



Reconectar con mis estudiantes de secundaria a través de la Neuroeducación Proyecto de Transformación de la Práctica

Formato de entrega del PTP 2

Nombre del participante: Cecilia Isabel Barrón Hernández

Indicaciones: Con base en el estudio y análisis del módulo 2, redacta tus conclusiones del PTP 2.

Conclusiones

El módulo 2 tenía como objetivo explorar los factores neurológicos que influyen en la conducta y las emociones de los estudiantes, con el fin de comprender cómo las emociones afectan el aprendizaje y cómo gestionarlas efectivamente. Para mí, resultó un poco difícil ir comprendiendo el rol que desempeñamos como docentes, en éste ámbito ya que, aunque lo he experimentado y trabajado de primera mano con mis grupos, todavía me falta aplicarlo con más constancia en mis clases; especialmente porque considero que la disciplina que imparto (química) puede tener contenidos que considero que deben de ser tomados más en serio y más aún con los tiempos de 50 minutos. Así que es definitivamente un reto a mi práctica docente (perdón, sé que es un neuromito).

En un primer momento se estudió sobre un primer concepto: **selectividad atencional** que es una definición importante ya que puede motivar acciones y comportamientos específicos en los procesos de aprendizaje de los estudiantes. Me pareció muy interesante que las investigaciones neurocientíficas han demostrado que las **emociones** son un eje determinante en el aprendizaje de los adolescentes; que las partes del cerebro como el córtex prefrontal, el hipocampo, el hipotálamo y la amígdala están implicadas en estos procesos; y que existen experiencias positivas y negativas, asociando a las primeras con experiencias atractivas. La comprensión de los factores neurológicos detrás de las emociones nos permitirá: reconocer cómo éstas influyen en la conducta y el aprendizaje; desarrollar estrategias que relacionen tanto aspectos cognitivos como emocionales. Todo lo anterior se contrapone un poco con otras enseñanzas previamente obtenidas en las que se nos dice que no hay emociones positivas y negativas; “solo emoción”, pero entiendo que se refieren a que algunas de ellas, de no ser atendidas podrían acarrear situaciones complejas en mis estudiantes.

En el primer ejercicio, muchos de mis estudiantes no creían la manera en la que comencé a dar clases y estuvieron atentos en todo momento; querían saber más y estuve moviéndome por todo el salón, hacía cambios de entonación y ellos respondían gesticularmente de manera muy graciosa. Considero que sí me permitió enriquecer una conexión de más confianza con ellos. Definitivamente la emoción es un factor clave en los procesos de enseñanza-aprendizaje y es totalmente responsabilidad nuestra aunque puede resultar complejo. Sin embargo, es importante equilibrar el bienestar emocional con la adquisición de conocimientos. Otra idea que me pareció curiosa fue que las emociones pueden favorecer u obstaculizar el proceso de enseñan-aprendizaje y que hay emociones que se pueden considerar **positivas y negativas**, para ello. Las primeras son el asombro, entusiasmo, asombro, sensación de triunfo y la curiosidad. Las segundas son el miedo, ansiedad, ira, enfado, culpabilidad, envidia, celos y aburrimiento, por mencionar algunas ;Estas emociones, ambas, pueden coexistir en la clase!



Por lo que es importante que yo como docente aprenda a observar y “gestionar estos estados emocionales”.

Existen 4 niveles de **estados emocionales**:

1. Etapa inicial (motivación inicial, que sería como la sensibilización del tema; inicio)
2. Estado intermedio (desarrollo de mi clase)
3. De obstáculos (frustraciones y exclusión, por ejemplo y que se podría traducir a un cierre previo de mi clase)
4. La final (sentirse bien con lo aprendido para reforzar su autoestima y el aprendizaje continuo; el cierre de mis sesiones)

También, se analizó el impacto del **estrés** y, de acuerdo con las neurociencias, tanto la autoconciencia, autorregulación y la empatía ayudan a reducir el estrés ya que éste puede acarrear problemas como la ansiedad o la depresión. Es bueno que nosotros los docentes llevemos a cabo estrategias simples, dentro del aula. Asignar tareas sencillas dependiendo lo cómo observe que se está realizando el trabajo; esto está ligado directamente con la planificación de mis clases, **Comunicación asertiva** e **identificación de estresores** son 2 estrategias simples pero eficaces para llevar a cabo. La **atención** y la **red atencional ejecutiva** son fundamentales para lograr la autorregulación.

Me llevo como tarea aplicar pausas cada 15 o 20 minutos en donde pueda plantear preguntas vinculantes o relacionar el contenido con situaciones de la vida diaria. Lo anterior es una estrategia para la atención selectiva de mis estudiantes.

En otro momento se analizaron 2 videos. En el video de educación física, en el que se observaba a los estudiantes atentos y concentrados en la rutina qué estaban haciendo. En el video de la clase de español se observaban algunos estudiantes que estaban distraídos lo que introdujo un nuevo concepto: los ritmos ultradianos, que son periodos de plena atención o completa dispersión. Se nos sugiere solicitarles a los estudiantes que se pongan de pie, su rayen o escriban, estirarse o moverse para que activen otros sistemas sensoriales.

Me encantó que se mencionaran componentes químicos y me sorprendieron algunos; esto debido a mi formación bioquímica. Dentro de los componentes que se mencionan están los neurotransmisores, las hormonas y los péptidos que son fundamentales en el sistema atencional. De igual manera, la norepinefrina, que inhibe el cortisol y la vasopresina quienes están asociadas al estrés.

Se hace hincapié en las estrategias con relaciones positivas y la definición de entorno protector. En este último se identificaron las 4 dimensiones: familia, escuela, sociedad y comunidad.

Finalmente, se habló de las conductas de riesgo.

A manera de conclusión: la neurociencia nos invita a comprender las transformaciones profundas que experimentan nuestros estudiantes en esta etapa de adolescentes, estrategias



didácticas y relaciones humanas. La plasticidad cerebral nos enseña que las Experiencias deben ser significativas y retadoras.

Instrumento para evaluar el PTP 2

EVIDENCIA:

INDICADORES	Insuficiente 10	Suficiente 15	Satisfactorio 20	Destacado 25
Reflexión sobre experiencias previas	No reflexiona sobre experiencias previas de desmotivación en su enseñanza.	Reflexiona superficialmente sobre experiencias previas de desmotivación.	Reflexiona adecuadamente sobre experiencias previas de desmotivación, pero falta profundidad.	Reflexiona profundamente sobre experiencias previas de desmotivación, proporcionando ejemplos claros y detallados.



Implementación de estrategias nuevas	No menciona nuevas estrategias para captar el interés de los estudiantes.	Menciona algunas estrategias nuevas, pero sin detalles específicos.	Menciona varias estrategias nuevas y específicas, pero falta alguna explicación de cómo se implementarán.	Menciona e implementa varias estrategias nuevas de manera específica y detallada, explicando claramente su aplicación.
Impacto de emociones y actitudes	No reflexiona sobre el impacto de sus emociones y actitudes en la cultura de sus alumnos.	Reflexiona superficialmente sobre el impacto de sus emociones y actitudes.	Reflexiona adecuadamente sobre el impacto de sus emociones y actitudes, pero falta profundidad.	Reflexiona profundamente sobre el impacto de sus emociones y actitudes, proporcionando ejemplos claros y detallados.
Fomento de un ambiente Positivo	No menciona estrategias para fomentar un ambiente positivo que estimule el aprendizaje.	Menciona algunas estrategias para fomentar un ambiente positivo, pero sin detalles específicos.	Menciona varias estrategias específicas para fomentar un ambiente positivo, pero falta alguna explicación de cómo se implementarán.	Menciona e implementa varias estrategias específicas y detalladas para fomentar un ambiente positivo, explicando claramente su aplicación.