

Taller “La autonomía emocional para la profesionalización docente”

Pasos a seguir para participar en el “Foro” del Campus virtual

1. Seleccionar las opciones que consideres más relevantes para elaborar una descripción de cómo la has practicado y los resultados.

<p>MANTENER LA CALMA</p>	<p>TIEMPO DE ACUSACIÓN (DESIGNAR UN TIEMPO ESPECÍFICO PARA SOLUCIONAR JUSTO ALGUNA QUEJA O ACUSACIÓN EN ESE MOMENTO SI ES POR SUPUESTO UNA SITUACIÓN QUE PUEDE ESPERAR SU TIEMPO DE RESOLUCIÓN).</p>
<p>ELOGIAR A TUS ESTUDIANTES</p>	<p>DESIGNAR SEÑALES QUE PUEDA REPRESENTAR UNA ACCIÓN COMO SILENCIO O CALMA, PUEDEN CREARLA JUNTOS.</p>
<p>COMPARTIR RETROALIMENTACIÓN DE SU DÍA A DÍA O DE MOMENTOS ESPECÍFICOS.</p>	<p>PRACTICAR EL SILENCIO CONSCIENTE</p>
<p>MESAS DE NEGOCIACIÓN O DIÁLOGO (DESIGNAR ALGUNA PARA CUANDO OCURRA ALGÚN CONFLICTO).</p>	<p>ANTICIPACIÓN</p>
<p>PRACTICANDO LA CALMA</p>	<p>DETECCIÓN DE ESTADOS DE ÁNIMO DEL ALUMNADO</p>
<p>SONREIR MÁS Y RELAJAR EL CUERPO</p>	<p>TENER ACTOS DE GENEROSIDAD (Y QUE PUEDAN COMPARTIRLOS, A TRAVÉS DE FRASES, DIBUJOS U OBJETOS)</p>
<p>PRACTICAR LA ESCUHA</p>	<p>AGRADECER LOS MOMENTOS, EL DÍA O LAS SITUACIONES COMPARTIDAS A SU GRUPO</p>
<p></p>	<p>FOMENTAR LA EMPATÍA HACIA LOS ESTUDIANTES Y ENTRE ELLOS/AS.</p>
<p></p>	<p>APRENDER A DISTINGUIR CON EL GRUPO CUANDO UNA COMUNICACIÓN ES AGRESIVA PASIVA Y ASERTIVA Y PRÁCTICARLO</p>

2. Piensa en las condiciones de tu escuela que te hacen pensar en la relevancia de la acción determinada. Toma una foto del ambiente escolar que refleje dichas condiciones.

- Elogiar a tus estudiantes: la escogí porque imparto física y tutoría, en la primera asignatura veo a veces caras de que no están entendiendo el tema, lo que puede traer emociones que no son positivas para el aprendizaje, por lo que cuando veo sus logros, aunque sean pequeños trato de elogiarlos. He comprado unos sellos especiales para felicitarlos, en ocasiones lo hago de manera verbal, en otras a sus papás cuando tengo la oportunidad y en otras más escribiéndoles mensajes positivos en sus libretas. Creo que esto los hace sentir en que son buenos en la materia y los hace más perceptivos a aprender en mi asignatura además de darles la confianza para preguntarme cuando se “atoran”.



- Detección de estados de ánimo del alumnado y practicar la escucha: les doy clase a mis grupos todos los días y observo como es su comportamiento habitual, en ocasiones es fácil darme cuenta cuando algo les ha sucedido, se ven serios, alejados de los compañeros con los que normalmente se juntan, o lloran, o se ven sin energía. Cuando lo detecto, hablo con ellos, algunas veces se sienten con confianza para contarme un poco. En ocasiones los canalizo a trabajo social. Creo que aunque no sea terapeuta, el escucharlos les ayuda a sentirse un poco mejor o al canalizarlos considero que estoy apoyando. Lamentablemente no todos los padres están dispuestos a ayudarlos, se niegan a buscarles ayuda profesional, por lo que darles educación socioemocional resulta muy importante para que ellos tengan herramientas básicas para poder salir adelante, tal vez no sean suficientes, pero creo que será mejor que nada.
- Fomentar la empatía hacia los estudiantes y entre ellos: esto es algo a lo que le doy más énfasis en tutoría, pues es parte de los PDA específicos de la materia, algunas veces funciona hacerlos imaginarse en la situación de otros para así tratar de cambiar la forma agresiva en la que se comunican. Cuando veo que se atacan entre ellos en mis clases de Física también actúo, hablo con ellos y en ocasiones hago lo que hacemos todos, intervenir en los conflictos y apoyarlos como mediadora. Si la empatía se promoviera mucho más, se mejoraría el ambiente escolar.



Criterio	Excelente (2 puntos)	Aceptable (1 punto)
Relevancia del Contenido	La publicación aborda de manera suficiente y detallada la importancia de educar en emociones, proporcionando ejemplos claros y bien argumentados.	La publicación menciona la importancia de educar en emociones, pero de manera superficial y sin ejemplos claros.
Claridad y Coherencia	La publicación está escrita de manera clara y coherente, con un flujo lógico de ideas y sin errores gramaticales o de ortografía.	La publicación es comprensible, pero presenta varios errores de gramática o ortografía y la coherencia es limitada.
Originalidad y Creatividad	La publicación muestra originalidad y creatividad, aportando ideas novedosas o perspectivas únicas sobre el tema.	La publicación es algo original, pero se basa en ideas comunes sin mucha creatividad.
Participación en el Debate	El participante participa de manera constructiva y respetuosa en los procesos de intercambio de experiencias y saberes, fomentando un debate enriquecedor.	El participante contribuye a ldebate del grupo de manera superficial y sin aportar su experiencia o lo hace de manera poco respetuosa.
Recuperación de ideas y aportaciones del grupo	La publicación recupera aportaciones del grupo o la Comunidad de manera adecuada.	La publicación menciona de manera superficial alguna aportación del grupo o en la Comunidad.