



Reconectar con mis estudiantes de secundaria a través de la Neuroeducación

Formato de entrega del PTP 2

Nombre del participante: Martha Daniela Martínez Alfaro

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

Conclusiones

En los años que tengo de experiencia como profesora, he observado momentos importantes en los que los estudiantes se muestran desmotivados, sin ganas, incluso se duermen en la primera clase y principalmente cuando las clases se centran solo en contenidos académicos sin tener en cuenta sus emociones o intereses personales. Pienso que la falta de conexión emocional y la percepción de que los temas no son relevantes pueden llevar a la falta de interés y el bajo rendimiento. Soy testigo de cómo las emociones negativas, como la frustración, incluso la parte económica y el estrés, afectan la capacidad de los estudiantes para involucrarse y aprender de manera significativa ya que en ocasiones solo estar por estar.

Creo que, a partir de lo aprendido en el módulo, puedo implementar estrategias más eficaces para captar el interés de los estudiantes. Por ejemplo, puedo diseñar actividades que incluyan elementos emocionales y personales y que sean de su interés por lo que tengo que indagar más en sus intereses que incluso no es tan importante como hacer la pregunta de: ¿Cómo te sientes hoy? Algunas actividades que puedo implementar son los debates sobre temas de interés común o tareas creativas que relacionen los contenidos con la vida cotidiana de los alumnos. Creo que utilizar la curiosidad y la sorpresa como herramientas también podrían despertar un deseo de aprender. Además, es esencial crear oportunidades para la reflexión emocional, permitiendo a los estudiantes expresar cómo se sienten y gestionar sus emociones en un entorno de apoyo y empatía. También se me hace importante que los alumnos tengan pláticas sobre sus intereses o de las matemáticas explicadas o para que sirven en la vida cotidiana tan simple como ir a la tienda y regresar con el cambio bien. El ambiente en que se desenvuelven es crucial en su formación.

En lo personal trabajo en mi persona haciendo introspección y reconozco que mis emociones y actitudes tienen un impacto directo en el ambiente que se crea del aula. Si llego con energía positiva y muestro empatía, esto puede mejorar el ambiente de aprendizaje. Sin embargo, si me siento frustrada o desmotivada, esa energía se transmite y afecta a los estudiantes. La neurociencia destaca que los estados emocionales son contagiosos, por lo que debo ser consciente de mi influencia emocional en el aula y practicar la autorregulación. Por lo anterior creo que para poder reconectar con los adolescentes primero tengo que reconectarme y así será más fácil porque me conozco y se que cosas pueden interferir directamente sobre mis estudiantes, además es de suma importancia los profesores estemos bien en el estado emocional y busquemos herramientas para estar más relajados y poder ser aun mas consciente de que nuestro estado puede afectar a otras personas.

Creo que cambiar mi estilo de enseñanza hacia uno que integre técnicas basadas en la neurociencia, como el uso de rutinas que combinen la atención con actividades físicas breves que activen el cerebro. También quiero emplear más narrativas o ejemplos concretos que hagan los conceptos abstractos más



comprensibles y atractivos.

Para fomentar un ambiente positivo, es crucial que los estudiantes se sientan valorados y seguros. Puedo crear este entorno desarrollando una red de apoyo en la que todos, mostremos respeto y reconocimiento mutuo. Incluir dinámicas grupales que promuevan la cooperación y no la competencia ayudará a construir relaciones saludables y facilitará una convivencia armoniosa.

Desde el punto de vista de la neurociencia, puedo usar técnicas como la gamificación para que las tareas sean más interesantes, o integrar pausas para la atención plena que permitan a los estudiantes relajarse y recargar energías; para estos casos me gusta mucho trabajar gimnasia cerebral con mis adolescentes, poniendo la música que más les agrada para los ejercicios. También puedo incluir más experiencias multisensoriales que hagan que el aprendizaje sea más atractivo y memorable. En cualquiera de las acciones que refuerce o integre en mis planeaciones, no debo olvidar que el enfoque con la emoción, la curiosidad y la interacción humana transformaré el aula en un espacio donde aprender sea emocionante y significativo.