



Taller “La autonomía emocional para la profesionalización docente”

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

FORO 2

Módulo 2

Relevancia del contenido: ¿Por qué es importante educar en emociones?

Educar en las emociones es la base para aprender a vivir juntos y aprender a vivir con los demás. Vivir juntos es descubrir al otro, valorarlo, tomar conciencia de las semejanzas y de la interdependencia entre todos los seres humanos.

La docencia no se limita a la enseñanza intelectual, su objetivo es la educación que contribuye al desarrollo global de cada persona: cuerpo y mente, inteligencia, sensibilidad, sentido estético, responsabilidad individual y espiritualidad.

Es fundamental educar con la emoción, aunque esta no sea una tarea fácil ni capaz de ser realizada por cualquiera.

En la búsqueda de ser mejor día a día, en ese proceso de crecimiento, no debemos olvidarnos de la poderosa herramienta para el cambio que llevamos dentro.

Esta herramienta son nuestras emociones, nuestro combustible y el piloto de nuestra personalidad.

Las emociones nos acompañan durante toda la vida. Son parte de nuestra vida personal y nuestras relaciones con los demás.

Son un termómetro para medir la calidad de vida nuestra y de las personas que nos rodean.

Gracias a las emociones recibimos de manera inmediata mensajes instintivos sobre todo el mundo que nos rodea. Por esto mismo, educar y educarnos en la identificación y gestión de las emociones nos ayudará a saber dar significado a cada momento que vivimos.

Compañeros les ***explico sobre la actividad que realice con mis alumnos para mejorar ambientes socioemocionales en mi escuela.***

Actividad: El aula de las palabras amables

Desarrollo: En esta actividad los alumnos colocaron en su espalda una hoja de máquina con su nombre, donde sus compañeros y compañeras escribieron alguna palabra positiva o amable, después de que todos los alumnos tenían su hoja con dicha palabra de cada uno de los compañeros, pasaron al centro del círculo donde cada alumno leyó su hoja con las frases, se observó que algunos alumnos mostraron **incertidumbre, suspenso o nervios** de que les escribían sus compañeros; **asombro** por lo que les había escrito sus compañeros, otros mostraron **alegría** por lo que habían leído y que pensaban sus compañeros de ellos; **tristeza** por que se realizó la actividad con alumnos de tercer grado y expresan que serán las últimas actividades juntos debido a que cada quien tomara caminos diferentes al terminar la secundaria, **motivados** por la perspectiva que tienen sus compañeros de ellos.

Cierre: Para finalizar la actividad se les pidió a los alumnos que realizaran una reflexión donde manifestaran las emociones que les provoco la actividad.

La docente solicita que guarden la hoja de las palabras que recibieron, y realizando la retroalimentación manifestando que esta actividad es de gran ayuda y apoyo, para cuando ocurran conflictos lean o se acuerden de esa hoja para confirmar las fortalezcas de cada uno (a).

Con la actividad anterior promoví la comunicación asertiva a través de las siguientes acciones:

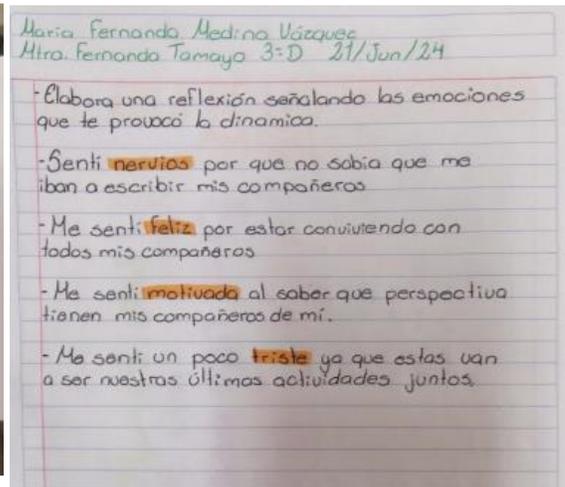
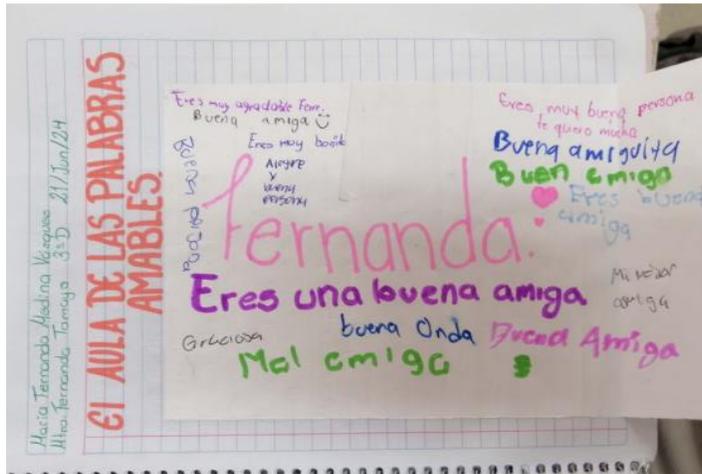
- 1.- Compartiendo y aplicando las herramientas y/o estrategias que permitieron favorecer el desarrollo de las habilidades socioemocionales de los alumnos, favoreciendo actividades lúdicas.
- 2.- Se estableció una relación de respeto entre los alumnos y docente, es decir los estudiantes recibieron y aceptaron las palabras positivas y/o amables que recibieron de sus compañeros.
- 3.- Se generó una escucha activa; los alumnos identificaron el propósito de la actividad y se escuchó con respeto entre ellos los comentarios y las reflexiones que realizaron al final de la dinámica.
- 4.- Se utilizó un lenguaje claro, conciso y directo, los alumnos identificaron de manera clara el objetivo de la dinámica, debido a que mostraron sus emociones en el desarrollo de la actividad.

5.- Se valoraron y respetaron la opinión de los compañeros; mostraron asombro y de manera responsable los comentarios de sus compañeros.

Por lo anterior, concluyo que los alumnos con esta actividad reafirmaron la importancia de la comunicación asertiva por medio de las emociones, debido a que les permitió expresar sus sentimientos, pensamientos, opiniones y/o emociones de una manera respetuosa, clara y honesta. Aunque no es algo natural para todos, el asertividad es una habilidad que se puede enseñar y desarrollar esta forma de comunicación, donde les permitirá defenderse a sí mismos, así como desarrollar su capacidad de recuperación.

EVIDENCIAS

Los alumnos les escriben a sus compañeros las palabras positivas o amables



Muestra evidencia de la reflexión donde los alumnos señalan las emociones que les provocó la dinámica “El aula de palabras amables”