

## Actividad 16 Participación en el Foro

María Monserrat Álvarez Almanza

Al trabajar en secundaria en la disciplina de Ciencias 2 Física, he podido percatarme de cómo las emociones impactan en los cambios que experimentan los adolescentes durante esta etapa crucial de desarrollo. La importancia de la labor docente para guiar, acompañar y mejorar sus conductas, valores y habilidades socioemocionales se hace evidente al proporcionar un entorno de aprendizaje que no solo promueve el crecimiento académico, sino también el personal.

Educar en emociones es fundamental en el proceso educativo, ya que permite a los estudiantes comprender y gestionar sus propios sentimientos, así como reconocer y responder adecuadamente a las emociones de los demás. Por ejemplo, al abordar situaciones conflictivas como comentarios despectivos o ausencias injustificadas, los estudiantes aprenden a empatizar y considerar las circunstancias individuales antes de juzgar. Esto fortalece sus habilidades emocionales y promueve un ambiente de respeto y comprensión en el aula.

Implementar la estrategia de "fomentar la empatía hacia los estudiantes y entre ellos/as" ha sido fundamental. Desde intervenir en casos de comentarios negativos hasta enseñar con el ejemplo en situaciones cotidianas, cada acción busca cultivar en los estudiantes la capacidad de ponerse en el lugar del otro. Esto no solo mejora las relaciones interpersonales al contribuir en la comunicación asertiva de los estudiantes, sino que también los prepara para interactuar de manera positiva y constructiva en diversas situaciones sociales y académicas. Dicha estrategia la he implementado de la siguiente manera:

**Intervención en casos de comentarios negativos:** Cuando surgen comentarios negativos hacia los compañeros, intervenir de manera inmediata directamente con los estudiantes involucrados ha sido crucial. Esto incluye la importancia de considerar los sentimientos de los demás y fomentar un ambiente respetuoso y comprensivo.

**Abordaje de comentarios despectivos:** En situaciones donde se han hecho comentarios despectivos, como el uso de términos inapropiados como "negro", he utilizado estos momentos como oportunidades para discutir con todo el grupo el impacto de las palabras y promover la empatía. Es fundamental enseñar a los estudiantes a ponerse en el lugar del otro y a ser conscientes del impacto de sus acciones en los demás.

**Enseñanza con el ejemplo en situaciones cotidianas:** Al enfrentar problemas como ausencias injustificadas o tareas no completadas, prefiero adoptar un enfoque comprensivo. Antes de hacer suposiciones, busco comprender las circunstancias personales que podrían estar afectando a los estudiantes. Esto les muestra que su

bienestar es una prioridad y ayuda a crear un ambiente donde se sientan seguros para expresarse y aprender.

Las acciones que agregaré y pondré en práctica en mis grupos son:

**Practicar la calma:** Como bien lo menciona la maestra Araceli Hernández, es una herramienta para mantener una comunicación efectiva con los estudiantes. A través de ejercicios de respiración y la promoción de un ambiente tranquilo, se facilita que los estudiantes manejen mejor sus emociones, contribuyendo así a un clima propicio para el aprendizaje y el bienestar emocional.

**Integrar los elogios personales:** A través de su aportación en el grupo de Facebook, el compañero Benja Ramírez me ha convencido de la efectividad de elogiar personalmente a los estudiantes por sus logros y cualidades individuales, ya que no solo refuerza la autoestima de los estudiantes, sino que también motiva un esfuerzo continuo y fomenta un sentido de reconocimiento y valoración en el aula.

**Practicar la escucha activa:** La compañera Jezz menciona la importancia de esta práctica, puesto que juega un papel crucial en la transformación de conflictos en el aula. Al dar voz a los estudiantes y comprender sus puntos de vista durante situaciones conflictivas, se promueve una resolución más efectiva y colaborativa de problemas, fortaleciendo así las habilidades de comunicación y la cohesión grupal.

Estas estrategias no solo enriquecen la experiencia educativa, sino que también preparan a los estudiantes para ser ciudadanos responsables y empáticos en su comunidad y más allá. Al integrar prácticas innovadoras y centradas en el desarrollo socioemocional, los docentes desempeñan un papel fundamental en la formación integral de los jóvenes, ayudándoles a crecer no solo como estudiantes académicamente competentes, sino también como individuos emocionalmente inteligentes y éticamente conscientes, contribuyendo al desarrollo integral de los estudiantes.