



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:

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

Conclusiones

A lo largo de mi experiencia como docente, he observado cómo las emociones pueden ser un factor determinante en el desempeño académico de los estudiantes, especialmente en la adolescencia. En muchas ocasiones, me he encontrado con alumnos que se sienten desmotivados y desconectados del proceso de aprendizaje, lo cual afecta directamente su rendimiento. Recuerdo un caso específico de un estudiante que, a pesar de ser muy capaz, no mostraba interés por la clase y frecuentemente se distraía o se quedaba callado. Tras conversar con él, descubrí que su falta de motivación provenía de problemas personales que afectaban su autoestima y su sentido de pertenencia al grupo.

Este tipo de experiencias me ha llevado a reflexionar sobre la importancia de entender la relación entre las emociones y el aprendizaje. Como mencioné antes, las emociones juegan un papel crucial en la manera en que los estudiantes se relacionan con los contenidos académicos. He aprendido que, cuando un alumno no se siente seguro o motivado, su capacidad para aprender se ve limitada. Por ejemplo, cuando un estudiante enfrenta el miedo al fracaso, es probable que evite enfrentar los retos académicos, lo cual refuerza su sentimiento de inseguridad y desconfianza en sus propias habilidades.

Para abordar esta situación, he implementado varias estrategias en mi práctica educativa. Una de las más efectivas ha sido crear un espacio de confianza donde los estudiantes puedan expresar sus emociones antes de comenzar la clase. En lugar de centrarnos solo en el contenido, comencé a dedicar unos minutos al inicio para preguntarles cómo se sienten ese día. Esto no solo ayuda a que se liberen de tensiones, sino que también me permite estar más consciente de su estado emocional, lo que me ayuda a ajustar mi enfoque en la clase.

Otra estrategia que he utilizado es la incorporación de actividades que promuevan la autorregulación emocional, como ejercicios de respiración y momentos de reflexión. En una ocasión, un estudiante particularmente ansioso sobre los exámenes se benefició enormemente de un ejercicio de respiración antes de una prueba importante. Esto le permitió calmar sus nervios y, al final, se sintió más preparado para enfrentar la situación con mayor claridad.

Asimismo, he encontrado que el uso de herramientas tecnológicas interactivas, como plataformas que permiten a los estudiantes aprender jugando o realizando actividades colaborativas en línea, mejora su actitud hacia el aprendizaje. Este enfoque no solo favorece la atención, sino que también estimula emociones positivas como el entusiasmo y la curiosidad. Los estudiantes se sienten más motivados cuando se divierten mientras aprenden, y eso se refleja en su participación y esfuerzo.

Sin embargo, no todas las emociones son fáciles de manejar. En algunas ocasiones, los estudiantes experimentan frustración debido a la dificultad de ciertos contenidos o la



percepción de que no son capaces de lograr el éxito académico. Para manejar esto, he aprendido a reconocer las señales de frustración y ofrecer apoyo inmediato. Por ejemplo, cuando un estudiante muestra señales de frustración durante una actividad difícil, trato de ofrecerle una alternativa que le permita abordar la tarea de una manera más sencilla o guiada, y le ofrezco reconocimiento por su esfuerzo. Este tipo de intervención les ayuda a superar obstáculos emocionales, promoviendo su confianza y motivación.

Crear un ambiente positivo también implica fomentar la identificación de logros pequeños. La retroalimentación positiva, como reconocer un avance, por pequeño que sea, genera emociones de satisfacción y orgullo en los estudiantes. En una ocasión, un alumno que tenía problemas para gestionar su tiempo comenzó a organizar mejor sus tareas después de recibir reconocimiento por mejorar su puntualidad en la entrega de trabajos. Este tipo de refuerzo emocional ayuda a que los estudiantes se sientan capaces y valiosos, lo que a su vez favorece su disposición para aprender.

Por último, reflexionando sobre el impacto de las emociones en mi propia práctica docente, me doy cuenta de que mi actitud también influye en el clima emocional del aula. Si yo me muestro nervioso o frustrado ante un desafío, es probable que los estudiantes perciban esa energía y se contagien de esa emoción. En cambio, cuando trato de mantener una actitud positiva y calmada, incluso en situaciones difíciles, los estudiantes tienden a responder de manera más positiva, creando un ambiente donde todos se sienten más tranquilos y abiertos al aprendizaje.

En conclusión, las emociones son un componente fundamental del proceso de aprendizaje, y como educadores, debemos ser conscientes de cómo gestionarlas tanto en nuestros estudiantes como en nosotros mismos. A través de estrategias específicas como crear espacios de expresión emocional, fomentar la autorregulación y utilizar herramientas tecnológicas motivadoras, podemos contribuir a que nuestros estudiantes no solo adquieran conocimientos, sino que también desarrollen habilidades emocionales que les servirán a lo largo de su vida.



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

CR ConRumbo
Transformamos a través de la educación



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.