

¿COMO INFLUYEN LAS EMOCIONES EN EL APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS?

Los tiempos actuales demandan enfocar la educación desde una visión humanista colocando al centro las personas, las relaciones humanas y medio en el que habitamos. Los valores humanistas que deben construir los fundamentos y la finalidad de la educación son el respeto a la vida y a la dignidad humana, la igualdad de derechos, la justicia social, la diversidad cultural y social, así como el sentido de solidaridad humana y la responsabilidad compartida. Para ello es necesario adoptar una perspectiva integral de la educación y el aprendizaje que incluya tanto aspectos, cognitivos como emocionales y éticos.

Investigaciones recientes confirman cada vez más el papel central que desempeñan las emociones y nuestra capacidad para gestionar las relaciones socioafectivas en el aprendizaje. Poder dialogar sobre los estados emocionales, identificarlos en uno mismo y en los demás, reconocer sus causas y efectos, ayuda a los estudiantes a concebirse de manera más afectiva, esto es, autorregulada, autónoma y segura. Los estudiantes participan y colaboran con los demás de forma pacífica y respetuosa.

La educación socioemocional es un proceso de aprendizajes a través del cual los estudiantes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes, habilidades que le permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrando atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras de manera constructiva y ética.

Contribuir a que los estudiantes alcancen sus metas, establezcan relaciones sanas entre ellos, con su familia y comunidad y mejoren su rendimiento académico.

Un clima de convivencia en la escuela influye en el aprendizaje del alumno. El estudiante aprende más cuando asiste a la escuela donde se siente acogido y existen relaciones de cordialidad y respeto entre la comunidad escolar.

El que expresen sus emociones al llegar a la escuela los apoya más para el trabajo en el aula y el estudiante se siente escuchado. En la actividad “Emociones y expresiones”, a partir de la lectura del cuento “Un puñado de besos”, de Antonio Rodenas. Los estudiantes expresan su sentir a partir de las siguientes preguntas: ¿Por qué cree que se sentía feliz?, ¿Por qué crees que empujo... o hizo llorar a ...?, ¿Por qué crees que perdono a...?, ¿Por qué algunos niños se enojan cuándo? Y a ustedes ¿Qué cosas les hace enojar, sentirse felices o preocupados?

A partir de sus respuestas nos informamos que estudiantes dan a conocer sus emociones con seguridad para controlarse, quienes se les dificulta o quienes no les gusta expresarlas.

Se continúa incentivándolos con imágenes de personas que evidencian en sus gestos o estados emocionales diversos, invitándolos a interpretarlas ¿por qué creen que puede estar llorando?, ¿Qué le ocurrirá a este que ríe tanto?, ¿tú te has sentido de esa manera?, ¿Cuándo?

Los alumnos comienzan a decir lo que les provocan las imágenes, otros recordando lo que han vivido o incluso como se sienten antes de llegar a la escuela o en ese momento en el aula y una vez que se sienten escuchados cambian y están dispuestos al trabajo en el aula y sus relaciones entre pares mejora.

Al pedirles que clasifiquen las imágenes que han observado, “las que les gusta sentir y las que no les agrada” Los alumnos más abiertamente comunican lo que les provoca y porque las ubican de esa forma. Pero qué pasa con las que no les agradan sentir y lo sienten, como lo controlan y que consecuencias hay. Se les dificulta expresarlo y por lo tanto controlarlo por lo que se trabaja en el reconocimiento de ellas, se sugieren algunos ejercicios de respiración, el escuchar al otro, el intentar dialogar con los demás para que comprendan como nos sentimos y de esta forma crear un ambiente sano manejando las emociones. Siendo tolerantes hacia con los demás (entre pares). Es un trabajo continuo para que los alumnos aprendan a autorregularse y crear ese ambiente de convivencia sana y pacífica.