

FORO: HABLANDO EL MISMO IDIOMA

El reconocimiento de las emociones como un aspecto formativo en la persona es de gran relevancia, una de las actividades dirigida, aplicada a mis alumnos ha permitido el cambio de conductas en ellos y que he reconocido a través de la observación y detección de relaciones positivas favoreciendo el desarrollo emocional hacia una educación que trasciende en los diferentes momentos del contexto del educando, siendo estos en lo personal, en lo familiar social, de manera que la **detección de estados de ánimo** en mis alumnos a partir de las actividades que se desarrolló, implicó ese reconocimiento individual en cada alumno de ser personas con manifestación de emociones innatas y sean personas sintientes, así también identificarse como seres cambiantes y variantes en sus emociones como parte de la manifestación de sus estados de ánimo y que llegar al control y equilibrio de las mismas permite la integración, relación social, de manera las emociones se les reconocen como parte del proceso de enseñanza "educación emocional" de forma continua y permanente para lograr ser persona competente en el manejo de las emociones las actividades realizadas con los alumnos que **conlleva fomentar la empatía hacia los estudiantes y entre ellos/as** en la que identifican sus estados de ánimo y que se reconocen con emociones positivas y negativas de manera que identifican las formas en que mayormente expresan; la aplicación del ejercicio me permitió como docente observar en algunos alumnos mostrarse e identificarse más hacia una de las emociones como parte de su personalidad, así también lograron que se reconocerse ahora como cambiantes en los estado y emociones de acuerdo al contexto, momentos que se viven y que generan un impacto en cada persona con ello saber que es parte de la personalidad la manifestación de sus emociones y que es de gran relevancia el control de ella al manifestarlas con sentimientos y sensaciones de forma gestual externando y manifestando sus emociones como parte fisiológica de ellos/as por lo que es importante que como persona se tenga la calma para **aprender a distinguir en el grupo cuando una discusión o falta de comunicación se torna agresiva, ser pasivo y asertivo** en lo conducente y manejo de situaciones, la identificación de los estados de ánimo que permiten dirigir la atención a la situación que se presente,, sin embargo es de gran

importancia que desde la educación socioemocional los adolescentes logren el dominio de sus emociones para hacer frente a situaciones adversas bajo una perspectiva de socialización y convivencia sana y que se reconozca como ser integrado a un contexto de social que exige vivir en armonía en casa, escuela, y en su comunidad.