



## **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: **María Blanca Patricia Guzmán Ojeda**

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

### Conclusiones

#### **Factores neurológicos que influyen en la conducta y la emoción**

Como docentes sabemos de antemano que las emociones juegan un papel importante en el rendimiento de nuestros alumnos, especialmente en procesos cognitivos como el aprendizaje, la memoria, el razonamiento y la resolución de problemas. Ante esto podemos decir que las emociones solo suelen ser respuestas afectivas, también apoyan y modulan la atención y el comportamiento de los alumnos.

Las investigaciones neurocientíficas han demostrado que las emociones son un eje determinante en el aprendizaje, especialmente durante la adolescencia. Estructuras cerebrales como el córtex prefrontal, el hipocampo, la amígdala y el hipotálamo están implicadas en estos procesos, comunicándose tanto en áreas emocionales como cognitivas. En este sentido, las experiencias atractivas tienden a ser percibidas como positivas, mientras que las negativas suelen ser evitadas.

Las emociones también suelen cumplir funciones adaptativas y sociales, en lo adaptativo actúan como mecanismo de protección y supervivencia y en lo social facilitan estados afectivos, regulando interacciones sociales, esto quiere decir que no solo afectan al alumno en su contexto educativo sino que también tiene un impacto significativo en su entorno social.

La comprensión de los factores neurológicos detrás de las emociones es esencial para mejorar los enfoques educativos, esto quiere decir que la integración de estos conocimientos puede facilitar un entorno más propicio para el aprendizaje y el desarrollo integral del estudiante.

#### **Emociones y aprendizaje: cómo afectan y cómo gestionarlas. Identidad personal y social.**

La relación entre sentimiento y razón se dice que es intrínseca e inseparable, de acuerdo a la estructura del cerebro, en este sentido la emoción se convierte en un factor clave en los procesos cognitivos y de razonamiento. Por eso cuando uno como docente logramos despertar en nuestros alumnos la curiosidad por aprender acerca de temas de su interés, podemos decir que estamos dando inicio al proceso de su aprendizaje. Por eso es importante que se mantenga un equilibrio de bienestar emocional, para hacer que el alumno tenga una gran disposición por aprender y no tema fracasar ante los retos que vaya a enfrentar.

Como adolescente debemos de considerar también aquellas emociones que puedan dificultar el aprendizaje en los alumnos como son: el miedo, la ansiedad, la ira, el enfado, la culpabilidad, la envidia, los celos y el aburrimiento. Es por ello que debemos aprender a observar y gestionar los estados emocionales que presenten nuestros alumnos en el día a día de su desarrollo



educativo.

De acuerdo con Ibarrola se identifican 4 estados emocionales esenciales para comprender el impacto del aprendizaje y los cuales son:

**Etapa Inicial:** Aquí es crucial evaluar la predisposición e interés del alumno para aprender, considerando la motivación inicial para determinar el enfoque de su aprendizaje.

**Etapa intermedia:** El alumno se involucra en sus estudios y se debe generar el deseo de seguir adelante, aquí es vital sostener la atención y el esfuerzo a largo tiempo.

**Etapa de obstáculos:** Aquí los alumnos pueden enfrentar frustraciones y sentimientos de exclusión si no se llegan a sentir parte de un grupo que los refleje o apoye, por lo que la falta de reconocimiento puede llegar a intensificar las dificultades emocionales y obstaculizar el progreso académico.

**Etapa final:** Aquí es fundamental que los alumnos desarrollen la capacidad de sentirse bien con lo que han aprendido, que la satisfacción personal derivada de su conocimiento refuerce su autoestima y promueva un ciclo positivo de aprendizaje continuo.

### **Impacto del estrés y las emociones en el aprendizaje.**

El conocimiento y la comprensión de las emociones, tanto propias como ajenas, requieren habilidades emocionales para la colaboración efectiva, las relaciones interpersonales y una comunicación adecuada en el aula. La autoconciencia, la autorregulación y la empatía contribuyen a crear un clima de aprendizaje positivo y seguro, lo que a su vez reduce el estrés. Estas habilidades promueven en los alumnos su capacidad para resolver conflictos de manera constructiva y facilitan el desarrollo de su identidad personal y su reconocimiento dentro del grupo.

Según las neurociencias, el lóbulo frontal es responsable del juicio, control de impulsos, planificación y toma de decisiones, juega un papel fundamental, los adolescentes se encuentran en un proceso de maduración en el que las habilidades emocionales y ejecutivas no siempre evolucionan de manera sincronizada. Esta falta de armonía puede provocar que el alumno experimente estrés al no sentirse plenamente funcional.

Sin embargo, el afrontamiento puede mitigar las consecuencias del estrés, otorgando al alumno la capacidad de tolerar, discutir y evaluar el evento o fenómeno estresante. La habilidad de los alumnos para abordar situaciones de manera planificada y con una reevaluación positiva depende tanto del contexto que les brinde confianza para afrontar los desafíos como del proceso de maduración individual.

Los alumnos se pueden enfrentar a diversos estresores, puede ser un compañero, algún familiar, maestro,... por lo que es importante trabajar con los alumnos estrategias de respiración relajación muscular, que les ayude de cierta forma a que controle sus emociones y con ello su estrés para evitar que caiga continuamente en este.

### **La atención y la concentración en la adolescencia**

La atención de los alumnos ha sido una necesidad genuina y constante para los docentes, ya que es fundamental para el aprendizaje en el aula. Francisco Mora afirma que “la atención es la ventana que el cerebro abre para que una persona aprenda”, lo que implica que, al concentrarse, se reduce el flujo de información sensorial, dado que al seleccionar ciertos



estímulos se inhiben otros.

Es importante hacer que el alumno mantenga un buen nivel de atención y concentración por ejemplo cuando escuche la intervención de un compañero en clase, no solo mantiene su atención auditiva, sino que también selecciona e inhibe los estímulos circundantes para lograr la autorregulación necesaria en el aprendizaje.

En la escuela podemos ejemplificar la atención de manera básica observando a un alumno que se fija en lo que está escribiendo en el pizarrón, la atención puede dirigirse hacia intereses personales para procesar información, como tomar notas en el cuaderno o responder a un estímulo novedoso en clase.

Para que lo percibido por el cerebro sea procesado e interpretado adecuadamente y, tras un período de repetición, se transfiera a la memoria a largo plazo, es recomendable ofrecer pausas cada quince a veinte minutos. Durante estas pausas, el maestro puede plantear preguntas vinculantes con el tema o relacionar el contenido con situaciones de la vida cotidiana. Esta habilidad está generalmente relacionada con los intereses del alumno; por lo tanto, abordar los contenidos desde sus intereses favorecerá una mayor permanencia de la concentración.

### **Factores de riesgo en el aula, conductas violentas, bajo desempeño académico**

La interacción entre la familia, la comunidad, la escuela y las instituciones sociales crea un entorno protector estableciendo espacios libres de abuso o explotación y promoviendo una convivencia saludable para fomentar el desarrollo integral del alumno.

En el contexto de las aulas, los factores protectores juegan un papel crucial al minimizar el impacto negativo de los factores de riesgo y fomentar el desarrollo positivo de los alumnos. Los vínculos y el apoyo social saludable entre compañeros y maestros son fundamentales para crear espacios libres de violencia, promoviendo así una convivencia escolar sana. Una red de comunicación permite a los alumnos buscar apoyo entre sus pares, maestros o padres ante cualquier situación de riesgo.

Las conductas de riesgo son comportamientos que pueden acarrear consecuencias negativas para la salud. En contraste, los factores protectores son características o circunstancias que ayudan a las personas a evitar estas conductas o a mitigar sus efectos adversos.

Recientes estudios han demostrado que la participación de los adolescentes en conductas de riesgo a menudo resulta de una combinación de falta de análisis crítico y la búsqueda de satisfacción emocional. Por ello, es común observar en las aulas a jóvenes que no logran reconocer situaciones peligrosas, impulsados por la motivación de superarlas.

Entre los principales comportamientos de riesgo en adolescentes se encuentran el consumo de sustancias psicoactivas, el acoso escolar, la captación en redes sociales o abuso de la tecnología, la explotación laboral, las prácticas sexuales de riesgo y los problemas de salud física y mental. Estos comportamientos pueden llevar al ausentismo escolar, al bajo rendimiento académico e incluso a la deserción.

La neuroeducación emerge como un nuevo paradigma que integra conocimientos sobre el cerebro con prácticas pedagógicas. Este enfoque busca no solo mejorar las estrategias de enseñanza, sino también entender como las emociones y la motivación influyen en el aprendizaje, es decir cómo las emociones y la motivación influyen en el aprendizaje.

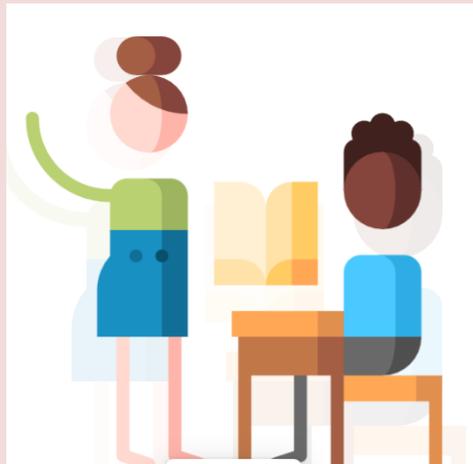
Es por ello que como docentes debemos trabajar día a día en realizar actividades y utilizar estrategias que propicien un ambiente de sana convivencia y sobre todo que las prácticas educativas sean atractivas para los alumnos. Por ello en lo personal yo pongo mucha atención en mis alumnos en su forma de aprender, sus estados de ánimo, de concentración, intereses, miedos y situaciones que les pueda crear estrés o enfado con el fin de trabajar actividades que les sean atractivas y les guste realizarlas con ánimo y enfocando sus cinco sentidos para lograr un aprendizaje significativo.

Uno como docente se enfrenta a veces a grandes desafíos entre ellos alumnos negativos que no quieren trabajar, o no les llama la atención lo que uno presenta en la escuela, por lo que hay que doblar esfuerzos y no bajar la guardia y hacer reajustes en las planeaciones para poder incluirlos en actividades que para ellos puedan ser atractivas y les ayuden a aprender juntos con sus compañeros.

Además por lo regular suelo hacer reflexiones cada día con ellos antes de iniciar las labores de trabajo escolar, esto con el fin de hacer de ellos alumnos reflexivos ante situaciones de riesgo que enfrentan como adolescentes, y estas les sirven para aprender poco a poco a regular sus emociones.

Así que pues en mi labor docente siento y creo que soy empática con mis alumnos y entre todos creamos un ambiente cordial, relajado y lleno de confianza para trabajar y aprender juntos.

Sé que el camino no es fácil y año con año nos enfrentamos a grupos diversos en donde los alumnos presentan cambios constantes tanto en conducta, emociones y formas de aprender, por lo que nosotros como docentes debemos de estar al pendiente de cada una de sus necesidades y expectativas para poder ayudarles a aprender significativamente.





## Instrumento para evaluar el PTP 2

### EVIDENCIA:

INDICADORES	Insuficiente 10	Suficiente 15	Satisfactorio 20	Destacado 25
<b>Reflexión sobre experiencias previas</b>	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.
<b>Implementación de estrategias nuevas</b>	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.
<b>Impacto de emociones y actitudes</b>	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.
<b>Fomento de un ambiente Positivo</b>	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.