio

En el texto *Capitalismo y pulsión de muerte* (2022), Byung-Chul Han identifica al capitalismo como el principal responsable de la sociedad del cansancio y del colapso mental contemporáneo. Para ello, recupera una referencia de Freud, quien afirmaba: “el hombre no es más que una bestia salvaje que no respeta ni a su propia especie; la humanidad se destruye a sí misma” (Han, 2022, p. 12).

Han desarrolla un análisis sobre la estrecha relación entre el capitalismo y la obsesión por transformar la vida en objetos inertes, afirmando que: “...este sistema económico, además de ser responsable de catástrofes ecológicas, también lo es de catástrofes mentales, como resultado de la presión que ejerce sobre los sujetos de rendimiento” (2022, p. 21).

En sus palabras, para lograr su cometido, el capitalismo ha logrado canalizar fuerzas destructivas y la pulsión de muerte para reconducirlas hacia el crecimiento (Han, 2022, p. 13).

El enfoque destructivo que se oculta tras la vida misma se disfraza de crecimiento y rendimiento, a través de una serie de principios que Han desarrolla en sus ensayos.

## Principio de rendimiento

El principio del rendimiento, en el que se basa esta sociedad actual, consiste en despersonalizar al ser humano, mediante una serie de acciones que pretenden asimilarlo a la máquina, enajenarlo de sí mismo; es decir, quitarle la vida a la vida (Han, 2022, p. 39).

Contemplamos aquí el surgimiento de un ser que ha perdido la consciencia de su existencia, que ya no busca cuantificar su vida únicamente en resultados, pero que vive para trabajar y ha perdido la capacidad

de contemplar la vida misma. En palabras de Han: “Estamos demasiado vivos para morir y demasiado muertos para vivir” (2022, p. 30).

En la sociedad del rendimiento, se busca asimilar al ser humano con la máquina. Sobre esta despersonalización del individuo, Han, en su obra *La sociedad de la transparencia* (2012), explica que no solo se pretende desnudar hasta el alma, sino transparentarla: “El alma humana lleva una impermeabilidad; solo la máquina es transparente” (2012, p. 14).

Es decir, para someter al individuo a un crecimiento y rendimiento autoinfligido, es necesario implementar primero una positividad total que elimine el rechazo a lo otro; seguido de un proceso de deshumanización mediante la asimilación con la máquina, y del letargo mental de una vida activa, unido a una transparencia que vuelva público lo privado, nutriendo la *big data*. En un punto final, mediante un cúmulo de hiperinformación, el sujeto de rendimiento se convierte en ser multitarea, hiperoptimizado, productor máximo hasta el cansancio y el colapso mental.

Este cometido es replicable a toda la sociedad mediante la educación. El ente rector asimila al docente como una máquina, como un sujeto de rendimiento al que se le otorga libertad para autoexigirse de forma continua y permanente durante toda su vida. El docente se convierte en ese sujeto de rendimiento que se optimiza durante años para acceder a beneficios como la equiparación salarial o el ascenso docente. En este contexto es aplicable el concepto de Han: “...al eliminar la fábrica, el trabajo se presenta por todas partes; al desaparecer los manicomios, la demencia se ha convertido en normalidad” (2022, p. 21).

El docente, como sujeto de rendimiento sin consciencia de su estado, llegará a un punto en el que ya no pueda ascender más, y solo entonces reaccionará, al darse cuenta de que su vida útil se le esfumó en una optimización autoimpuesta.

No se amó lo suficiente como para disfrutar conscientemente su vida: en beneficio de una *vita activa*, sacrificó la vida contemplativa y los espacios de ocio, sacrificó su vida misma ante un programa de recompensas que le generó un cansancio profundo, una depresión inconsciente, y que solo la cercanía a la muerte podría hacerle consciente de su verdadero estado de agotamiento existencial.

### **Principio de explotación de la libertad**

En este apartado se presenta el principio de libertad como herramienta para explotar al sujeto. En este caso, el docente no es consciente de estar sometido. Es fundamental diferenciar entre una opresión de la libertad y una explotación de la libertad.

La opresión de la libertad genera resistencia, como ocurría en la sociedad disciplinaria; mientras que la explotación de la libertad produce individuos agotados y depresivos, incapaces de instaurar ninguna masa revolucionaria (Han, 2022, p. 21).

El docente, por tanto, se autopercibe erróneamente como un sujeto en ejercicio pleno de su libertad. Supone que imparte clases con total autonomía, sin darse cuenta de que reproduce los intereses de la sociedad del cansancio en sus estudiantes.

Enseña que el aprendizaje es una meta de superación personal que todo individuo debe alcanzar, sin ser consciente de que esa meta termina por transformarse en una meta de rendimiento.

El docente se autoexplota en un primer momento, para posteriormente fomentar la autoexplotación en sus estudiantes.

### **Principio de *burnout***

Maslach y Jackson, en 1981, fueron los responsables de conceptualizar el *burnout* o síndrome de desgaste ocupacional (García *et al.*, 2019, p.

3). Esta conceptualización surge de una investigación desarrollada en América del Norte, que evidenció una serie de sintomatologías presentes en los trabajadores como consecuencia de su labor diaria.

Los autores identificaron tres circunstancias específicas: “altos niveles de agotamiento emocional, baja sensación de realización profesional y despersonalización” (García et al., 2019, p. 3).

El síndrome de *burnout* ha sido reconocido oficialmente por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un “...síndrome que afecta a los trabajadores, generando un desgaste físico y mental” (García et al., 2019, p. 4); es decir, este síndrome constituye una afección de salud reconocida, actualmente objeto de estudio en diversas disciplinas y áreas laborales.

Es preciso enfatizar que el sujeto de la *sociedad del cansancio* no es simplemente un individuo laboral que ha caído en el síndrome de desgaste ocupacional —también llamado síndrome de *burnout*—. La diferencia fundamental radica en que el sujeto de rendimiento se encuentra profundamente agotado, no por una sobrecarga laboral externa, sino por una ausencia de negatividad y un exceso de positividad.

Este exceso de positividad lo conduce a una fatiga total, producto del imperativo incesante del *poder hacer*, que se expande a todas las dimensiones de la vida, incluido el ámbito social; mientras que el síndrome de *burnout* se limita al entorno laboral y puede ser mitigado mediante la implementación de límites claros entre la vida profesional y la personal.

El sujeto de rendimiento se agota debido a la fragmentación o atomización del tiempo, lo que afecta no solo su productividad, sino su existencia plena como individuo. Han lo expresa mediante la comparación entre el “último hombre” de Nietzsche y el “ser” de Heidegger: “Todos quieren lo mismo, todos son iguales: quien tiene

sentimientos distintos marcha al manicomio” (Han, 2015, p. 17); mientras que el individuo divergente, aquel que pretende existir plenamente, dificulta el funcionamiento de la masa o del “ser” de Heidegger (Han, 2015, p. 18).

En el caso de los docentes, la fragmentación del tiempo se manifiesta a través de la acumulación de documentación y planificaciones, donde deben especificarse las actividades dentro y fuera del aula.

Estas planificaciones deben incluir indicadores de logro, que en palabras simples constituyen metas de rendimiento. Dichos indicadores son desagregados y autoimpuestos por el mismo docente, quien, de este modo, se convierte en sujeto de la *sociedad del cansancio*, al autoimponerse metas de rendimiento, así como un programa permanente de formación y capacitación, en el marco de una carrera de actualización continua que parece no tener fin.

El estrés laboral y el desgaste ocupacional son las principales causas de bajo rendimiento, ausentismo y bajas laborales (García *et al.*, 2019, p. 1). Para García, las causas principales del desgaste ocupacional en docentes de secundaria y niveles de básica se relacionan con una sobrecarga administrativa, reformas educativas continuas, exceso de tareas laborales y aulas sobrepobladas (García *et al.*, 2019, p. 13).

Es decir, se trata de factores normalizados en el régimen educativo actual: aulas con más de 45 estudiantes, tareas administrativas complementarias (informes, planificaciones, capacitaciones), y una sobrecarga laboral que alcanzó su auge durante la pandemia, generando docentes quemados, fatigados y con síntomas claros del síndrome de desgaste ocupacional.

Existe una relación directa entre el desgaste ocupacional, las creencias irracionales en torno a la profesión docente y los estilos de enseñanza, tal como lo afirman Perdomo *et al.*: “Existe una relación lineal

entre el desgaste ocupacional, las creencias irracionales que enfrenta su profesión y los estilos de docente” (2019, p. 63).

Es decir, el estudio halló evidencia significativa de que, ante el desgaste ocupacional, se ve afectada la capacidad del docente para cuidar de sí mismo, para relacionarse con sus compañeros y para sostener un clima positivo en el aula.

Como resultado, el docente tiende a modificar su estilo pedagógico, pasando de un modelo democrático a uno permisivo o incluso autoritario, afectando el bienestar de sus estudiantes.

En el estudio cuantitativo de García y Marín (2018) se encontraron los siguientes resultados alarmantes:

El 28,1 % de los docentes de secundaria enfrentan altos índices de agotamiento emocional severo, el 40,3 % tiene baja realización personal, y el 37,9 % sufre de despersonalización. Además, se menciona que estos índices son alarmantes en comparación con los de otras profesiones. (p. 13)

En la investigación de Kariou *et al.* (2021) se considera otra variable clave en relación con el síndrome de *burnout* y los docentes: el trabajo emocional. Se menciona que el manejo adecuado de las emociones es fundamental para transmitir, comunicar y alcanzar metas.

En relación con el ámbito docente: “Las emociones pueden afectar el comportamiento de los profesores, el comportamiento de los estudiantes e incluso su rendimiento” (Kariou *et al.*, 2021, p. 9).

Es evidente que la práctica docente es una de las ocupaciones con mayor desgaste ocupacional. Sin embargo, con las reformas educativas y un régimen de formación continua obligatoria, observamos que el docente ha pasado de ser un *homo laborans* —víctima del síndrome de *burnout*— a un sujeto que, además del agotamiento

emocional y la despersonalización, experimenta los principios fundamentales de la sociedad del cansancio.

El docente de hoy sufre un exceso de positividad, una explotación autoimpuesta, una fatiga crónica, una atomización del tiempo y una transparencia absoluta.

## Principio de la violencia neuronal

Los mandatos de acumulación, rendimiento y crecimiento “no se limitan a generar catástrofes ecológicas, también son responsables de catástrofes mentales” (Han, 2022, p. 21).

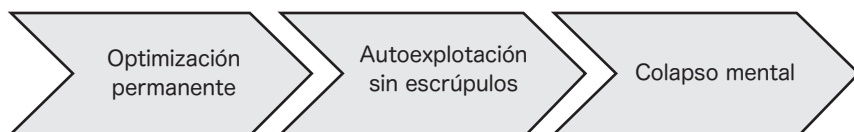
El sujeto de rendimiento comete un acto de violencia contra su propio bienestar mental, al exigirse una optimización constante y una autoexplotación inescrupulosa, que lo conducen al colapso.

La violencia presente en esta época es compleja: no se manifiesta como violencia directa, sino como una violencia contigua, estructural, producto de un sistema imperceptible en el que el sujeto se convierte en su propio verdugo y explotador, incapaz de reconocerse como el origen de su malestar, sumido en un régimen de superproducción y supercomunicación.

En este entorno, el colapso mental no solo es posible: es inminente. Ver la figura 2.

### **Figura 2**

#### *Proceso de la violencia neuronal*



Nota: El gráfico fue realizado estableciendo los procesos que Han describe en *Capitalismo y pulsión de muerte* (2022, p. 21).

Sobre el COVID-19 —que, en la presente década, se ubica como una enfermedad viral emblemática de nuestra época—, Han realiza un análisis crítico en el que plantea que cada época de la historia está ligada a una enfermedad representativa.

En nuestra época, la pandemia viral convive con una explosión de enfermedades mentales, con énfasis en la depresión, la ansiedad y el síndrome de desgaste ocupacional. Según Han, trastornos como el TDAH y otros no son producto de una bacteria ni de un virus, sino de un exceso de positividad (Han, 2012, p. 23).

La otredad ha sido reemplazada por la diferencia, lo cual, en palabras de Han, ha tenido un efecto inmunológico profundo: “...la diferencia, este sutil cambio ha ocasionado que no salte la reacción inmunológica natural en el sujeto” (Han, 2012, p. 14).

En relación con la salud mental de los docentes, la mayoría de los estudios realizados abordan el tema desde el síndrome de *burnout*. Por ejemplo, el estudio de García Rodríguez *et al.* —realizado con una población de 200 docentes en Portoviejo— mostró que el 95 % de los participantes experimentó al menos uno de los síntomas característicos de este síndrome.

Lo llamativo del estudio es que solo 50 docentes (25 %) conocía o era consciente del significado del síndrome de *burnout*, mientras que 150 docentes (75 %) desconocía completamente esta categoría diagnóstica (García Rodríguez *et al.*, 2021, p. 7).

La afectación a la salud mental de quienes trabajan en el ámbito educativo no es exclusiva del nivel secundario. Una investigación realizada en Estados Unidos (2019) sobre docentes universitarios evidenció un crecimiento significativo entre 2011 y 2015 en los casos derivados a servicios de salud ocupacional por razones de bienestar mental (Morrish, 2019, p. 21).

El mismo estudio encontró que una de las principales causas estructurales es la sobrecarga laboral, relacionada estrechamente con actividades externas como acreditaciones y auditorías institucionales.

Dentro del sistema educativo ecuatoriano, es muy difícil encontrar investigaciones cuantitativas que midan la violencia neuronal o el desgaste ocupacional que padecen los docentes. Sin embargo, una investigación realizada con docentes de primaria en la provincia de Manabí, durante el primer año de la pandemia por COVID-19, arrojó los siguientes resultados:

- El 20 % de los docentes participantes presentaron casos altos o graves de estrés.
- El índice de satisfacción laboral situó al 50 % como insatisfechos con sus condiciones laborales, especialmente debido a los cambios en la metodología educativa y la incertidumbre sobre el futuro del sistema educativo.
- Finalmente, se halló una relación directa entre los altos niveles de estrés y el grado de insatisfacción laboral (Párraga y Escobar, 2020, p. 144).

## Principio de la transparencia

---

La sociedad actual se organiza en torno a un hipercapitalismo, un gobierno de la vigilancia y de la explotación total. Esto se logra mediante la transformación de la vida humana en valores comerciales (Han, 2022, p. 39), transformación que se ve facilitada por la digitalización de la sociedad.

Pensemos en el uso de las redes sociales: todas las personas —incluidos los docentes— disponen de redes y se encuentran constantemente ingresando información a la *big data*. Con ello nutren a empresas dedicadas a convertir los aspectos vitales de las personas en meras herramien-

tas de consumo. La profesión, las preferencias, el estado civil, entre otros, sirven a los algoritmos para prever el comportamiento humano.

La transparencia de la vida humana permite hoy una apertura total, en la cual lo privado se convierte en dominio e interés público. Pensemos, por ejemplo, en el caso de un docente: sus estudiantes, autoridades y padres de familia pueden acceder a información sobre dónde vacacionó, sus pasatiempos, sus opiniones o incluso aspectos más íntimos.

El docente que no es consciente de este principio se vuelve vulnerable a que su vida sea idolatrada, criticada o censurada; mientras que aquel que sí es consciente de la lógica de la transparencia, ejerce una presión adicional sobre sí mismo, proyectando solo los aspectos más sobresalientes de su vida, o incluso falseándola, construyendo una imagen pública que él mismo termina creyendo.

Según Han, el alma humana necesita espacios de privacidad, ajenos a la mirada del otro, donde pueda guardar distancia y vergüenza (Han, 2013, p. 26). El sujeto formado en la negatividad conserva una impermeabilidad que protege la esfera de lo privado. Esta impermeabilidad le permite ser en sí mismo y le garantiza el pudor, la vergüenza y la distancia, cualidades que sostienen la posibilidad del respeto hacia el otro y hacia sí mismo.

Roland Barthes, citado por Han, define la esfera privada como “la zona de espacio, del tiempo, en la que no soy una imagen, un objeto” (Han, 2014, p. 8).

En el ámbito educativo, en medio de una sociedad de la transparencia y del uso masivo de redes sociales, el docente debe reconectar con el concepto del respeto, entendido como separación entre lo público y lo privado.

El término ‘respeto’ proviene del vocablo latino *respectare*, que Han relaciona con mirar con distancia. En la sociedad actual del rendi-

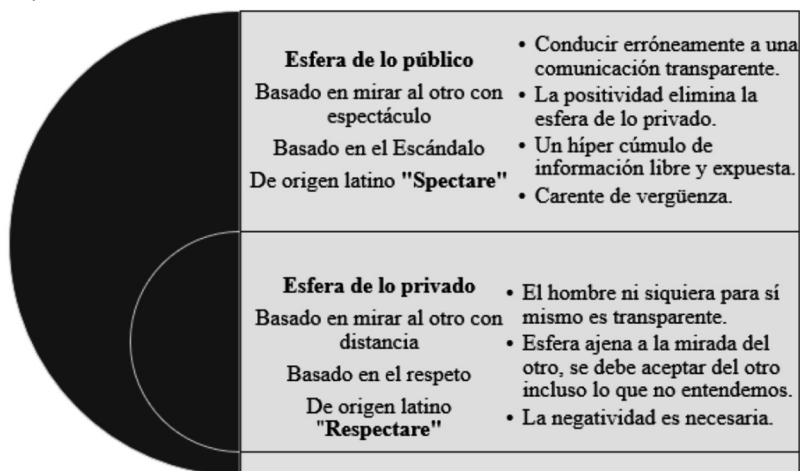
miento, gracias a la mediatización de las redes sociales, lo privado se hace público, la comunicación deshace distancias y perjudica el respeto (Han, 2014, p. 7).

En esta sociedad del rendimiento, de la transparencia y de la hiperinformación, el mirar con distancia ha sido reemplazado por el mirar con espectáculo y escándalo. Para Han, esta mutación del respeto (*respectare*) al espectáculo (*spectare*) implica que la vida privada se exhibe públicamente, se consumen estilos de vida ajenos, se proyectan versiones idealizadas de uno mismo y se pierde la capacidad de mirar con respeto (figura 3).

Como consecuencia, la autenticidad se diluye, dando lugar a formas de vida estandarizadas y masificadas, proyectadas —en gran medida— por el uso indiscriminado de las redes sociales.

### Figura 3

*Las esferas del alma humana*



*Nota.* El gráfico fue realizado estableciendo los conceptos de Byung-Chul Han sobre el respeto y el espectáculo (p. 7) en relación con los conceptos de las esferas del alma humana (p. 16), tomados de la obra *El enjambre* (2014).

Durante la pandemia se crearon canales de comunicación directa con estudiantes, padres de familia y autoridades. Dichos canales — como WhatsApp— abrieron la posibilidad de que el docente estuviera disponible incluso fuera de su horario laboral, para resolver cualquier inquietud.

A raíz de la pandemia, el docente se convirtió en una metáfora viviente de la tienda Apple que menciona Byung-Chul Han: un cubo de paredes transparentes, abierto a todo el mundo, sin horario establecido y símbolo absoluto del hipercapitalismo.

El peligro de la transparencia para un docente también radica, como lo describe Han, en la eliminación del espacio de confianza: “Si de entrada conozco todo de una persona, ya no hace falta la confianza; la confianza, que involucra el mantener una relación positiva con otra, es reemplazada por el control” (Han, 2022, p. 42).

En el ámbito educativo, se están implementando redes de información que interconectan diversas instancias de la comunidad educativa: subsecretaría, distritos, autoridades, docentes y plataformas de capacitación.

En estas redes se ingresa información que va desde directrices y manuales hasta planificaciones y recursos propios de cada docente. Esto constituye la construcción intangible de lo que Han conceptualiza como un panóptico digital: “Los habitantes del panóptico digital crean una red y se comunican constantemente entre ellos, alimentan el panóptico voluntariamente con información” (Han, 2022, p. 75).

El docente, al igual que el sujeto de rendimiento, ha contribuido activamente a la construcción del panóptico digital, en la medida en que expone laboralmente su trabajo diario, metodologías, recursos, opiniones y emociones.

Participa también del mantenimiento de este sistema, al nutrir voluntariamente la *big data*. Se vuelve casi una necesidad compartir su labor, mostrar evidencias de trabajo, construir una identidad profesional constantemente visible.

Por ejemplo, la plataforma Me Capacito brinda cursos virtuales para la profesionalización docente. Sin embargo, al inscribirse en estos cursos, los docentes comienzan a recibir correos institucionales y personales con ofertas de asesoría externa, relacionadas directamente con sus inscripciones.

Es decir, existen terceros con acceso a la información que comercializan los datos de los docentes. En la web es posible encontrar planificaciones y recursos pedagógicos de docentes que están siendo comercializados libremente por entidades externas.

En relación con este panóptico digital, cabe mencionar la implementación de plataformas tipo *big data* en el ámbito educativo, donde se ingresa información de manera supuestamente voluntaria.

El Ministerio de Educación ha lanzado, con “bombos y platillos”, el proyecto Colmena, definido como: “Una iniciativa que busca un ejercicio de participación de la comunidad en la planificación y gestión escolar” (Ministerio de Educación del Ecuador, 2022).

Lo problemático de estas redes no es únicamente que se utilicen para mejorar la gestión educativa, sino que también existe fuga de información que puede ser comercializada.

Han lo advierte al vaticinar una sobrecarga informativa que intensificará nuestra interconexión: “Pronto estaremos todos interconectados”, describe, “como en una ciudad elegante donde recibamos de manera intensa y constante información relevante a juicio de los algoritmos planteados por la *big data*” (Han, 2022, p. 41).

## Principio de la vida activa

---

En *La sociedad del cansancio*, Han presenta una discusión con la perspectiva de Hannah Arendt sobre la vida activa. Desde el análisis de Arendt, el nacimiento y la muerte del ser humano están interrelacionados con las actividades: labor, trabajo y acción, convirtiéndose en las “bases de la condición humana” (1993, p. 17).

La vida activa es un principio que, para Arendt, es natural en la medida en que el ser humano nace y, mediante su trabajo, produce. “El mundo en el que la vida activa se consume está formado por cosas que el humano produce” (Arendt, 1993, p. 23). Sin embargo, para ella, gracias a la automatización, el ser humano podría liberarse de esta condición.

Han plantea que el hombre no ha sido liberado del trabajo por la automatización, sino más bien llevado al punto de optimización constante, una fusión con la máquina. Arendt también propone que el hombre, desde que nace, se convierte en un ser condicionado: bajo el espectro de la *vita activa*, el hombre, mediante su labor (proceso biológico) y trabajo (actividad no natural), produce cosas que terminan condicionando a la propia fuerza productora. Es decir, “todas las cosas con las que entra en contacto terminan convirtiéndose en una condición de su existencia” (Arendt, 1993, pp. 22-23).

Por tanto, mientras Arendt planteaba que todo lo producido por el ser humano termina siendo un condicionante de su existencia, y que gracias a la automatización este podría liberarse en gran medida de su labor, Han postula que la automatización, en lugar de liberar al hombre, terminó por agotarlo más, al implementar mayor eficiencia en sus labores y, por tanto, exigir más de sus funciones.

Para Byung-Chul Han, este análisis de Arendt presenta un error de percepción, ya que, en palabras del filósofo: “se entiende equivocadamente”.

damente contemplación con detención de todo movimiento y actividad” (Han, 2012, p. 43). Arendt plantea que la reducción del ser humano a un ser laboral radica en que la vida activa ha sido relegada por la vida contemplativa, lo que para Han es lo contrario: “La totalización de la *vita activa* es producto también de la pérdida de experiencia” (Han, 2012, p. 44).

Es preciso detallar que la experiencia es necesaria para poder interactuar sensitivamente con el mundo. Esta experiencia solo se puede obtener al dar espacios de interrupción (contemplación) dentro de tanta actividad.

Es posible que el origen de las complicaciones que afectan el plano corporal, espiritual y mental de los individuos en el siglo XXI radique en un desbordamiento de actividad, impuesto no por factores externos, sino por el propio sujeto (Hutchison, 2023, p. 100). Es decir, si bien existen factores externos como la competencia y la escasez de recursos en un sistema acelerado, estos factores terminan ahondando la inestabilidad física y emocional en la medida en que hay un detonante interno que plantea: exigirse constantemente para estar en un nivel perpetuo de competencia con los demás.

Para alcanzar los requerimientos que la sociedad actual ha planteado —*influir*, mas no *imponer*—, es necesario que el individuo se autoimponga metas que le permitan permanecer en un estado de constante optimización. Esto, sumado a un tiempo atomizado que se fragmenta y carece de un sostén que marque un norte, genera espacios que fomentan la aceleración de la acción, traducándose en una actividad permanente y en una imposibilidad de detenerse y contemplar.

Tenemos entonces individuos que desbordan tanta hiperactividad que esta se manifiesta en enfermedades neuronales.

La arista preocupante de esta problemática radica en que el sujeto de rendimiento, por mano propia, se vuelve permeable y vulnerable a afectaciones mentales y emocionales. Se sitúa en un sinsentido similar al propuesto por Camus con Sísifo: un constante despliegue de actividades que el individuo cumple y se autoimpone sin un objetivo claro, hasta llegar a un cansancio solitario, que emerge como el tipo de cansancio más violento, porque, en palabras de Han (2012, p. 73): “Aísla, destruye toda cercanía, incluso el lenguaje”.

El docente, si bien ahora es impulsado a trabajar colaborativamente con otros miembros de la comunidad educativa, realmente está aislado. Es un ser solitario en medio del bullicio y la multitud, enfocado en un sinnúmero de acciones y metas que se autoimpone, para continuar en un sistema que ha elevado la autoexplotación a un autotrendimiento constante.

Un ejemplo se evidencia en el Reglamento de la LOEI del 2023, donde la palabra ‘podrá’ aparece más de 150 veces. Este término, analizado por Han y asociado a la lógica del rendimiento, ya fue examinado en la figura 1.

En su interacción con la sociedad del cansancio, el sujeto de rendimiento va perdiendo su capacidad de contemplar, de detener tanta actividad y observar profundamente. “El docente se ha vuelto un ser que vive con una extenuación por el trabajo” (Hutchison, 2023, p. 103).

El docente es víctima de un cansancio solitario, cumpliendo con lo planteado por Han, quien, citado por Hutchison, menciona que: “el miedo en los cuerpos se ha apoderado de las dinámicas de vida, sin tener las posibilidades de escuchar y dialogar, volviéndose una comunidad de ciegos, sordos y mudos” (Hutchison, 2023).

El docente ecuatoriano ya no escucha ni contempla plenamente a sus pares o a sus alumnos; observa con desasosiego cómo la depresión

y otras enfermedades neuronales se hacen presentes en los demás, mientras continúa autoexigiéndose hasta que estas dolencias se manifiestan en su propio ser.

## Propuesta conceptual para enfrentar la vida activa

### Principio de la vida contemplativa

Una variante y posible respuesta ante la premura y aceleración de la sociedad actual reside en la contemplación. Arendt menciona que: “La superioridad de la contemplación sobre la actividad reside en la convicción de que ningún trabajo del hombre igualará la belleza del *kosmos*” (Arendt, 1993, p. 28).

El sistema actual, implantado en la sociedad descrita por Han como *sociedad del rendimiento*, se estructura bajo el concepto del “se puede”; por lo tanto, la forma de hacer frente a la aceleración de la vida es otorgarle un espacio a la contemplación: “aprender a mirar, con calma y con paciencia, es decir, educar el ojo para una contemplativa atención” (Han, 2012, p. 53).

El pensamiento, contrario a la propuesta de Arendt, no es producto de una acción, ya que para Han: “el pensamiento no es acción, sino una forma de aparición de la *vita contemplativa*” (Han, 2015, p. 11). Este análisis coincide con la influencia que ejerce Nietzsche en el planteamiento de Han respecto de la vida contemplativa y del pensamiento como su manifestación.

Sobre esto, Nietzsche ya mencionaba en su obra *Humano, demasiado humano* (1986):

La firme decisión de pensar e investigar, es decir, el pensamiento libre, convertido en rasgo del carácter, garantiza de forma mesurada el actuar, debilita la codicia, extrayendo de sí gran parte de energía disponible, en beneficio de la ambición intelectual. (p. 235)

Por tanto, el pensar es una manifestación de la vida contemplativa; no implica acción, pues es inmanente al individuo. Es preciso y urgente rescatar el pensamiento, enseñar al sujeto a mirar profundamente, a interrumpir el exceso de acción en su vida.

La capacidad de pensar profundamente está siendo suprimida por una hiperatención dividida en múltiples focos, propia del sujeto multitarea, un individuo que no detiene su acción ni siquiera para experimentar con su naturaleza.

La totalización de la *vita activa* es propia de todo espectro laboral en una sociedad del rendimiento. Sin embargo, una de las profesiones que con mayor conciencia debería ejercer la vida contemplativa es la docencia. Pensar profundamente, experimentar con el entorno y contemplar la sociedad, la vida y sus aspectos forma parte del núcleo esencial del rol docente. No obstante, el docente se ha transformado en un *homo laborans* más, un sujeto en constante actividad, obsesionado con optimizarse, perfeccionarse y rendir.

El educador replica los principios que demanda el sujeto de rendimiento: se autoexplota en nombre de la meritocracia. Como lo menciona Choque: “El sujeto de rendimiento termina evitando el descanso porque el trabajo se comprende como realización” (2023, p. 3).

La estructura del trabajo docente en Ecuador se ha convertido en un sistema de logros y evidencias, que exige un proceso constante de actividades, incluyendo la extensión de tareas incluso durante el tiempo de ocio del educador.

La paciencia es importante, y más aún en el rol de educar. La enseñanza es un proceso de largo plazo; demandar resultados inmediatos implica acelerar los procesos y presentarlos de forma incompleta, como se ejemplifica en la siguiente analogía: los vegetales trabajados por el campesino de forma natural requieren procesos lentos y poco eficientes, pero al final resultan saludables.

En cambio, hoy la espera ya no tiene valía; todo se considera optimizable. Los vegetales se cultivan mediante procedimientos que aceleran su producción, lo que da como resultado frutos robustos y coloridos, pero con escaso aporte nutricional.

De igual manera, acelerar los procesos de enseñanza bajo el amparo de una lógica de optimización genera docentes y estudiantes exhaustos, con un bajo aporte formativo y humano a la sociedad.

Es necesario que el educador aprenda a detener la hiperactividad y se conceda espacios de total inactividad. No se trata siquiera de evitar pensar, ya que, como se explicó anteriormente, el pensamiento es inmanente a la contemplación. Por tanto, debe aprender a detener aquello que lo desgasta, recuperar la capacidad negativa y reflexionar profundamente sobre su entorno y su labor. El aburrimiento profundo es una alternativa que propone Han para retomar una esencia creadora, y es producto de un análisis crítico de la *vita contemplativa* descrita por Arendt.

La alternativa es poner freno a la extensión del trabajo al hogar, hacer uso del derecho a la desconexión digital y respetar religiosamente los tiempos de ocio. Es necesario reencontrarse con el planteamiento ético de Foucault: “el cuidado de sí” (Savater, 2008, p. 379). El educador debe estar bien consigo mismo para poder cuidar a los demás. Como afirma Alberti: “el educador es el principal llamado a entender que la inactividad no es un déficit, sino una forma de hacer frente a la vida llena de colapsos neuronales y autoexplotación” (2023, p. 59).

## Pedagogía del mirar

---

Según el pensamiento de Nietzsche, citado por Han (2012), “las tareas de los educadores son: enseñar a hablar, a pensar, a escribir y a mirar” (p. 53). Mirar, por tanto, es en esencia la capacidad de obser-

var con paciencia y calma, una pauta necesaria para retomar la *vita contemplativa*.

Mirar con calma, desde la perspectiva de Han, impide que el sujeto reaccione activamente ante cualquier impulso externo, es decir, aprender a mirar contemplativamente permite recuperar una capacidad de negatividad. En palabras de Hegel: “la negatividad es la diferenciación y el poner la existencia; en este recogerse en sí” (Hegel, 1971).

La negatividad es entendida como detonante de un proceso dialéctico entre la vida y la muerte. Han plantea que esta negatividad permite una existencia desbordada de vida (2012, p. 59).

Dicha negatividad posibilita rechazar o decir “no” a lo externo; también permite al sujeto diferenciarse de la máquina, que carece de la capacidad de dudar. El sujeto de rendimiento, al mirar profundamente, adquiere la capacidad de detener toda acción, reflexionar con hondura y dudar antes de actuar.

Mirar con calma implica enfocarse profundamente en un objeto o situación puntual, en lugar de dispersarse superficialmente en múltiples tareas a la vez. Esto previene la hiperinformación que degenera en violencia neuronal. En otras palabras, aprender a mirar es un requisito para retornar a una vida contemplativa y para alejar al ser humano de la figura del sujeto multitarea en el que se ha convertido.

## **Volver la mirada a la ética estoica**

---

Dentro del análisis que hace Byung-Chul Han sobre el tiempo, este diferencia tres tipos: el mítico, el histórico y el atomizado. Los dos primeros poseen una estructura, una narrativa que es, precisamente, la que da el “aroma del tiempo”; mientras que el tiempo atomizado se caracteriza por carecer de estructura y narrativa. La sociedad ac-

tual es víctima de la aceleración, que a su vez es consecuencia de un tiempo sin forma ni continuidad.

Byung-Chul Han también presenta en su pensamiento una influencia parménidea, al mencionar que “la sustancia del mundo en el tiempo con estructura es eterna e inmutable” (2015, p. 11). Al final, nos deja la sensación de que el tiempo debe recuperar su aroma; es decir, retornar a un tiempo estructurado. Mirar al pasado implica también un reencuentro con planteamientos éticos clásicos, los cuales buscaban guiar el comportamiento humano hacia la *eudaimonía* o la *ataraxia*, nociones sumamente útiles como defensa frente al desgaste mental y emocional que Han describe, el cual puede derivar en violencia neuronal en el sujeto de rendimiento.

Para las escuelas helenísticas, “las emociones son puntos de conexión afectivos con el resto del mundo” (Linares, 2018, p. 174); es decir, constituyen juicios del sujeto sobre los objetos externos, percibidos a través de una evaluación subjetiva. Desde el estoicismo, el sujeto debe entender que muchos aspectos están fuera de su control. Según Linares (2018, p. 224), “en el estoicismo, todas las herramientas para hacer frente al descontrol de las emociones radican en la reflexión”; es decir, la reflexión es el punto de partida para el manejo emocional, justamente aquella que ha sido obstaculizada por la *vita activa* del sujeto de rendimiento.

Foucault ya planteaba una revisión de lo clásico, al realizar un análisis de la visión platónica de conocer el todo mediante el conocerse a sí mismo. En su planteamiento de la ética del cuidado de sí, propone que “para uno cuidarse es preciso primero conocerse” (Foucault, 1987, p. 51). El sujeto actual, en medio de tanta actividad, debe abrir un espacio para la contemplación, el cuidado de sí mismo. Conocerse a sí mismo no puede darse sin un tiempo de paciencia y contemplación profunda.

En el caso del sistema educativo ecuatoriano, debe reconocerse que se entrega la responsabilidad de la vida, estabilidad y formación de entre 30 y 40 estudiantes a una sola persona: el educador. Pero no nos detenemos a preguntar: ¿ese educador se encuentra bien consigo mismo?, ¿cómo cuidar de otros si no se ha enfocado en cuidarse a sí mismo? El docente ecuatoriano, para poder asumir la acción del cuidado de los otros, debe partir por garantizar su propio cuidado.

Canteros (2023, p. 208) plantea una crítica respecto de retomar el estoicismo en la actualidad, y lo identifica como un “estoicismo moderno”, argumentando que ha surgido dentro de un sistema neoliberal como una forma de autogobierno. Llama a no adaptar el estoicismo al presente, sino más bien a superarlo y proponer algo nuevo. Sin embargo, es necesario visualizar el desgaste emocional que se autoimpone el sujeto de rendimiento actual y, antes de proponer una alternativa novedosa, resultaría valioso volver la mirada hacia una ética que promovía el verdadero autoconocimiento y una forma profunda de autogobierno.

Para que el sujeto de rendimiento logre reencontrarse con la *vita contemplativa* y aprenda a observar con calma y profundidad, es necesario recuperar la noción estoica expresada por Marco Aurelio: “Tienes el poder a ejercer en tu mente”. También menciona: “Quienes no siguen con atención la fuerza de su propia alma terminan siendo desdichados” (2007, Libro II, meditación 8). Es decir, el estoicismo enfatiza la conciencia respecto de enfocarse únicamente en aquello que está bajo el control de cada individuo: detenerse, observarse con serenidad, encontrar el silencio en medio del bullicio y la contemplación en medio de la hiperactividad.

Dentro del estoicismo, otro pensamiento de Marco Aurelio que puede ofrecer una defensa frente a la hiperactividad del sujeto de rendimiento y su vida activa es el siguiente:

Como modelo de vida, sería preciso fijarse en la piedra de la playa, la cual resulta batida una y otra vez por las olas del mar, pero permanece inmóvil y tranquila; al final, en torno a esta piedra inmóvil se calman las olas. (Moreno, 2022, p. 46)

El educador actual, como pilar de la sociedad y formador de futuras generaciones, debe partir por cultivar una conciencia clara de la sociedad del cansancio para, posteriormente, edificar una barrera que le permita darse espacios de contemplación, aprender a frenar la hiperactividad. No cambiará el sistema de rendimiento, pero logrará, como “la roca” de Marco Aurelio, permanecer firme ante los embates del sistema. Solo el docente puede iniciar el camino del cuidado de sí mismo para poder cuidar a los demás, conocerse en los contextos en los que se desenvuelve a diario, y desde allí extender el cuidado a los otros.

El educador, por tanto, debería ser el primero llamado a cultivar el autoconocimiento y el cuidado de sí mismo, a buscar espacios de reflexión profunda e imperturbabilidad, a permitirse caer en un aburrimiento fecundo que le conduzca a una inactividad necesaria, capaz de frenar la violencia que produce la sociedad del rendimiento. Debe cuidarse a sí mismo para poder cuidar a los demás.

## **El pensamiento de Byung-Chul Han como método para la reflexión**

---

Este capítulo se fundamenta en un análisis e interpretación de los conceptos presentes en la obra de Byung-Chul Han. Se utilizó una metodología hermenéutica, considerando las tres dimensiones planteadas por Quintana y Hermida (2019, p. 2): “lectura o interpretación oral, explicación de la discursividad planteada por el autor y el contexto de análisis, interpretación convirtiendo en sus palabras lo dicho por el autor”.

Esta metodología sigue enriqueciendo la acción de hacer filosofía, pues se basa en la reflexión, en la acción de repensar y preguntar para interpretar. En palabras de Heidegger: “el preguntar es la devoción del pensar, y el lenguaje es la casa del Ser” (1997, p. 72). Es decir, el lenguaje es la cuna del pensamiento, del Ser pensante, y la pregunta es su herramienta precisa.

Respecto de la relación entre lenguaje y hermenéutica, Gadamer también identifica esta correspondencia y menciona: “es clara la inserción de la dimensión lingüística en la dimensión hermenéutica; la comprensión de lo hablado debe concebirse desde la dialéctica de la pregunta y la respuesta” (1998, p. 44). La interpretación del mundo por parte del sujeto involucra una dialéctica entre preguntar y responder, integrando así el uso del lenguaje en el ejercicio hermenéutico como herramienta fenomenológica.

En la actualidad, la hermenéutica resulta urgente. El presente tiende hacia una monopolización de la ciencia. “La ciencia moderna ya no tiene como fin último la *epistéme* (el conocimiento); por el contrario, se ha convertido en el medio para optimizar la producción”, y en palabras de Heidegger: “la técnica moderna se basa en operar un sistema para producción eficiente y consumo masivo” (Jácome, 2023).

Como punto de partida para el análisis hermenéutico, se situó la lectura de las obras de Byung-Chul Han: *La sociedad del cansancio*, *La sociedad de la transparencia*, *El aroma del tiempo*, *El enjambre* y *Capitalismo y pulsión de muerte*, con el fin de identificar los principios y argumentos que constituyen los pilares de la sociedad del rendimiento actual. Estos conceptos se relacionaron con un análisis de las dimensiones legales establecidas para los docentes del sistema educativo ecuatoriano y sus reformas recientes, presentes en el reglamento vigente de la LOEI aprobado en 2022, para finalmente interpretar el desgaste emocional, mental y físico de los docentes desde la perspectiva de la sociedad del cansancio planteada por Byung-Chul Han.

## Reflexiones sobre el análisis de la LOEI

El presente estudio se desarrolló mediante un análisis conceptual de los principios que estructuran la sociedad del cansancio y de la relación laboral de los educadores de nivel secundario en el sistema educativo ecuatoriano, a partir de los planteamientos propuestos por el filósofo Byung-Chul Han. El objetivo fue analizar, desde una perspectiva filosófica, la totalización de la vida activa y el establecimiento de la autoexplotación como régimen laboral en el ámbito educativo.

En el análisis se encontró que, en la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI), el artículo 11 da pautas para entender una forma de elevar la autoexplotación a política pública e institucionalizarla: “Procurar una formación académica permanente y continua a lo largo de su vida, aprovechando oportunidades de desarrollo”. Si se analiza con profundidad, llama la atención la frase “a lo largo de su vida”, la cual se convierte en un pilar para visualizar al educador como un sujeto de optimización permanente, que debe maximizar su rendimiento durante toda su existencia; nunca será suficiente.

El reglamento educativo que norma la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI) resulta aún más agresivo en referencia a la autoexplotación. En el artículo 193 se menciona: “Los docentes se deberán mantener abiertos y a la expectativa de recibir nuevas funciones”. Aquí se hace evidente la transición de un régimen prohibitivo a un sistema que utiliza la lógica del “Yes, we can” para someter al individuo a una autoexigencia constante. El reglamento educativo no especifica con claridad la presencia obligatoria del personal docente durante las diez horas de jornada extendida. En el artículo 263 se establece que “podrá cumplir hasta un máximo del 60 % de esta jornada dentro de la institución”. Este uso del término “podrá” se interpreta como una apertura a la autoexplotación, ya que el docente, dentro o fuera de la institución, deberá continuar cumpliendo con sus funciones.

En cuanto a las mediciones de violencia neuronal —que se manifiesta como depresión, ansiedad, estrés crónico o síndrome de *burnout*— existen muy pocos estudios cuantitativos centrados en adolescentes y estudiantes. Las investigaciones cuantitativas enfocadas en los docentes son aún más escasas o prácticamente inexistentes. Uno de los pocos estudios que aborda el estado mental de los educadores fue realizado durante el primer año de pandemia en Ecuador y se centró en la educación virtual. No obstante, encontró que el 90 % de los docentes participantes experimentaron estrés e insatisfacción laboral; de estos, el 20 % reportó grados de estrés alto o muy alto. Este estudio fue realizado en la provincia de Manabí durante el año 2020 (Párrega y Escobar, 2020, p. 147).

A partir de la pandemia, se consolidó con mayor fuerza la perspectiva del educador como sujeto multitarea, lo que degeneró en un individuo que mantiene una vida activa incluso durante sus tiempos de ocio. Pierde la capacidad de detenerse y disponer de espacios de contemplación o de aburrimiento profundo, los cuales le permitirían afrontar críticamente la lógica de la sociedad del rendimiento. Con la digitalización, también se impone el principio de transparencia, el cual termina por reducir la esfera de lo privado en favor de lo público, contribuyendo así a la violencia neuronal.

La pedagogía del mirar y el retorno a la ética estoica emergen como propuestas conceptuales frente a la sociedad del rendimiento y al cansancio que la define. El estoicismo puede ofrecer al educador una vía de acceso a espacios de contemplación profunda mediante la reflexión y la capacidad de pausar la actividad que lo mantiene inmerso en una dinámica caracterizada por la aceleración constante. En este sentido, la ética del cuidado de sí resulta vital para los educadores, pues implica un conocimiento profundo de sí mismos y, en esencia, se traduce también en el cuidado del otro, justamente una de las mayores responsabilidades que asumen los profesionales de la educación.

Esta investigación, de carácter conceptual, busca problematizar la situación del educador como sujeto de violencia neuronal y de cansancio estructural, con el propósito de que futuras investigaciones puedan profundizar cuantitativamente en esta problemática. Asimismo, se espera que disciplinas como la psicología, la pedagogía y la sociología puedan aportar propuestas científicas, fundamentadas en el conocimiento cognitivo, que permitan contener y atender la violencia neuronal que afecta a los educadores.

## Conclusiones finales

---

En función de los objetivos planteados, se concluye que la sociedad del cansancio responde a un modelo de rendimiento instaurado con el fin de maximizar la productividad. Bajo este panorama, toda actividad vinculada a la manufactura o a la prestación de servicios se inscribe dentro del espectro de dicha sociedad. Sin embargo, el análisis de la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI) y su reglamento revela indicios claros de una institucionalización de la autoexplotación docente, lo que supone una ampliación del alcance de la sociedad del cansancio al ámbito educativo y social, mediante su elevación a política pública.

Las fuentes de desgaste laboral que afectan a los educadores ecuatorianos residen en la pérdida de la negatividad, es decir, de la capacidad de decir “no” ante las exigencias impuestas por las nuevas normativas educativas; en la digitalización, que promueve una transparencia que invade incluso la esfera de lo privado; y en la institucionalización de la autoexplotación, sustentada en nociones de meritocracia, perfeccionamiento profesional y procesos de recategorización. Este conjunto de factores configura una vida activa sostenida en la idea del educador como sujeto multitarea, sometido a una lógica de optimización permanente a lo largo de toda su vida profesional.

Como propuesta conceptual, surge aquí la necesidad de abrir espacios para una vida contemplativa, fundamentada en la reflexión profunda y en la capacidad de observar con calma, alejándose así de la atención dispersa que caracteriza al sujeto multitarea. Volver la mirada hacia los principios de la ética estoica puede constituirse en un camino hacia la ataraxia, tan necesaria en medio del ajetreo, el cansancio y la constante actividad que define a los sujetos de la sociedad contemporánea del siglo XXI.

## Referencias bibliográficas

---

- Alberti, M. (2023). Vida contemplativa: Elogio de la inactividad. Taurus, 59-62. <http://bit.ly/3ILD6vr>
- Alvarado, O., Lerma, P, y Montenegro, L. (2020). Contexto de sociedad actual para el docente desde la perspectiva de Byung-Chul Han. *I Simposio Internacional Virtual de Filosofía y Educación*, 21-29. <https://bit.ly/SIVFE2020>
- Araújo, A. F., Ribeiro, J. A., y Azevedo, F. (2017). Prometeo, de Franz Kafka. Un abordaje mitocrítico. *Acta Scientiarum. Human and Social Sciences*, 39(1), 91. <https://doi.org/10.4025/actascihumansoc.v39i1.32669>
- Arendt, H. (1993). *La condición humana* (Paidós). <http://bit.ly/46w9CeY>
- Canteros, M. (2023). La nueva stoa. El estoicismo como práctica terapéutica neoliberal The New Stoa. *Stoicism as a Neoliberal Therapeutic Practice*. 18, 200-210. <http://bit.ly/3GKsJrf>
- Choque, O. (2023). Vita contemplativa: oder von der Untätigkeit. *Topicos*, 45. <https://doi.org/10.14409/topicos.2023.45.e0036>
- Foucault, M. (1987). *La hermenéutica del sujeto*. F. Álvarez (ed.). Las Ediciones de La Piqueta. <http://bit.ly/4o4AB7H>
- Gadamer, H. (1998). *Verdad y Método II*. Sígueme. <http://bit.ly/4o68qFc>
- García, M., Marín, M. D., y Aguayo, R. (2019). Burnout syndrome in secondary school teachers: a systematic review and meta-analysis. *Social*

- Psychology of Education*, 22(1), 189–208. <https://doi.org/10.1007/s11218-018-9471-9>
- García Rodríguez, R., Sánchez Parrales, L. V., Dueñas Segovia, F., y Meza Macías, A. (2021). El síndrome de *burnout* y sus consecuencias en la salud mental de los docentes. *Revista Científica Sinapsis*, 1(19). <https://doi.org/10.37117/s.v19i1.392>
- Han, B. -C. (2012). *La sociedad del cansancio*. Herder Editorial.
- Han, B.-C. (2013). *La sociedad de la transparencia*. Herder Editorial. <http://bit.ly/4o9SstP>
- Han, B.-C. (2014). *En el enjambre*. <http://bit.ly/45ePBse>
- Han, B.-C. (2022). *Capitalismo y pulsión de muerte*. Herder Editorial. <http://bit.ly/3TWeG4N>
- Han, B.-C., y Kuffer, P. (2015). *El aroma del tiempo: Un ensayo filosófico sobre el arte de demorarse*. Herder Editorial. <https://doi.org/10.2307/j.ctvt9k3fk>
- Hegel, G. W. F. (1971). *Fenomenología del espíritu*. Fondo de Cultura Económica. <http://bit.ly/4meeLe>
- Heidegger, M. (1997). *Filosofía, ciencia y técnica*. <http://bit.ly/4oe5Z3G>
- Hutchison, L. (2023). La sociedad extenuada del siglo XXI : un recorrido desde Byung-Chul Han –Artículo de reflexión The exhausted society of the XXI century : A Journey from Byung– Chul Han. *Arcofader*, 2, 96-109. <http://bit.ly/3ILE2Qt>
- Jácome, L. (2023). *Repensar la ciencia un repensar el sistema, hacer ciencia es un ejercicio teológico-filosófico*. [Maestría en Filosofía con mención en Ética, Política y Sociedad]. Universidad Politécnica Salesiana.
- Kariou, A., Koutsimani, P., Montgomery, A., y Lainidi, O. (2021). *Emotional labor and burnout among teachers: A systematic review*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph182312760>
- Ley Orgánica de Educación Intercultural*. (2022). <http://bit.ly/4mEiVxU>
- Linares Huertas, O. (2018). *Filosofía como terapia: la actitud vital estoica frente al malestar existencial*. <http://bit.ly/4l3VXPQ>

- Marco Aurelio. (2007). *Meditaciones* (RBA libros). Biblioteca Clásica. <http://bit.ly/3H678cD>
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2022). *Colmena*. <http://bit.ly/46u-G7Kl>
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2023). *MSP realizó más de 600 000 atenciones en salud mental en el primer semestre de 2023*. <http://bit.ly/4mjQx4h>
- Moreno, M. de la S. (2022). Acercar la filosofía estoica al aula. *Concejería de Educación y Cultura de La Comuna de Murcia*, 50, 30-50. <http://bit.ly/4m8DNNG>
- Morrish, L. (2019). Pressure Vessels: The Epidemic of Poor Mental Health among Higher Education Staff. Higher Education Policy Institute. *Occasiona* (20), 1-73. <http://bit.ly/3Ha2gmO>
- Noro, J. (2020). De la sociedad unidimensional del cansancio, escuela del presente, trabajo del futuro. La educación necesaria. *Revista Coloquio*, Universidad del Azuay. <http://bit.ly/45mnO97>
- Nietzsche, F. (1986). *Humano, demasiado humano*. <http://bit.ly/458I-pwA>
- Párraga, K., y Escobar, G. (2020). Estrés laboral en docentes de educación básica por el cambio de modalidad de estudio presencial a virtual. *Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada YACHASUN*, 7, 142-155. <http://bit.ly/3GYzjdK>
- Perdomo, L., Acosta, J., y Molano, A. E. (2019). Relationship between teacher burnout syndrome, irrational beliefs and teaching styles: Multilevel analysis. *Revista Colombiana de Educación*, 1(76), 51-67. <https://doi.org/10.17227/rce.num76-4394>
- Quintana, L., y Hermida, J. (2019). *La hermenéutica como método de interpretación de textos en la investigación psicoanalítica*. Universidad Nacional de Mar del Plata. <http://bit.ly/4mzpYIz>
- Reglamento general a la Ley de Educación Intercultural Bilingüe del Ecuador, Código Orgánico Monetario y Financiero 1*. (2022). <http://bit.ly/3J62bRJ>
- Savater, F. (2008). *La aventura del pensamiento*. <http://bit.ly/4meKTQI>