

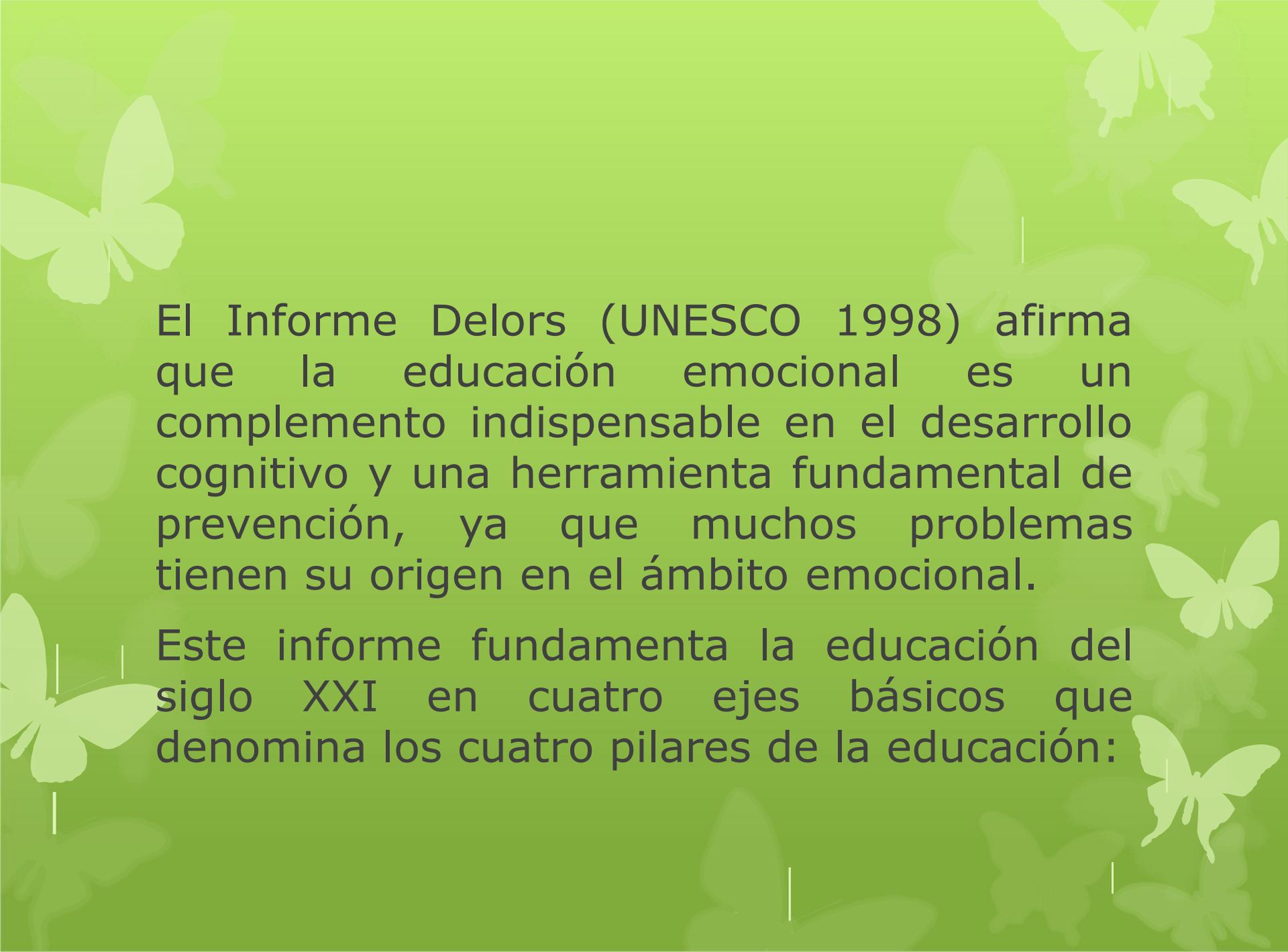
EDUCACIÓN EMOCIONAL

ANÁLISIS DEL TEXTO DE COHELL

POR LAURA SUAREZ AGUIRRE

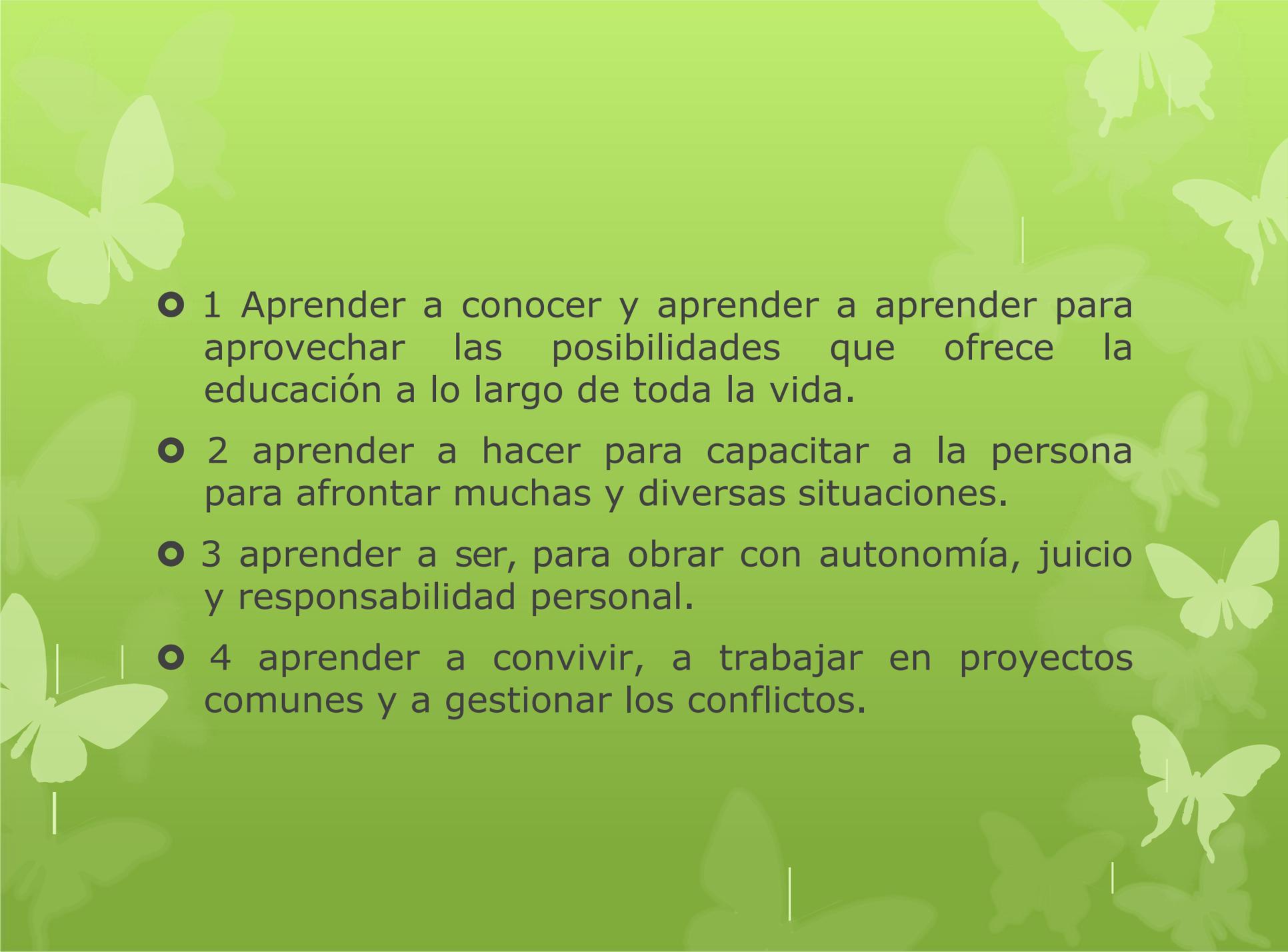
La educación emocional como parte fundamental de la formación del individuo nos implica visualizar aquello en lo que debemos enfocar la atención.

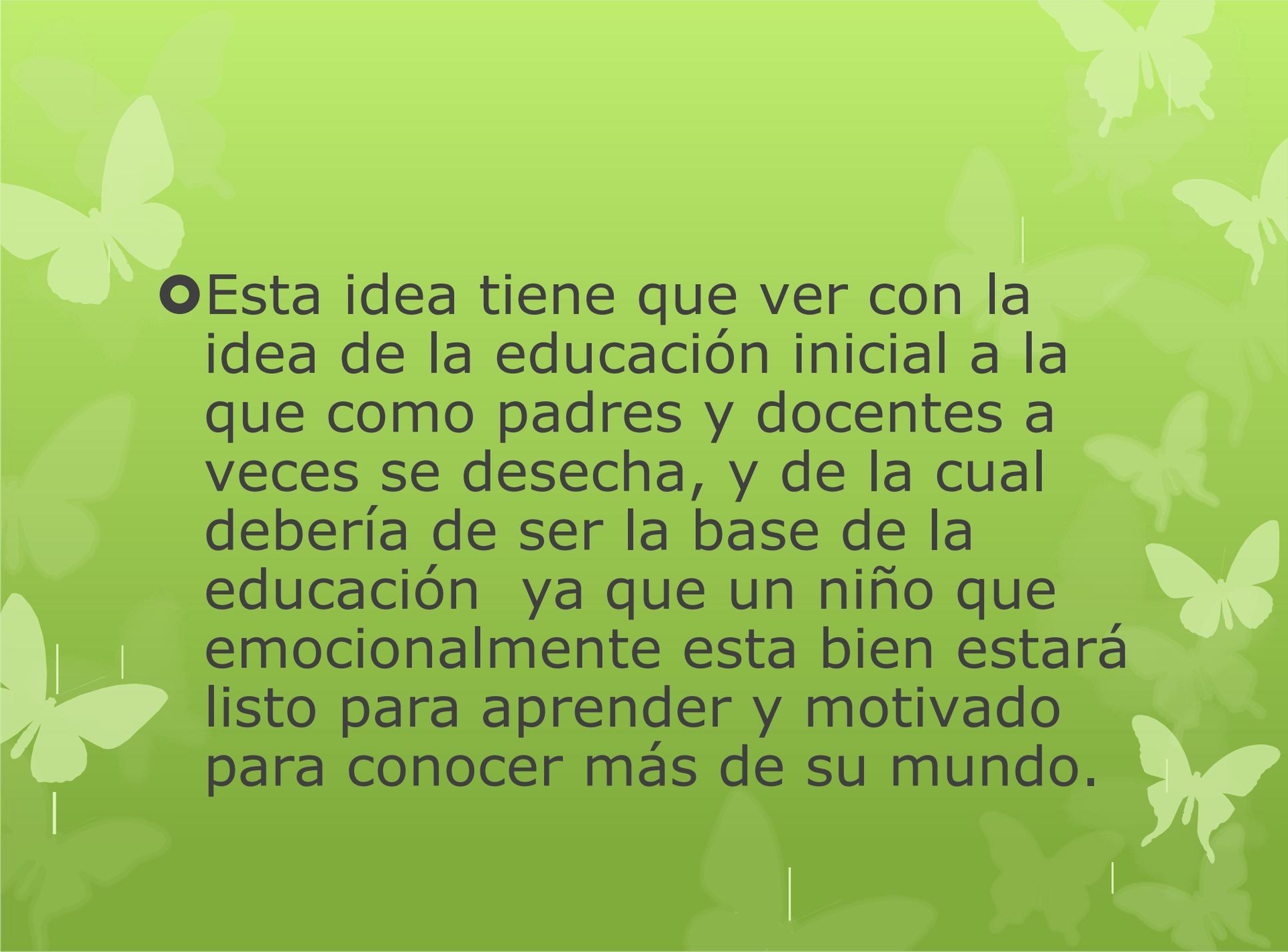
Es por ello que durante esta presentación analizaremos el texto “La educación emocional” Collell, J., Escudé, C. (2003). L’educació emocional. Traç, Revista dels mestres de la Garrotxa, any XIX, num. 37. (Original en lengua catalana).

The background is a solid light green color with a pattern of white butterfly silhouettes scattered across it. The butterflies vary in size and orientation, some appearing to fly towards the right and others towards the left. The overall aesthetic is clean and natural.

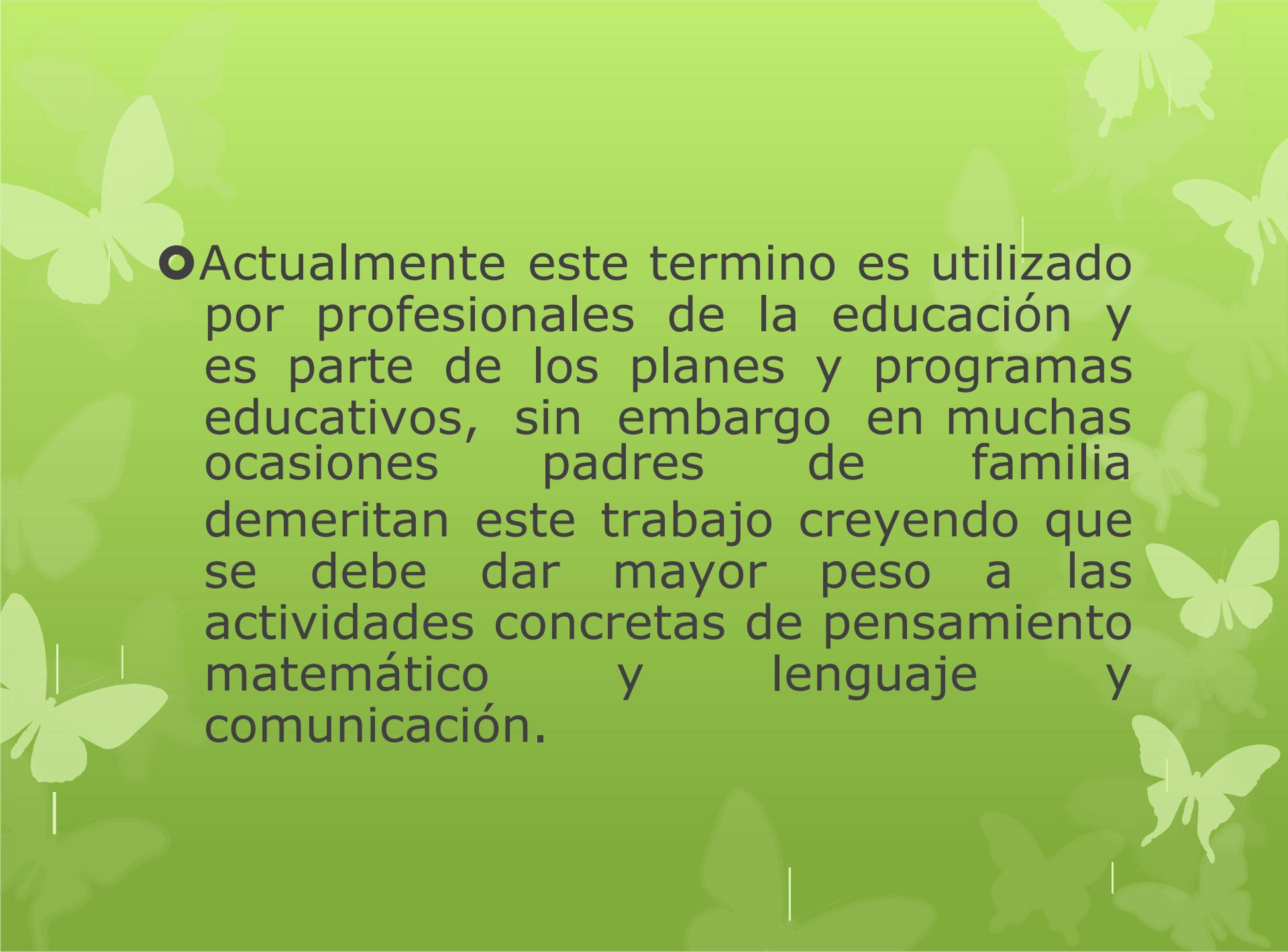
El Informe Delors (UNESCO 1998) afirma que la educación emocional es un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo y una herramienta fundamental de prevención, ya que muchos problemas tienen su origen en el ámbito emocional.

Este informe fundamenta la educación del siglo XXI en cuatro ejes básicos que denomina los cuatro pilares de la educación:

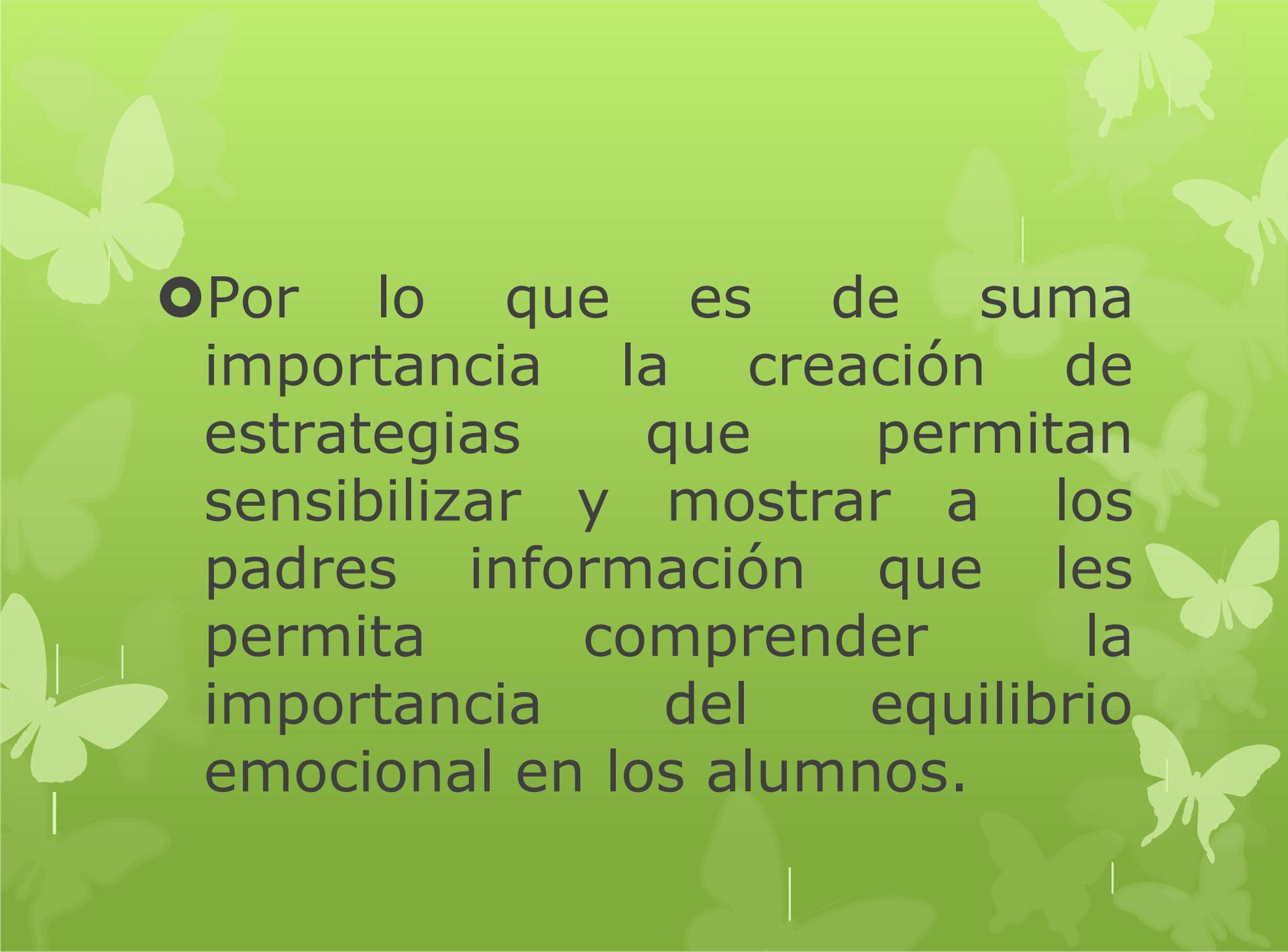
- 
- 1 Aprender a conocer y aprender a aprender para aprovechar las posibilidades que ofrece la educación a lo largo de toda la vida.
 - 2 aprender a hacer para capacitar a la persona para afrontar muchas y diversas situaciones.
 - 3 aprender a ser, para obrar con autonomía, juicio y responsabilidad personal.
 - 4 aprender a convivir, a trabajar en proyectos comunes y a gestionar los conflictos.

- 
- Esta idea tiene que ver con la idea de la educación inicial a la que como padres y docentes a veces se desecha, y de la cual debería de ser la base de la educación ya que un niño que emocionalmente esta bien estará listo para aprender y motivado para conocer más de su mundo.

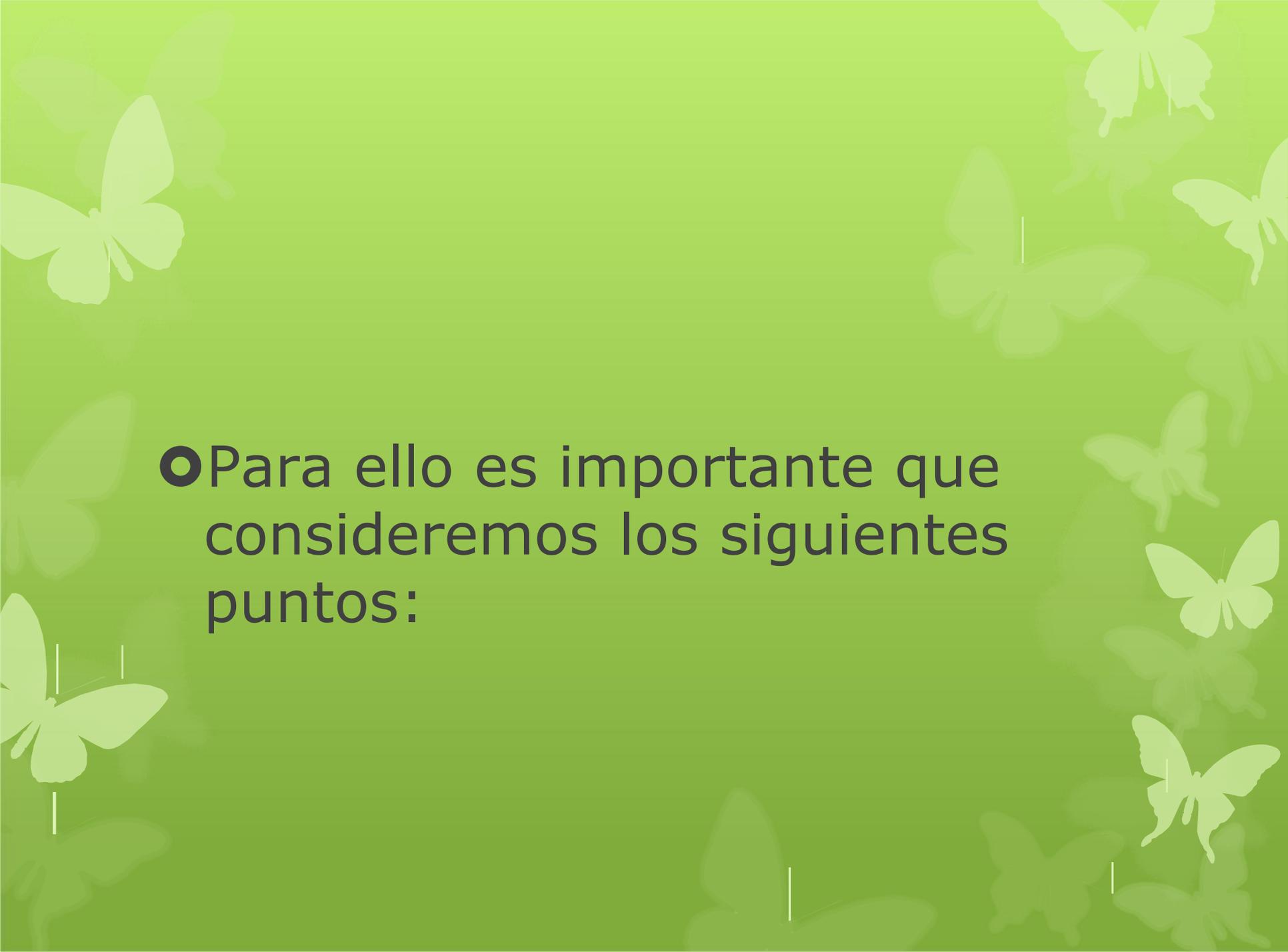
El término inteligencia emocional fue utilizado por primera vez en 1990 por Peter Salovey de Harvard y John Mayer de la New Hampshire, como la capacidad de controlar y regular los sentimientos de uno mismo y de los demás y utilizarlos como guía del pensamiento y de la acción.



● Actualmente este termino es utilizado por profesionales de la educación y es parte de los planes y programas educativos, sin embargo en muchas ocasiones padres de familia demeritan este trabajo creyendo que se debe dar mayor peso a las actividades concretas de pensamiento matemático y lenguaje y comunicación.

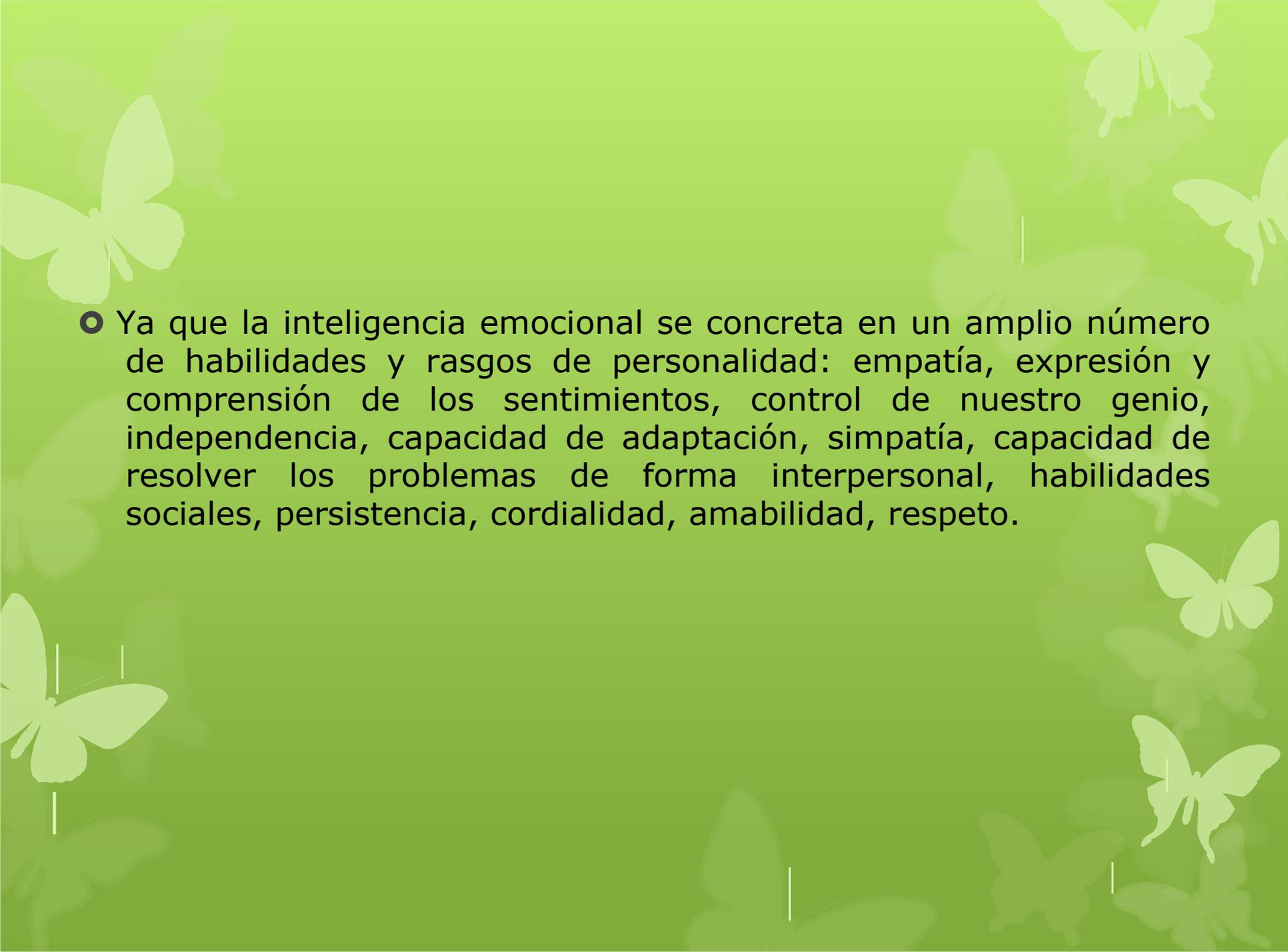


● Por lo que es de suma importancia la creación de estrategias que permitan sensibilizar y mostrar a los padres información que les permita comprender la importancia del equilibrio emocional en los alumnos.



● Para ello es importante que consideremos los siguientes puntos:

- 1. El conocimiento de las propias emociones, la capacidad de reconocer un sentimiento en el momento en que aparece.
- 2. La capacidad de controlar las emociones, adecuándose al momento.
- 3. La capacidad de motivarse uno mismo, autocontrol emocional, capacidad de demorar la gratificación y sofocar la impulsividad. (Modelo del "Estado de Flujo" de Csikszentmihalyi).
- 4. El reconocimiento de las emociones ajenas (empatía).
- 5. El control de las relaciones, habilidad para relacionarse con las emociones ajenas, eficacia interpersonal.

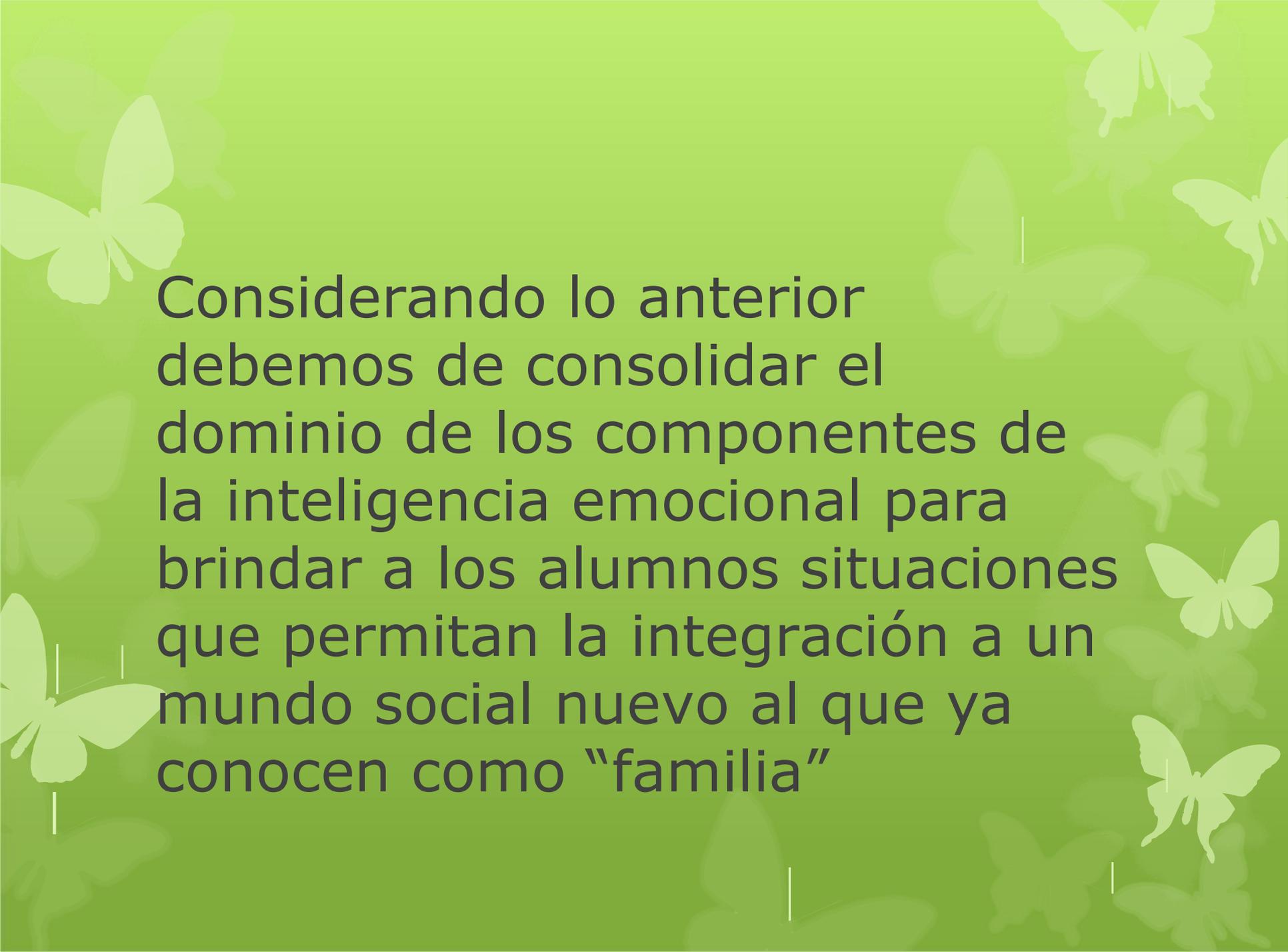
- 
- Ya que la inteligencia emocional se concreta en un amplio número de habilidades y rasgos de personalidad: empatía, expresión y comprensión de los sentimientos, control de nuestro genio, independencia, capacidad de adaptación, simpatía, capacidad de resolver los problemas de forma interpersonal, habilidades sociales, persistencia, cordialidad, amabilidad, respeto.

- Un fundamento previo lo encontramos en la obra de Howard Gardner, quien en 1983 propuso su famoso modelo denominado "inteligencias múltiples" que incluye 7 tipos de inteligencia: verbal, lógico-matemática, espacial, musical, cinestésica, interpersonal, intrapersonal.

● Daniel Goleman plantea la inteligencia emocional como sinónimo de carácter, personalidad o habilidades blandas, que concreta en las cinco habilidades emocionales y sociales reseñadas y que tienen su traducción en conductas manifiestas, tanto a nivel de pensamientos, reacciones, fisiológicas y conductas observables, aprendidas y aprendibles.

Componentes de la inteligencia emocional:

- Auto conocimiento emocional (conciencia de uno mismo), hace referencia al conocimiento de las propias emociones y su expresión.
- Auto control emocional (autorregulación), controlar los impulsos, la ansiedad, diferir las gratificaciones, regular nuestros estado de ánimo
- Auto motivación (optimismo), motivarnos y perseverar a pesar de las frustraciones.
- Reconocimiento de emociones ajenas (empatía)
- Relaciones interpersonales (habilidades sociales)

The background is a solid light green color with a pattern of white butterfly silhouettes scattered across it. The butterflies vary in size and orientation, some appearing to fly towards the center and others away from it. The text is centered on the page in a dark green, sans-serif font.

Considerando lo anterior
debemos de consolidar el
dominio de los componentes de
la inteligencia emocional para
brindar a los alumnos situaciones
que permitan la integración a un
mundo social nuevo al que ya
conocen como "familia"

Nolfa Ibáñez

- **Emociones favorables para el aprendizaje:** aquellas explicitadas por los estudiantes que se entendían como posibilitadoras de dominios o espacios de acciones considerados deseables para el quehacer del futuro profesor. Por ejemplo: "...interés cuando las clases son motivadoras y se nota que al profesor le gusta lo que hace"
- **Emociones desfavorables para el aprendizaje:** aquellas explicitadas por los estudiantes cuyo espacio posible de acciones se consideran indeseable para el quehacer del futuro profesor o profesora. Por ejemplo: "Rabia, cuando el profesor no me escucha o no me deja expresar mi opinión y sólo él tiene la verdad"

Carmen de Andrés Vilorio

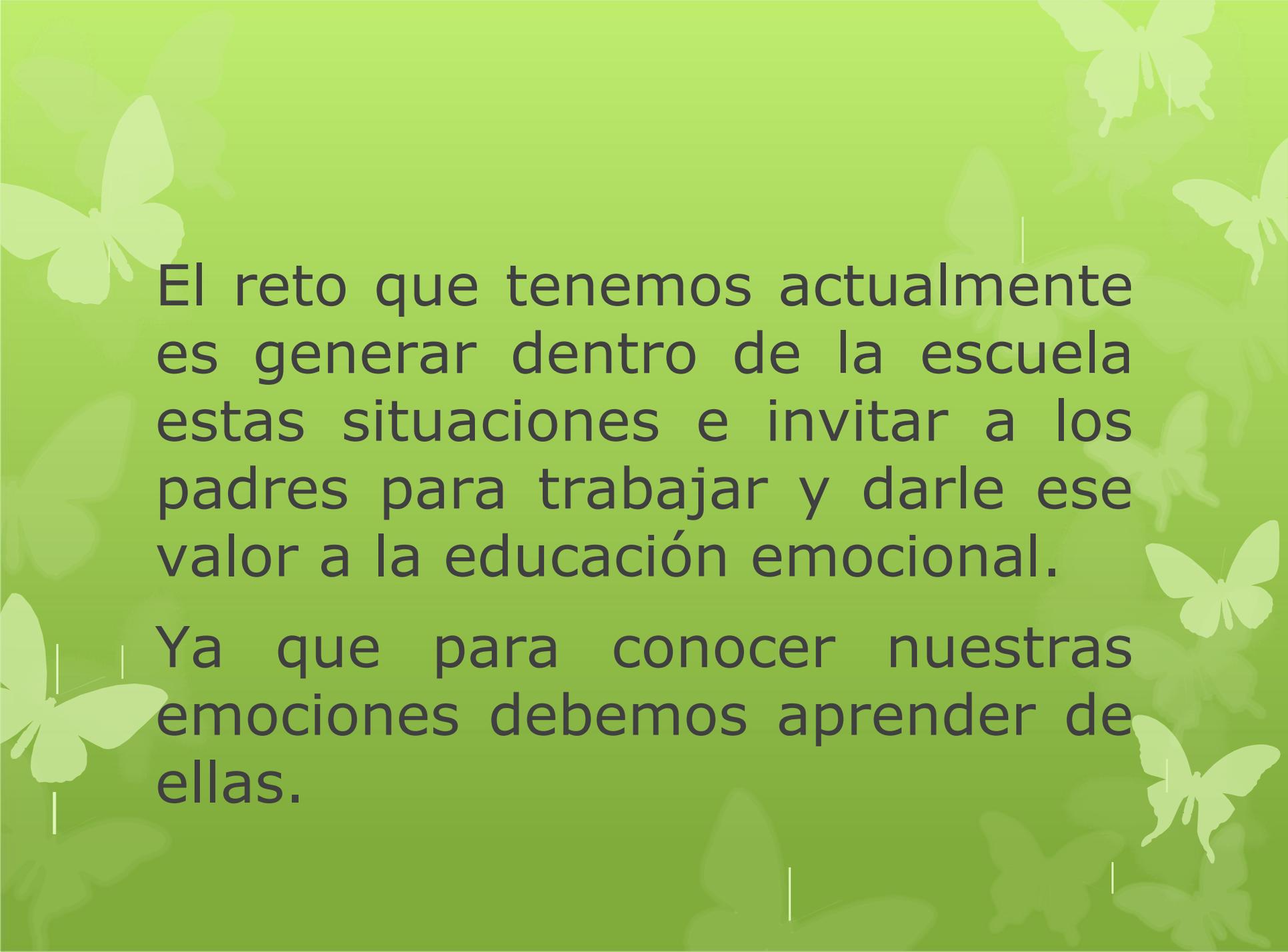
Universidad Autónoma de Madrid

- Escuela- educación
- generar en los niños valores, metas, capacidades que permitan resolver problemas relacionados con las emociones y los sentimientos, tanto con ellos como con los demás.
- Lo que sienten los niños sobre sus experiencias de aprendizaje, debe ser tan importante, como lo que aprenden.
- las emociones deben ser parte del currículum en la edad temprana

- El mundo emocional de los niños es complejo, debemos ofrecerle herramientas que le ayuden a identificar lo que siente y cómo les afecta
- No es lo mismo estar triste que enfadado, sentir vergüenza, antipatía, rechazo, ira, miedo o alegría.
- Es algo que los niños necesitan aprender a través de la "escucha activa, el diálogo, el desarrollo de la empatía, la comunicación no verbal, sabiendo decir que no, a reaccionar sin violencia.

- El ritmo de vida está provocando que se sustituyan las necesidades emocionales de los niños por videoconsolas.
- El vacío emocional incapacita a los niños a enfrentarse al mínimo problema.
- El entorno tampoco facilita las cosas: la tele, internet, los videojuegos, entre otros.

- Desafortunadamente nos estamos enfrentando a un mundo donde las nuevas generaciones han ido desgastando las experiencias emocionales ya que hoy en día no hay una interacción que permita expresar de manera directa emoción entre seres humanos, actualmente las redes sociales han desplazado aquellas interacciones que representaban situaciones sociales importantes entre seres humanos.

The background is a solid light green color with a pattern of white butterfly silhouettes scattered across it. The butterflies are of various sizes and orientations, some appearing to be in flight. The text is centered on the page in a dark green, sans-serif font.

El reto que tenemos actualmente es generar dentro de la escuela estas situaciones e invitar a los padres para trabajar y darle ese valor a la educación emocional.

Ya que para conocer nuestras emociones debemos aprender de ellas.