

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO



FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS
COLEGIO DE PEDAGOGÍA

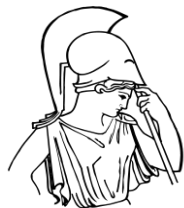
TALLER PARA DOCENTES: MANEJO DE LAS EMOCIONES EN LA
EDUCACION PRIMARIA PÚBLICA.

TESINA QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
DE LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA:

ROSA MARÍA RIVERA ESPINOSA

ASESORA: MTRA. MARÍA DEL CARMEN SALDAÑA ROCHA



Ciudad Universitaria, México, D. F. a 4 de junio de 2014.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

A MI MAMÁ (+) Y MI PAPÁ (+) POR SU APOYO
MORAL Y ECONÓMICO ADEMÁS DE SU
CARIÑO.

A LA MAESTRA MARÍA DEL CARMEN
SALDAÑA ROCHA POR SU GRAN APOYO,
PACIENCIA Y VALIOSAS OBSERVACIONES.

A TODAS Y CADA UNA DE LAS PROFESORAS SINODALES
POR SU APOYO, Y ATINADAS OBSERVACIONES:
LIC. ANA BEATRIZ ARIAS CAMARENA
LIC. ISABEL EUGENIA CONTRERAS LEE
LIC. KARLA GARCÍA CASTILLO
MTRA. GABRIELA PRISCILA ZERMENO BARRÓN

A TODOS Y CADA UNO DE MIS HERMANOS
POR SU APOYO MORAL.

A MIS FAMILIARES QUE TAMBIÉN
ME BRINDARON SU APOYO MORAL.

GRACIAS A TODOS.

ÍNDICE

	PÁGINA
Presentación	5
Introducción	6
Marco Conceptual	8
CAPÍTULO 1 EL PAPEL DEL DOCENTE DE EDUCACIÓN PRIMARIA.	11
1.1 Factores que integran la vida laboral del docente.	12
1.2 La Vocación.	17
1.3 El docente como persona.	22
CAPÍTULO 2 INTELIGENCIA EMOCIONAL	25
2.1 Concepto y características de la inteligencia emocional.	25
2.2 Las emociones y su funcionamiento.	32
2.3 El impacto emocional.	38
2.4 Emociones, intuición y toma de decisiones son aspectos básicos en el ser humano.	39
CAPÍTULO 3 FISIOLÓGÍA DE RESPUESTAS EMOCIONALES.	41

3.1 Estrategias para la enseñanza de la inteligencia emocional.	41
3.2 Ayudar al niño a controlar el temor y la ansiedad.	43
3.3 Control y refuerzo de la ira.	44
3.4 Educar a los hijos para controlar las emociones con calma y serenidad.	45
3.5 El miedo en los niños.	46
3.6 Ejercicio para ayudar a superar la ansiedad.	49
3.7 La importancia de fortalecer la inteligencia emocional en los niños.	50
CAPÍTULO 4 CARACTERÍSTICAS DEL NIÑO DE 9 A 11 AÑOS.	52
4.1 El desarrollo del lenguaje.	52
4.2 El desarrollo como cambio de las estructuras del conocimiento.	53
4.3 Teoría del desarrollo cognitivo de Piaget.	54
4.4 Desarrollo intelectual.	57
4.5 El aprendizaje en los niños de primaria.	58
4.6 Perfil de conducta de niños de 9, 10 y 11 años de edad.	60

CAPÍTULO 5 TALLER PARA DOCENTES: MANEJO DE LAS EMOCIONES
EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA PÚBLICA. 64

5.1 Justificación del taller. 65

5.2 Objetivo general. 67

5.2.1 Objetivos particulares. 67

5.3 Población objetivo. 67

5.4 Perfil del Instructor. 68

5.5 Recursos Materiales. 69

5.6 Metodología. 70

5.7 Criterios de evaluación. 72

5.8 Carta didáctica. 74

Anexo 1. 87

Material de apoyo para los participantes al taller. 88

a) ¿Qué son las emociones y cómo controlarlas? 90

b) ¿Cómo se manejan en el aula las emociones?	99
Reflexiones Finales	106
Referencias bibliográficas.	112

PRESENTACIÓN

En el éxito del ser humano están involucrados varios aspectos entre ellos el social, psicológico, moral y lo pedagógico, entre otros, los cuales van formando al sujeto desde la niñez, pero principalmente en el manejo de las emociones propias y ajenas; sin embargo, en la actualidad la inteligencia debe abarcar más ámbitos que la capacidad de abstracción, la lógica formal, la comprensión de complejas implicaciones y amplios conocimientos generales. Así también deberá ser creativo, tener talento para la organización, entusiasmo, la motivación, la destreza psicológica y las actitudes humanitarias; cualidades emocionales y sociales; a todo esto antes se le llamaba –carácter o –personalidad- .

El tema de las emociones es amplio y muy interesante, en el desarrollo de la tesina se han mencionado sólo algunos de los investigadores que han dado más relevancia a este tema, sin embargo, hay muchos otros que están analizando esta problemática y proponen nuevas claves para obtener una mejor forma de vida tanto desde el aspecto emocional como educativo, que es la razón de esta tesina.

Es necesario que en la actualidad se tome más atención en el funcionamiento y manejo de las emociones pues hay que equilibrarlas de una mejor manera para lograr los objetivos que nos proponemos llevar a cabo en cualquier área laboral o profesional a la que nos dediquemos.

Por lo tanto, es necesario reconocer la importancia que ha ido adquiriendo la inteligencia emocional y las emociones en todos los ámbitos educativos, es la razón por la que se elaboró el Taller para Docentes denominado “Manejos de las Emociones en la Educación Primaria Pública” con el cual se sugieren algunos aspectos desde el punto de vista educativo, que de inicio son de utilidad para el docente en el salón de clases y como consecuencia en sus alumnos, pues el manejo de las emociones es una herramienta más dentro del salón de clases.

INTRODUCCIÓN

Esta Tesina tiene como objetivo principal el de presentar un Taller para docentes con estrategias didácticas con base en el funcionamiento de los cambios emocionales en el ser humano, con la finalidad de que aprenda a manejar de una forma más adecuada sus emociones en el campo educativo, en este caso de 5to. y 6to. año de primaria pública, sin embargo, también se puede trabajar con el docente de todos los niveles educativos. Se plantea esta propuesta ya que en los últimos años el manejo de las emociones en el campo de la educación ha ido tomando fuerza, por lo que se sugiere impartir talleres al docente con base en el tema de las emociones para todos los niveles de las primarias públicas en el Municipio de Texcoco, Estado de México

Los complejos cambios culturales, educativos y sociales que se han llevado a cabo de unos años a la fecha, han demostrado que es importante y necesario poner atención en el área de lo emocional en combinación con lo educativo para lograr un mejor funcionamiento en la docencia en especial de nivel primaria.

Se eligieron las primarias públicas del Municipio de Texcoco, porque es el lugar donde vivo y quiero aportar con esta propuesta nuevas ideas que puedan retomarse para otros talleres y sean impartidas al docente de este nivel educativo, ya que serán de gran utilidad no sólo para él sino también para sus alumnos.

Es importante empezar por el docente como sujeto transmisor del conocimiento, el cual tiene que conducirse con eficiencia en el aula frente a un grupo de niños los cuales están en un proceso continuo de formación académica, por lo que es necesario guiarlo primero a él acerca del manejo de las emociones pero siempre dándole un enfoque educativo.

Por otro lado, “la UNESCO plantea la necesidad de aplicar cursos al docente de primaria con base en la inteligencia emocional y el manejo de las emociones, ya que la sociedad actual exige mayores capacidades, nuevas competencias personales, sociales y profesionales para obtener un

mejor desempeño ante los diferentes cambios.”¹ Sin embargo, en ocasiones las herramientas que se utilizan para lograr estos objetivos no son las más adecuadas por lo que se genera frustración, ansiedad o estrés que hace que la persona se comporte de una manera inadecuada tanto con uno mismo como con los demás creando un círculo vicioso que se transmite a los hijos y alumnos.

La tesina se encuentra estructurada en cinco capítulos:

En el primer capítulo se describen algunas características del papel del docente de educación primaria algunas de ellas son experiencias frente a grupo, procesos escolares, incentivos al desempeño laboral del docente, entre otros.

En el segundo capítulo se da un panorama general del concepto y características de la inteligencia emocional, así como de las emociones y cómo funcionan éstas, y cuando se habla de negatividad se muestra cómo modificar esta actitud para obtener un mayor beneficio emocional.

En el tercer capítulo se habla de la fisiología de respuestas emocionales, esto se refiere al funcionamiento de los cambios emocionales, se describen algunas emociones positivas así como negativas enfocadas en el niño y cómo manejarlas; cómo ayudar a los niños a controlar el temor y la ansiedad, la ira, la importancia de educar a los hijos para controlar las emociones con calma y serenidad, se hace referencia al miedo, la fobia. Sin embargo, este tipo de emociones se pueden trabajar tanto en el niño como en el docente.

En el cuarto capítulo se describen algunas características físicas del niño entre las edades de 9 y 11 años de edad ya que en esa etapa es cuando cursan el 5to y 6to. año de primaria; también se hace mención del desarrollo cognitivo toda vez que en este proceso de maduración el equilibrio de los sentimientos y las emociones son importantes para que haya un mayor rendimiento

¹ De Ibarrola L. de Davalillo, Begoña. *Ponencia del VII Congreso de Educación y Gestión. Dirigir y Educar con Inteligencia Emocional*. Archivo [PDF]: IntelEmoc UNESCO 1.PDF- Adobe Reader. p. 1 búsqueda el 27 de nov. de 2012.

escolar. Se habla del niño (a) sólo como referencia para que el docente trabaje con mayor facilidad con él.

El quinto capítulo presenta el Taller para Docentes: Manejo de las emociones en la educación primaria pública, con la finalidad de que se sensibilice y logre un mejor desempeño laboral en el aula.

Por último, con base en todo lo expuesto en la presente investigación se determinan las reflexiones finales a las cuales se llegó después de la revisión bibliográfica utilizada para esta tesina.

MARCO CONCEPTUAL

La pedagogía estudia “la educación en general, ésta no puede limitarse a los estrechos perímetros de la escuela; es una función social global por ser fin y medio para la transformación social.”²

Asimismo, “La pedagogía reseña a la par aunado al hecho educativo, como se han ido desarrollando a través de los tiempos la teoría y arte educativos, y a su vez indagando en dónde se origina la conexión entre ambos.”³

En cuanto a la educación también es una actividad social, esto es, “una dimensión de la sociedad global que tiene como principal objeto preparar al hombre para desarrollar sus condiciones de existencia; en primer lugar para respetarlas, y luego para transformarlas, en el sentido de un progreso, si se descubren, adquieren o inventan sus posibilidades.”⁴ Por lo que se puede observar a la educación se le toma como un proceso interminable de madurez en el

² Pansza, Margarita. *Pedagogía y Currículo*. Ed. Gernika, 10ª. Edición, 2005, impreso en México, p. 23.

³ Larroyo, Francisco, *Historia General de la Pedagogía*, Ed. Porrúa, S. A. 2ª. reimpresión, México, D. F. impreso y hecho en México, 1990.

⁴ Pansza, op. cit. p. 23.

aspecto personal así como en las cuestiones políticas. Por lo tanto, a la educación se le debe considerar como una perspectiva más amplia que la instrucción.

Luego entonces, la presente problemática a pesar de que se ha planteado con diferentes enfoques y en varias áreas de la educación desde los noventa a la fecha, es un tema que ofrece mucho con qué trabajar desde el punto de vista pedagógico, y es necesario hacerlo, ya que es una manera de ofrecer diferentes opciones de cómo investigar el tema de las emociones; esto no significa que a través de un taller se van a resolver las problemáticas del tema que nos ocupa, sin embargo, es una herramienta más como lo puede ser, un curso, un diplomado, o cualquier otra modalidad de enseñanza impartida al docente de primaria pública, para que él adquiera los conocimientos y a su vez construya nuevos.

En el campo de la pedagogía se pueden utilizar diferentes modalidades de taller, pero mi interés es sólo una propuesta que pueda servir como referencia para otros talleres aplicables en los diferentes niveles educativos de escuelas primarias públicas del Municipio de Texcoco, Estado de México, que es donde vivo, y dependiendo de las necesidades se irían implementando diversas acciones en los contenidos del mismo.

Un taller contiene actividades de carácter técnico y es utilizado cotidianamente para trabajar en el aula, en éste se elabora y transforma algo para ser utilizado; por lo que al aplicar el concepto de taller al campo de la pedagogía su utilidad es una forma de enseñar y a su vez de aprender haciendo algo de manera conjunta; esto es, a través de la práctica se va construyendo el conocimiento; a esto se le denomina proceso enseñanza-aprendizaje.

Por lo tanto, a través de este Taller el docente a partir de su propia realidad se dará cuenta de sus problemáticas y dudas a trabajar en el mismo, las cuales si pone de su parte con el tiempo las irá resolviendo, esto a su vez le servirá para tener un mejor desempeño en primera instancia en este taller logrando un trabajo conjunto, y posteriormente en el aula generando una mejor

relación docente-niño, formándose así en un mejor “promotor de aprendizaje a través de una relación más cooperativa.”⁵

El tema de las emociones a pesar de que algunos investigadores ya lo han trabajado todavía no es muy conocido, sin embargo, se me hace interesante trabajarlo y aplicarlo al docente de educación primaria pública, para que a su vez él lo aplique en el aula, obviamente desde el punto de vista pedagógico.

Pienso que entre más se conozca del tema de las emociones éste va a arrojar más resultados que servirán al campo educativo, por eso se requiere que independientemente de la propuesta que se elija para trabajarla, se necesita la participación decidida del docente. Así también, se debe mencionar que no hay un esquema específico para la programación de un taller. En el caso del presente taller, sólo es una propuesta, sin embargo, pienso que contiene los requisitos necesarios para llevarlo a cabo.

⁵ Pansza González, Margarita; y otros. *Fundamentos de la Didáctica*. Ediciones Gernika, 5ta edición, tomo 1, p. 205

Capítulo 1 El Papel del Docente de Educación Primaria.

Se consideró elaborar este capítulo con la finalidad de mostrar algunas actividades que forman parte de la vida laboral del docente de escuela primaria, éstas van desde la coordinación de una cooperativa escolar, hasta la preparación de material para la impartición de una clase, así como sus intereses laborales y personales, entre otras.

El docente es la persona que se dedica a enseñar o que realiza acciones referentes a la enseñanza; en lenguaje cotidiano el concepto se llega a utilizar como sinónimo de profesor o maestro, aunque su significado no es exactamente igual.

Para algunos diccionarios el docente o profesor es la persona que imparte ciencia o arte, para otros, el maestro es aquel al que se le reconoce una habilidad extraordinaria en la materia que enseña. Sin embargo, todos deben poseer habilidades pedagógicas para convertirse en agentes efectivos del proceso de enseñanza- aprendizaje.

El docente al interior de la escuela pone en función sus intereses laborales y personales sobre su trabajo, así como su conocimiento sobre la manera de manejarse en las diversas relaciones propias de su campo laboral y poder sobrevivir en ese mundo; sin embargo, está bajo las órdenes de la autoridad principal es decir de un director, quien es responsable del centro educativo y quien aprovecha las habilidades del profesor para que a través de él destaque “la escuela ante la comunidad o ante las autoridades,”⁶ y a su vez esto le sirve al profesor ya que se promueve en lo laboral y/o en cuestiones políticas.

En ocasiones se dice que hay poca relación entre lo que el docente recibe en su formación profesional y las exigencias del trabajo real, y que es más bien el magisterio el que conforma concepciones y valores comunes que identifican a los maestros. Quien es docente adquiere durante su escolarización los conocimientos considerados legítimos y las formas de relación

⁶ Rockwell, Elsie. *Antología preparada. Ser Maestro, Estudios sobre el Trabajo Docente*, 1985, Ediciones El caballito, impreso en México, SEP/Cultura, 1ra. edición, p. 91.

características de la escuela, y está consciente de que se desenvolverá en un aula bajo cierto aislamiento además de que aprenderá a solucionar muchos problemas de su quehacer cotidiano.

1.1 Factores que integran la vida laboral del docente.

Los autores que se revisaron hablan en general del docente en educación primaria en México obviamente implica todos los niveles educativos, y en esta tesina en específico para un municipio del Estado de México.

“El docente como trabajador es a la vez sujeto, es un ser humano que ordena sus propios conocimientos, recursos y estrategias para hacer frente, cotidianamente, a las exigencias concretas que se le presentan en su quehacer.”⁷

Cuando se habla de recursos y estrategias, se hace referencia al proceso enseñanza aprendizaje que utiliza actualmente el docente como guía y generador de la estructura del conocimiento para que el niño produzca sus propios saberes, y también aprenda a ser el protagonista del proceso educativo (colaborar, crear y hacer). De igual forma se deben implementar otras alternativas de aprendizaje para la formación pedagógica del niño, y así elegir las mejores.

También hay otra manera de referirse a la forma de trabajar del docente y esa es la estrategia, “La idea de estrategia remite a las exigencias reales y cambiantes que un grupo le plantea al docente, que requieren seleccionar, usar y adaptar los recursos personales y profesionales de todo tipo para poder lograr resultados.”⁸

Por lo tanto, una estrategia de enseñanza es la habilidad para enseñar o transmitir el conocimiento que posee el Docente.⁹ También existen estrategias comunes y éstas responden a condiciones de trabajo constantes, por ejemplo el trabajo en grupo, en cuanto a la

⁷ Ibídem, p. 9.

⁸ Ibid. p. 112

⁹ Raluy Poudevida, Antonio; revisado por: Monterde, Francisco. *Diccionario Porrúa de la Lengua Española*, Editorial Porrúa, 53ª. edición, México, 2009, p. 285.

obligatoriedad de asistencia a la escuela, el tiempo laboral. También se reflejan en las estrategias las necesidades más inmediatas del docente como sujeto, como es el mantener un ambiente agradable de trabajo.

Luego entonces, las estrategias responden a fuerzas y estructuras sociales particulares en cada país o época, por lo que adquieren tradiciones específicas, formas de trabajar ya probadas por otros docentes. “Las estrategias representan mediaciones entre las presiones y restricciones institucionales y el quehacer diario en el aula, esto muestra un margen de autonomía que el docente puede tener frente al control institucional en unos casos tan amplio como para darle sentido alternativo a su práctica y en otras tan restringido como para permitir solamente el retraimiento individual.”¹⁰

En el caso de la interpretación de la lectura el docente se esfuerza para que el alumno participe, en ocasiones utilizan los libros de texto, revistas o cuentos, con el objetivo de que aprendan a leer, contrastar con la tarea, y entender la mecánica de contestar cuestionarios de “comprensión de lectura”. Estos usos muestran tanto la complejidad del proceso como la estructura que hace que el profesor tenga más autoridad en la interpretación del texto, ya que él tiene la posibilidad de seleccionar, rechazar, repetir o elaborar las respuestas que ofrecen los alumnos.

Otra de las actividades que realiza el docente es el manejo de documentación administrativa. Además en la escuela también se recibe material escrito de otro tipo: volantes, carteles de campañas, circulares, anuncios comerciales, etc., el cual se revisa y se comenta entre los profesores y a veces también entre los alumnos. Por otro lado, “la relación escolar con los padres de familia genera agendas apuntadas en el pizarrón, actas anotadas en libros especiales y recados acerca de tareas, disciplina, uniformes o cuotas, apuntadas en tarjetas o en el cuaderno del alumno”.¹¹

¹⁰ Rockwell, op. cit. p. 113

¹¹ Ibid. p. 129.

En el nivel de primaria se requiere manejar todas las áreas, en el 5to. Año el plan de estudios 2011 contempla las materias de Español, Matemáticas, Ciencias Sociales, Geografía, Historia, Formación Cívica, Ética, Educación Física y Educación Artística. En cuanto al 6to. Año son: Español, Matemáticas, Ciencias Sociales, Geografía, Historia, Formación Cívica, Ética, Educación Física y Educación Artística.

Las experiencias “frente al grupo” son continuas porque la docencia requiere del esfuerzo permanente durante toda la jornada laboral, ya que es necesario aplicar todos los recursos disponibles, como sus conocimientos profesionales así como las capacidades obtenidas en diversos ámbitos de su vida, esto le ayuda a estar en constante comunicación con los alumnos, padres, autoridades y colegas, así como lograr un eficiente desempeño laboral durante la clase, y tener una relativa libertad en el aula.

También surgen detalles de orden, el ruido y la rutina, las formas compartidas de resolver esos problemas, el aislamiento característico del docente y su búsqueda constante del conocimiento que utiliza para enfrentar las exigencias de los programas y de los alumnos, aún actualmente aprende a enseñar enseñando y obtiene algo de la experiencia que no está incluido en su preparación profesional para exponer en clase, a esto se le llama intuición social, y lo que él obtiene de la experiencia es una comprensión de la situación social del aula y una adaptación de su personalidad a las necesidades de ese ambiente.

Por lo tanto, al adquirir la experiencia y sensibilidad obviamente está más capacitado que los principiantes para manejar los procesos de interacción personal en la escuela. Es decir el niño y el docente no son máquinas de enseñanza y de aprendizaje son seres humanos completos entrelazados en un complejo laberinto de interconexiones sociales. En el caso de la escuela es un mundo social porque son seres humanos quienes la habitan.

El docente de escuela primaria al iniciar un nuevo año escolar, se encuentra invariablemente con los programas escolares del grado que le ha tocado llevar, este proceso que va desde el encuentro con los programas escolares hasta el manejo de los contenidos en el salón de clases, pasa por una diversidad de construcciones particulares difícil de inventariar. Aunado a esto

están las historias personales y sociales del docente lo que hace que los contenidos programáticos expuestos en el aula, se expresen con diferentes interpretaciones y jerarquías.

Por otro lado, está el contenido de los programas que no siempre coinciden con ellos totalmente, ya que utiliza su propia valoración del conocimiento y determina qué temas les impartirá a los alumnos e incluye contenidos que no están planteados en el currículo oficial.

Para hablar del campo laboral del docente es necesario profundizar en ese mundo para darse cuenta que no todo está dado pues lo van estructurando relaciones, fuerzas e intereses que lo mantienen en movimiento y el contacto con los demás sujetos a través de historias escolares, laborales y personales; por lo que se puede observar que su trabajo es un producto de la relación sujeto-institución, donde ambos lo modifican y son transformados por éste. En cada escuela, expresión singular de la institución educativa, el trabajo del profesor adquiere un contenido específico, éste se construye en la cotidianidad escolar.

Por otro lado, se dice que “La matriz institucional histórica que define las condiciones de trabajo del maestro por un lado, y los recursos y significados que él mismo aporta como sujeto, son el punto de partida ineludible para cualquier discusión acerca de la orientación de la educación en nuestro país. Es éste el punto donde se cruzan negociaciones sindicales, políticas, administrativas, decisiones financieras, propuestas pedagógicas y el conocimiento que debe aportar la investigación.”¹² Pero en el caso de no valorar el trabajo del profesor ninguna propuesta educativa podrá establecerse.

En cuanto a los incentivos a la excelencia para el desempeño de su trabajo es escaso el reconocimiento social al esfuerzo que exige estar frente a un grupo, así como de gozar de poca igualdad. Por otra parte se encuentran factores sociales e institucionales que tienden a fragmentar al magisterio, la individualización implicada en el aislamiento del profesor de un grupo, en la diversidad de condiciones de trabajo y en las imágenes sociales de la “misión” y “vocación” del docente es contrarrestar, en algunos países más que en otros, por tradiciones específicas de organización colectiva.

¹² *Ibidem.* p. 14

Otro de los aspectos que determinan su trabajo son las condiciones materiales de cada escuela, que tienen su origen en la historia de su constitución, en la localidad y de su relación con la comunidad, y esto organizado por el director en turno, de esta combinación surgen una serie de necesidades y prioridades que devienen en tareas para el docente, las cuales abarcan la enseñanza y otras cuya relación con ella no se ve a simple vista.

También hay otras tareas que son necesarias en cada escuela como el mantenimiento y vigilancia de rutina, el reglamento escolar, las provenientes de las secretarías de Estado que ven en el docente el agente ideal para promover o realizar múltiples campañas, estas actividades integran el trabajo del docente en la zona de estudio.

Por otro lado, para que una escuela exista es importante la cantidad de población escolar asistente, así como del financiamiento y el cuidado de esas relaciones implica un gran esfuerzo escolar principalmente del director así como del docente ya que ambos están involucrados y deben de aplicar su mayor esfuerzo. En cuanto a la parte de la enseñanza también es importante para que la escuela funcione.

Se dice que como institución educativa la escuela define políticas generales, establece objetivos y propone estrategias a diversos niveles para alcanzarlos. De esta manera lanza planes y programas donde se conceptualizan los problemas educativos concretos y se especifica el conjunto de acciones sancionadas institucionalmente para resolverlos.

Asimismo, la forma reflexiva del docente lleva a cabo una significación práctica a esas normas de acción en una labor de definición, descripción y valoración de su propio trabajo cotidiano en el aula. Es decir, “lo que el docente sabe y expone sobre su práctica, es la puesta en juego de ambos tipos de conocimiento, donde la tensión que existe entre ellos, y la forma compleja y contradictoria como se proyecta hacia la práctica real, indican de una manera crucial el papel de la reflexividad como componente pragmático de la subjetividad en la participación del docente en las tareas educativas.”¹³

¹³ Ibid. p. 151.

Por lo tanto, se puede observar que el docente es poseedor de un conocimiento especializado, con el que entra en contacto por mecanismos institucionales. Sin embargo, la hipótesis teórica general asigna al “saber cotidiano” una mayor capacidad de integración a la actuación real del docente y una función de mediación entre ésta y el “discurso técnico”. Por tal motivo, como actividad reflexiva el “saber del docente no está exento de fuertes contradicciones y mantiene una compleja relación con el discurso técnico institucional.”¹⁴ es decir que se maneja una dialéctica de aceptación, resistencia y refuncionalización, que forma el proceso real de ingreso del método a la práctica de enseñanza en el aula.

1.2 La Vocación.

Hay quienes opinan que al enumerar las cualidades requeridas para aspirar a la carrera normalista, a falta de vocación “espontánea” que es lo innato, y la aptitud que tiene la persona para esta área del conocimiento, también es buena la vocación adquirida, mediante la reflexión y el esfuerzo de la voluntad.

En la docencia, también uno puede haber sido atraído para enseñar gracias a sus propios profesores o como resultado de otras influencias interiores, así como por su propio interés en el campo de la educación.

A pesar de que el individuo considere su trabajo como una vocación, “lo realizará en un sentido único, en parte por un carácter y sus cualidades singulares como persona, sin embargo, ningún docente ejerce el mismo impacto personal y moral sobre los estudiantes, para mejor o

¹⁴ Ibídem, p. 151

para peor, cada docente tiene una influencia distinta y variada sobre las orientaciones en los estudiantes”¹⁵ para con la enseñanza, el conocimiento u otra persona.

Pienso que la vocación debe ser igual de importante sea hombre o mujer el docente ya que van a formar académicamente al niño, también debe ser tolerante y trabajar en equipo con él, para que ayude a desarrollar sus habilidades cognitivas así como en las demás áreas. Para mi debe estar convencido de la actividad que desempeña en el aula para transmitir sus conocimientos.

Se dice que en el caso de la mujer es más frecuente que se incline por las tareas educativas ya que son dulces y están dotadas de una aptitud infinita de emoción, amor y conocen mejor el corazón humano y particularmente el de los niños.

También hay quienes dicen que, “no todo es virtud, según los pedagogos masculinos, -la mujer tiene menores condiciones de carácter y algunas de espíritu para educar a la niñez-, por ello era necesario darles -la instrucción conveniente con el objeto de moderar un poco su inclinación, las más de las veces exagerada, a lo puramente ideal y fantástico, y de llenarlas de conocimientos positivos para que pueda a la vez educar y enseñar”¹⁶ al niño de nivel primaria de escuelas públicas.

A la vocación también se le toma como una especie de fuerza interior que guía al ser humano por determinado camino de superación personal y profesional, además de ser una obligación pública. En otras palabras una vocación lleva en sí misma “un valor social hacia los demás, debe ser educativa, constructiva y de utilidad.”¹⁷

¹⁵ T. Hansen, David. *Llamados a Enseñar*. Impreso en España, Editorial Idea Books, S. A. Colección Idea Universitaria Educación. p. 26.

¹⁶ Tenti, Emilio. *El Arte del Buen Maestro*, Ed. Pax México, 1999, 2da. edición, 1ra. reimpresión, impreso en Colombia, México, D. F. p. 185

¹⁷ Hansen, op. cit. p. 17-18

A continuación se explican “las características no cognitivas señaladas como deseables y prioritarias para el perfil del docente en dos tipos distintos: “¹⁸

- a) En cuanto a lo moral y conductual se manifiestan mediante las siguientes características: “entusiasmo”, “paciencia”, “perseverancia”, “dulzura”, “ternura”, “afabilidad”, “prudencia”, “honestidad”.
- b) “desinterés”, “vida sin críticas”, “firmeza de carácter”, “caballerosidad”, “abnegación”, “entrega”, “prudencia”.
- c) Características físicas y de autopresentación tales como la “parte exterior”, “los buenos modales”, “el tono de la voz”, “la vista y los oídos”, “vestimenta”, etc. respecto a este punto, anteriormente había normas estrictas con relación a la presentación física de los docentes ante los demás. ”

Con respecto a las características no cognitivas también pienso que son necesarias para reflejar la madurez emocional, la imagen física en su forma de vestir, así como el respeto que el docente tiene que dar a sus alumnos en el aula, además de preparar adecuadamente su clase.

Para algunos si el docente no tiene confianza en su misión y en la escuela no tendrá entusiasmo y sin éste supuestamente todo docente es malo; por lo que, para que comprenda la responsabilidad de su trabajo, debe comenzar a dignificarse a sí mismo, esto es, despojarse de todas las pasiones humanas y convertirse en ejemplo constante de todas las virtudes, así como dignificar su profesión, ya que ésta le dará satisfacciones morales que le harán agradable su existencia.

Uno de los componentes básicos para ser docente lo constituyen los modales, es decir, los modos de actuar frente a los demás en general y a los alumnos en particular. Asimismo, se le sugiere al docente no emplear locuciones familiares, sino el lenguaje más puro que pueda

¹⁸ Tenti, op. cit. p. 187.

utilizar porque la escuela es el templo de la pureza. El cariño que debe profesar al alumno no debe llegar al extremo de la familiaridad, ya que se podría “ocasionar la pérdida del respeto”.¹⁹

En cuanto a la salud, fortaleza física, y el conducirse con energía y prudencia en general es necesario para sobrellevar la gran responsabilidad que tiene un docente en la escuela, por lo tanto, éste debe poseer las cualidades a inculcar y también debe estar en condiciones de reprimir cualquier manifestación de desorden que se presente en el aula.

También se dice que “además de vocación el maestro tiene que dominar un conjunto de conocimientos, éstos no hacen tanto referencia al saber acumulado por las ciencias del método de enseñanza.”²⁰ Esto nos muestra que la relación entre el docente y la ciencia muchas veces se define, no en términos de posesión o dominio del saber sino de “amor a la ciencia” o “amor hacia la instrucción”; esto no es una apropiación profunda del saber sino un modo de relación con él, una relación de respeto y de reconocimiento.

Otro de los aspectos importantes es que el docente de educación básica se le asigna la función de “difundir” el saber científico, en esta etapa correspondería el desarrollo de habilidades mínimas en las materias de cálculo, lectoescritura y ciencias naturales. Las demás materias entre ellas historia y educación moral, están dirigidas a formar ciudadanos y no individuos instruidos, por tanto debe estar seguro de lo que va a enseñar a los niños; que sea lo adecuado, ya que va a modificar los caracteres de ellos, para lograr esto tiene que basarse en un proceso educativo, para que el niño adquiriera la cultura, costumbres, etc. de la sociedad en que se desenvuelve, adaptándose al estilo de vida de comunidad en donde se desarrolla.

En cuanto a la pedagogía, se refiere a la ciencia que tiene como objeto de estudio a la educación. Es una ciencia perteneciente al campo de las ciencias sociales y humanas, tomada ésta en el sentido general que le han atribuido diversas legislaciones internacionales, como lo referido en documentos de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), la Organización de Estados Iberoamericanos para la

¹⁹ Ibid. p. 188.

²⁰ Ibídem. p. 192.

Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) y los propios de cada país (como las leyes generales o nacionales sobre educación).

Actualmente se da la preferencia a la metodología de la enseñanza y la educación, no es lo mismo la metodología de la ciencia que la metodología de la educación y la enseñanza, “este último es el nuevo saber en busca de la legitimación, no es el docente tradicional -no supiera enseñar- o no tuviera un –método-, lo que sucedía es que sabía, esto es –poesía- un saber práctico, no objetivado y codificado bajo la forma de evidencias (axiomas), principios y reglas explícitas. Cuando este saber se formaliza, necesita ser aprendido mediante una práctica explícita de aprendizaje en un momento y espacio específicos: las instituciones y cátedras de educación pedagógica, a partir de entonces el docente eficiente debe conocer el método, ya no basta conocer el contenido y el saber pedagógico práctico.”²¹

Se dice que “El docente eficiente es una combinación históricamente variable de vocación, cualidades morales, conocimiento pedagógico y de contenido. Cada paradigma pedagógico y cada época histórica dosifican de un modo diferente a cada uno de estos componentes. Del mismo modo, como cada escritor tiene un estilo propio, el verdadero docente tiene su método propio. El factor más importante en la enseñanza, es siempre la personalidad del docente: su carácter, el grado de su cultura intelectual y moral, el interés que toma en su profesión, el cariño que le inspiran los alumnos, el entusiasmo que siente por su alto y noble ministerio.”²²

También se piensa que “en el verdadero educador existe algo como una intuición, como una especie de inteligencia inconsciente que le ilumina en los momentos más difíciles y le hace encontrar, como por vías de inspiración, lo adecuado y lo bueno. Los particularismos y la libertad característica del arte de enseñar se justifican en la medida en que el docente, en su práctica, se debe enfrentar con -la índole particular de cada niño-, de ahí que no se pueda considerar al docente como un simple ejecutor de un reglamento escolar que nunca puede prever todos los casos.”²³

²¹ Tenti, op. cit. p. 195.

²² Ibídem. p. 196.

²³ Ibid. p.197.

El docente “moderno” ya no es algo ensamblado mecánicamente para enseñar, tal como lo describe el discurso pedagógico moderno, va tomando más bien la forma de un juego, donde la existencia de reglas no impide que cada movimiento práctico del docente obedezca a una “estrategia” elegida entre un conjunto de estrategias posibles.

En consecuencia, de lo anterior, “la técnica no es concebida como eficaz en sí misma, sino que es útil en la medida en que va acompañada de otras condiciones de realización que caen fuera del marco de su propia especificidad. No basta seguir escrupulosamente las indicaciones de un procedimiento para obtener el resultado deseado. Aunque dos docentes observen todo lo que sobre el método prescribe la pedagogía, los resultados serán muy distintos: si el uno es entusiasta y activo, y el otro indiferente y apático; el uno es franco y el otro hipócrita, el uno cariñoso y cortés, el otro áspero y grosero.”²⁴ Por lo tanto, el predominio demandado por lo pedagógico lo es sobre el contenido y no sobre la vocación y las cualidades clásicas del oficio de enseñar.

Con respecto a “la instrucción, aunque subordinada de racionalidad científica en el oficio del docente, fundamentará la necesidad de institucionalizar la formación de docentes. La génesis y expansión del sistema de escuelas normales que se registra en este período y la discusión sobre la exigencia de título para ejercer la profesión constituyen indicadores de una modificación profunda del oficio de enseñar.”²⁵ A su vez los nuevos procedimientos de ingreso al magisterio con una nueva normatividad, se replantea el problema de las recompensas materiales y simbólicas que reciben de la sociedad.

1.3 El Docente como persona.

Es importante señalar que, “dentro de cualquier contexto en cualquier sistema educativo, el docente enfrenta y maneja la complejidad de la situación de clase como trabajador y a la vez como sujeto. Comprender al docente como sujeto es considerarlo como persona con razones,

²⁴ Ibid p. 198.

²⁵ Ibídem, p. 198.

intereses y reflexiones propias que decide y actúa de manera significativa dentro de las posibilidades de la situación específica en que trabaja.”²⁶

El término de estrategia da una idea más clara del quehacer docente, ya que “La idea de estrategia remite a las exigencias reales y cambiantes que un grupo le plantea al docente, que requieren seleccionar, usar y adaptar los recursos personales y profesionales de todo tipo para poder lograr resultados.”²⁷

En cuanto a la legitimidad del conocimiento científico, en oposición al conocimiento práctico, ha conducido a cierta devaluación de aquello que el profesor sabe para trabajar en el salón de clases. Este conocimiento construido en la práctica con base en la flexibilidad propia del docente tiene características que lo adecúan a las necesidades del trabajo. Ejemplo: entre niños, grupos o momentos del día, más que los elementos simples o las relaciones constantes que se contemplan en la investigación educativa. Las fuentes de este conocimiento son múltiples. El conjunto resultante sirve para ordenar o para explicarse las diversas situaciones enfrentadas en la práctica cotidiana.

Este conocimiento ha tenido poca posibilidad de explicitarse, desarrollarse o someterse a una reflexión colectiva; lo impiden la estructura institucional, la separación de la docencia, y la investigación, así como la organización del trabajo en el nivel básico. Esta posibilidad depende de una defensa colectiva contra los procesos de burocratización y de individualización que dificulta el fortalecimiento profesional y del logro de las condiciones de trabajo que permitan compartir el proceso de conocer la práctica del profesor.

El docente como persona inmersa en una sociedad determinada y en un determinado tiempo debe ir asimilando los cambios ampliando sus conocimientos de acuerdo con descubrimientos y avances actualizando sus procedimientos de aplicación y manteniendo una actitud de guía, especialmente en valores y capacidades de discernimiento- frente al niño. También debe poseer habilidades pedagógicas para ser agentes efectivos del proceso de aprendizaje. Además debe

²⁶ Tenti, op. cit. p. 109.

²⁷ Rockwell, op. cit. p. 112.

tener confianza en sí mismo, es decir una alta autoestima y así proyectarla en su ejercicio profesional.

Asimismo debe estar en buen estado de salud, físico, mental y social debe tener cualidades de carácter moral, cultural y profesional. También es necesario que tenga hábitos de higiene, buena presentación en el vestir pues debe desarrollar su actividad con agradable personalidad, elocuencia en el timbre de voz, en los ademanes, en el gesto en la mirada, en el andar, y aún en el silencio. El vestuario debe ser discreto, sencillo, adecuado según la actividad, la estación y la ocasión, pero siempre nítidamente limpio y arreglado, es una condición necesaria para el buen ejercicio profesional del docente, de igual forma la alegría y el buen humor son cualidades imprescindibles.

El docente también tiene intereses propios como lo es la protección de su independencia y autonomía personal, ya que él prefiere controlar su propia situación de trabajo y defiende su autonomía y autoimagen en el salón de clases, evita ser impaciente para lograr la atención del niño y conseguir con esto los objetivos particulares de enseñanza planteados en el plan de estudios asignado.

En cuanto a la reducción de la carga de trabajo es probable que se relacione con las formas de enseñanza ya experimentadas por el docente y a sistemas de rutina que han sido ensayadas y probadas personalmente. En cuanto al orden y la enseñanza son el resultado de la experiencia laboral del docente en el aula, y constituye un interés instrumental por el cual él puede satisfacer diversos aspectos de una necesidad más directa y asegurar su supervivencia.

Todo esto muestra el gran esfuerzo que sin duda todo docente refleja desde su formación académica y a lo largo de toda su vida laboral, ya que es necesario desempeñarse con alegría, decisión, y poniendo atención, cuidado y esmero en todo momento, con la idea de cumplir como antes se mencionó con los objetivos planteados tanto en el plan de estudios estructurado por la Secretaría de Educación Pública, como con los objetivos que tenga cada institución educativa, en este caso la primaria pública.

Capítulo 2 La Inteligencia Emocional.

Este capítulo se desarrolló como lo indica el título, con base en la inteligencia emocional y las emociones, éste sirvió para la elaboración del Taller para Docentes, denominado –Manejo de las Emociones en la Educación Primaria Pública- el cual, también hace referencia a otros aspectos relativos a las emociones.

Desde hace varios años se ha estudiado a la inteligencia emocional desde diferentes puntos de vista. Por lo que se observa con base en la revisión bibliográfica, la inteligencia emocional es una habilidad o capacidad de manejar las emociones, el cómo detectarlas y canalizarlas de manera positiva a través del autoconocimiento, independientemente de la edad.

2.1 Concepto y características de la inteligencia emocional.

Se dice que “El poder de las emociones es importante ya que pueden equilibrar o desestabilizar a la persona independientemente de su edad. También hace referencia a la habilidad de ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones,”²⁸ en otras palabras, es el poder del cociente emocional, que puede ser tan poderoso y a veces más que el cociente intelectual.

En cuanto a “los hombres se dice que tienen una inteligencia emocional elevada, son socialmente equilibrados y alegres”²⁹ y no piensan las cosas dos veces, son muy comprometidos con las personas, asumen responsabilidades, son solidarios y cuidadosos de las relaciones. Su vida emocional es rica y apropiada, se sienten bien con ellos mismos y con la sociedad que los rodea.

En el caso de las mujeres emocionalmente inteligentes, “son positivas y expresan sus sentimientos abiertamente”³⁰ y son felices. Al igual que los hombres, son sociables y

²⁸ Goleman, Daniel. *La Inteligencia Emocional*, ediciones B, Argentina, S. A., Buenos Aires, Argentina, Ira. reimpresión, junio 2010, p. 22 y 66.

²⁹ *Ibidem.* p. 66.

³⁰ *Ibid.* p. 66.

manifiestan sus sentimientos de manera adecuada y siempre mantienen un equilibrio emocional. Se adaptan bien a la tensión, su aplomo social les permite comunicarse fácilmente con nuevas personas. Se sienten muy bien con ellas mismas, son alegres, y abiertas a la experiencia sensual.

Se aprende a ser más inteligente emocionalmente tanto en nuestro trabajo como en nuestra vida privada “lo que enfatiza en toda su extensión es el fundamento de la autoconciencia y la práctica reflexiva necesaria en el viaje personal hacia el desarrollo de un nivel superior de competencia emocional”³¹ La inteligencia emocional se aplica a todos en todas las etapas y en todas las profesiones y condiciones sociales. También se afirma que la inteligencia emocional es una herramienta para mejorar el desempeño personal y de negocios, sin embargo, todavía falta mucho por saber de este tema.

Por lo tanto, el formar relaciones efectivas es algo necesario si queremos triunfar. Por ejemplo: “Padres comunicándose con sus hijos, profesores tratando de captar la atención de sus alumnos, colegas interactuando entre sí en el trabajo, amigos que participan en actividades sociales, doctores y enfermeras tratando a sus pacientes”³² etc., ésta es una forma de fomentar la inteligencia emocional en los seres humanos a lo largo de toda su vida. Estoy de acuerdo con este planteamiento ya que es una buena manera de relacionarse con las demás personas desde la infancia hasta la madurez manejando las emociones de una manera positiva.

Por otro lado, también se cree que algunas personas con elevada inteligencia intelectual no son felices, mientras que otras con menos cociente intelectual logran la felicidad, la respuesta está en la inteligencia emocional, pues se piensa que ésta es “un conjunto de habilidades entre las que destacan el autocontrol, el entusiasmo, la perseverancia, la capacidad para automotivarse y para relacionarse. Sin estas habilidades, por muy alto que sea el cociente de inteligencia de una persona, difícilmente podrá conducir su vida con éxito.”³³

³¹ Childs , Jan. *Entienda la Inteligencia Emocional en 90 Minutos*, México, D. F, Panorama Editorial., 2010, 1ra. edición, p. 13,

³² *Ibidem*. p. 16 y 17.

³³ Genet, Margaritte, *Inteligencia Emocional. Mejore y Cambie su Vida*, Barcelona, España 2007, Fapa Ediciones, 1ra. edición, p.30.

La inteligencia emocional, ayuda con los problemas cotidianos “relacionados con la diferente gestión de los sentimientos y de las emociones, la inseguridad, la indecisión, las divagaciones mentales importantes, el ritmo de vida, de lo que nos rodea en la calle, en el empleo, la casa, los hijos,”³⁴

Por lo tanto, esto ocasiona un desgaste en la persona ya que con el paso del tiempo va disminuyendo su salud tanto física como emocional, a causa de sus sentimientos reprimidos, sus impulsos, sus deseos y preocupaciones, sobre todo en lo referente a la inseguridad que existe en la sociedad generando con esto un desajuste entre los hechos y las reacciones que se producen, esto aunado al proceso de la globalización, el terrorismo y otros factores que “ocasionan en el individuo un sentimiento de desbordamiento y desamparo, generando inestabilidad en la persona.”³⁵

Por eso, “para ser exitoso en la vida no es suficiente contar con un buen rendimiento intelectual sino que además, y por encima de aquél, es necesario tener control sobre uno mismo, saber manejar las emociones, ser capaz de persistir hasta lograr las metas, mostrar empatía, lograr la independencia, etc. todos estos rasgos de una persona con adecuada inteligencia emocional”.³⁶

Cuando hablamos de “La inteligencia y la emoción habitualmente considerados como términos opuestos , han venido a integrar un nuevo concepto, denominado –inteligencia emocional- el cual tiene relación con el autodominio; mientras que la inteligencia medida en tests de rendimiento intelectual y en pruebas de desempeño académico es independiente de aquél.”³⁷

En el caso de “las capacidades emocionales de las nuevas generaciones han ido disminuyendo con el paso del tiempo, esto se manifiesta en las estadísticas que muestran incremento de delincuencia, deserción escolar, partos de madres solteras adolescentes, etcétera.”³⁸ Se cree

³⁴ *Ibidem.* p. 3.

³⁵ *Ibid.* p. 3.

³⁶ Santín H, Lorna. *Cómo Desarrollar la Inteligencia Emocional en los Niños*, México, D. F., Editorial Selector, 2003, 1ra. reimpresión, p. 7.

³⁷ *Ibidem.* p. 8.

³⁸ *Ibid.* p. 8.

que es por la incapacidad de los adultos para orientar y disciplinar adecuadamente a los niños y jóvenes en cuanto a los objetivos que se persiguen con respecto a la educación.

Por otro lado, a la inteligencia emocional también se le considera como el poder del autoconocimiento, “para luego generar cambios positivos en el exterior, en el caso de la envidia, la frustración, el enojo, el odio, el miedo, la confusión y la culpa son las emociones que causan la falta de comprensión de nosotros mismos e impiden nuestro desarrollo integral; en caso de no expresarlas, causan enfermedades físicas y mentales así como desequilibrios en el alma.”³⁹ Por tanto, la importancia de la inteligencia emocional radica en mostrar cómo manejar nuestras emociones, cómo detectarlas y modificarlas en una energía positiva, por medio del autoconocimiento.

También se piensa que “el ser humano no se deja vencer por la vida, que siempre están a prueba todas sus capacidades y aunque a veces algunas situaciones le afectan demasiado tiene la fortaleza para seguir adelante, lo más importante es que él tiene en sus manos el futuro de esta humanidad.”⁴⁰

Por lo tanto, si queremos alcanzar la armonía entre nosotros, primero tenemos que preocuparnos por nuestro propio desarrollo interno, es decir, nadie puede hacer el bien afuera, si no hace el bien en sí mismo. “Es imposible crear sociedades armónicas si no tenemos paz interior y equilibrio en nuestra propia integridad”⁴¹ Cada uno de nosotros debe trabajar en sí mismo para luego generar cambios positivos en el exterior.

A la inteligencia emocional también se le denomina cociente emocional (CE), para ubicar “las emociones al frente de nuestro pensamiento en lugar de mantener un foco o preferencia, en el razonamiento intelectual. Sin embargo, no le dan importancia a la inteligencia emocional, ya que eligen desestimar su relevancia, debido a las implicaciones personales de la necesidad de cambiar el comportamiento. Desde que se popularizó por primera vez el término de

³⁹ Teruel, Anton. *Inteligencia Emocional para todos el Poder del Autoconocimiento*. México, D. F., Editorial Quarzo, 2004, 1ra. edición, p. 12.

⁴⁰ *Ibidem.* p. 11.

⁴¹ *Ibid.* p. 12.

inteligencia emocional, ha habido demasiada polémica así como diferentes conceptos de la misma, esto ha generado el que no haya sólo una interpretación.”⁴²

Para mí la inteligencia emocional tanto en las mujeres como en los hombres es la habilidad que tienen aunque de forma diferente cada uno de ellos de controlar sus emociones de acuerdo con la etapa de vida por la que van pasando, todas y cada una de sus experiencias van formándolos emocionalmente y sólo así adquieren la madurez en lo personal, académico, profesional y laboral, por ello es necesario como dicen los autores que desde la niñez se les desarrolle la inteligencia emocional.

El objetivo de los autores que estudian a la inteligencia emocional, es conocer el procedimiento más adecuado para aprender a ser más inteligente emocionalmente tanto en lo laboral como en lo personal, por lo tanto, se debe tener presente la autoconciencia y la práctica reflexiva necesarias para tener un mayor desarrollo emocional.

La inteligencia emocional es un tema relativamente nuevo “ha sido un elemento esencial en el moldeamiento de nuestra capacidad para interactuar unos con otros desde que los seres humanos nos comunicamos por primera vez.”⁴³ Este término se aplica a todos desde la niñez hasta la etapa adulta, así como en todas las profesiones y condiciones sociales; lo ideal es formar relaciones efectivas ya que es algo necesario si queremos ser exitosos en la vida, por lo que siempre tenemos que darle mantenimiento a la inteligencia emocional, ya que ésta forma parte de la conciencia del yo y del otro con la gestión reflexiva del comportamiento al tratar con nuestras propias emociones y las de otros.

A otros como, “John Mayer (Universidad de New Hampshire) y Peter Salovey (Yale) en la década de 1980 en sus estudios publicados sobre la interacción entre la emoción y la cognición se les atribuye la primera definición del término inteligencia emocional. En el caso del psicólogo estadounidense Edward Lee Thorndike, hace referencia a los rasgos de comportamiento, lo que ahora se le define como emocionalmente inteligente, usó el término

⁴² Childs, op. cit. p. 12.

⁴³ Ibídem. p. 15

inteligencia social unos sesenta años antes, cuando en 1920 describió la habilidad de interactuar de manera efectiva con otras personas, la esencia de ser emocionalmente inteligente. ”⁴⁴

Por otro lado, el Profr. Nicholas Humphrey, psicólogo británico le llamó inteligencia maquiavélica, es decir, la capacidad para el compromiso político exitoso con los grupos sociales, lo cual también podría interpretarse como ser emocionalmente inteligente su ensayo de 1975 “The social function of intellect hace referencia a una necesidad para el análisis de las habilidades sociales como una prueba de lo que describe como inteligencia de alto nivel, su artículo afirma que el ser humano ha evolucionado para ser psicólogo natural ya que se basa en sus propios modelos mentales para entender a otros. ”⁴⁵

Howard Gardner por su parte trabajó en 1975 el concepto de inteligencias múltiples incluyendo tanto una inteligencia interpersonal como una intrapersonal ambas asociadas con el concepto de inteligencia emocional. Como ya se ha dicho antes, la inteligencia emocional es un tema que se ha venido investigando desde hace poco “y el cociente de inteligencia (CI) no es la única medida de la inteligencia humana.”⁴⁶ Para este autor su principal objeto de estudio, son las emociones, se enfoca en el modelo de mente cognitivo-científica.

Hablando de fortalecer la inteligencia emocional en el niño se piensa que “la mayoría de las personas en algún momento de su vida, han enfrentado conflictos emocionales cuya influencia inconsciente afecta negativamente su desarrollo físico, mental y emocional. El objetivo de educar la inteligencia emocional es precisamente ayudar al individuo a superar esas situaciones negativas”⁴⁷ que antes ha enfrentado para tener finalmente la estabilidad emocional que le ayudará a desarrollarse mejor a lo largo de toda su vida.

Otros autores también coinciden en que la inteligencia emocional es una nueva concepción del cómo manejar los procesos emocionales, que rompe con los prejuicios negativos tradicionales en el tema y trata de aprovechar las emociones en positivo, esto va a suponer toda una novedad

⁴⁴ Ibid. p. 15

⁴⁵ Childs, op. cit. p. 16

⁴⁶ Ibídem. p. 16.

⁴⁷ GarDo, Karla, *Guía Práctica para Fortalecer la Inteligencia Emocional en el Niño.*, México, D. F, Editorial Trillas, 2010, contraportada.

en la cultura occidental, hasta principios del siglo XX que las emociones empiecen a jugar un papel activo en el desarrollo individual y social. Es decir aprender a utilizar la inteligencia emocional para influir y mejorar la eficacia de nuestro comportamiento.

Se cree que “la personalidad se relaciona con la inteligencia en el sentido de que representa el desarrollo emocional de la persona”⁴⁸ de igual forma el mundo de los sentimientos y las emociones, capacita mejor o peor al ser humano para estar de una manera adecuada en el mundo social.

Por otro lado, la inteligencia emocional trata de ver cómo la persona obtiene éxito personal, puesto que la vida tiene diversos aspectos en los que el ser humano pone en juego su complejidad como persona, este concepto se relaciona con la felicidad, la comunicación eficaz, la motivación personal para lograr objetivos.

El tener altas capacidades no garantiza el éxito, por tanto la inteligencia intelectual tiene mucho que ver también como todas las habilidades humanas y emocionales, estados de ánimo y sentimientos, son elementos fundamentales de la inteligencia emocional. De igual forma la inteligencia emocional está ligada al ámbito de la autoestima como es el pensar, sentir y hacer. El pensar tiene que ver con el mundo cognitivo. El sentir tiene relación con el mundo emotivo y de la conducta. En el caso de la personalidad está en función de los pensamientos, los sentimientos y las conductas.

A la inteligencia emocional también se le toma como una mejora y cambio en la vida teniendo higiene mental y emocional, esto ayudará a superar “los problemas cotidianos relacionados con la deficiente gestión de los sentimientos y de las emociones, con los contratiempos derivados de la inseguridad, la indecisión, las divagaciones mentales inoperantes, problemas que afectan al funcionamiento correcto del organismo y que, por tanto, pueden derivar en afecciones del sistema emocional o del propio cuerpo”.⁴⁹

⁴⁸ González Ramírez, José Francisco. *Inteligencia Emocional. La Manera Positiva de Manejar las Emociones*. Las Rozas, Madrid, impreso en España, 2003, p. 5.

⁴⁹ Genet, op. cit. p. 3.

2.2 Las emociones y su funcionamiento.

Las emociones son guía para enfrentar los momentos difíciles y tareas demasiado importantes para dejarlas sólo en manos del intelecto: los peligros, las pérdidas dolorosas, la persistencia hacia una meta a pesar de los fracasos, los vínculos con un compañero, la formación de una familia, en otras palabras, cada emoción ofrece una disposición definida de actuar, sobre todo en lo referente a que cada una nos señala una dirección que ha funcionado bien para ocuparse de los desafíos repetidos de la vida humana también se debe tener la capacidad para identificar el tipo y el significado del estado emocional en que estamos, porque esto ayudará a tener clara la relación entre los antecedentes de cada estado emocional, ya que cada estímulo nos produce una sensación diferente, y dado que las características del mismo nos dirán qué tipo de emoción nos produce, así como las consecuencias.

El hablar del “dominio de las propias emociones ha sido siempre un hecho muy valorado, aunque en las últimas décadas el raciocinio y el control cerebral han sido muy desprestigiados en nombre de la espontaneidad y de la libertad”⁵⁰ y no se hace referencia a la represión al equilibrio, es simplemente sentir las emoción de acuerdo con lo sucedido; en el caso de reprimir las emociones generaría ansiedad y el no ponerle un freno a ésta situación, se alterarían el equilibrio y el bienestar.

En términos comprensibles, me refiero a que hay que tener la habilidad emocional del autocontrol, tal como sucede con la emotividad negativa, siempre habrá acontecimientos que producen tristeza, enojo, frustración, sin embargo algunas de estas experiencias aportan enseñanzas sobre uno mismo y sobre lo que nos rodea contribuyendo así al equilibrio personal.

Lo importante del control de las emociones es, que no sean muy intensas ni demasiado prolongadas, hay que “buscar el equilibrio en los vaivenes de la vida es uno de los objetivos clave de la inteligencia emocional. Y una de sus habilidades fundamentales es aprender a calmarse”.ⁱ

⁵⁰ *Ibíd.* p. 37.

Tanto Margaritte Genet como Daniel Goleman, Jan Childs, Antón Teruel, Lorna Santín así como otros autores coinciden en que es necesario trabajar los diferentes sentimientos y emociones que manifiesta el ser humano; también estoy de acuerdo con ellos, ya que el individuo conforme va creciendo todas sus vivencias le van dando la madurez necesaria para seguir adelante e ir formando su personalidad así como su fortaleza emocional.

Las emociones desde el aspecto paterno se piensa que “significan sacrificios y son guías esenciales de todo ser humano, además cuando se trata de dar forma a nuestras decisiones y nuestras acciones, los sentimientos cuentan tanto como el pensamiento y a menudo más.”⁵¹

También se hace referencia a dos mentes, la emocional (siente) y la racional (piensa) ambas están en armonía en la mayoría de las ocasiones; cuanto más intenso es el sentimiento, más dominante se vuelve la mente emocional, y constantemente están en un ajuste, ya que el intelecto no actúa de manera eficiente sin la aplicación de la inteligencia emocional.

Las emociones negativas son malas para la salud ya que las personas que tienen un mal control de las mismas, llegan a adquirir enfermedades tales como asma, dolores de cabeza, problemas cardiacos y otros más; esto demuestra que las emociones perturbadoras son tan malas como el hábito de fumar o tener el colesterol elevado para los problemas cardiacos.

Esto indica que todo aquel que tenga sentimientos crónicos es más susceptible de adquirir una enfermedad; por lo que es necesario tener un mejor control emocional para moldear las áreas sensorias durante la primera infancia y el sistema límbico durante la pubertad, los lóbulos frontales -sede del autodomínio emocional, la comprensión y la respuesta ingeniosa- continúan desarrollándose en la última etapa de la adolescencia, hasta aproximadamente los 16 y 18 años de edad.

En el caso del niño va modelando sus emocionales a lo largo de su vida, sin embargo no todos aprenden a equilibrarlas, esto depende de “la falta de sintonía de un padre ensimismado o indiferente, o una disciplina brutal pueden dejar su huella en el circuito emocional.”⁵² Por otro

⁵¹ Goleman, op. cit. p. 22.

⁵² *Ibidem.* p. 263.

lado, también es importante que los padres hablen con su hijo acerca de sus emociones sin mostrarse críticos, sino resolviendo el problema como alternativa a los golpes, o al aislamiento cuando está triste.

Las emociones son experiencias subjetivas que sentimos y con frecuencia somos capaces de detectar estados emocionales en nosotros mismos y en los demás y que de alguna manera, “son las emociones las que nos -tienen- a nosotros, porque la emoción es un fenómeno que afecta a la totalidad de la persona es un estado global, de carácter psicológico, que es fruto de un gran conglomerado de fenómenos psicológicos complejos e íntimamente relacionados entre sí, y en el que puede encontrarse un sujeto en un momento dado de su vida”⁵³ en otras palabras, las emociones son una compleja combinación de procesos corporales, perceptuales y motivacionales los cuales ocasionan los diferentes estados psicológicos en la persona y pueden ser positivos o negativos de poca o mucha intensidad y de corta o larga duración.

Luego entonces, las emociones contribuyen al funcionamiento de la mente humana y a su vez esto nos lleva a orientar nuestro comportamiento; es decir, dirigir la relación que establece el individuo con su medio para sobrevivir y desarrollarse en él; “comprobaremos que se trata de observaciones, decisiones y acciones encaminadas a conseguir objetivos como el mantener nuestro bienestar físico y material, mejorar o mantener nuestra situación económica, obtener bienes y servicios que producen confort y placer, lograr el reconocimiento y el efecto de los demás, e intentar hacer lo que creemos que tenemos que hacer para sentirse bien con uno mismo.”⁵⁴

Se dice que la función del Sistema Motivacional es captar, interpretar, elaborar y transmitir en todo momento información en relación al estado en que se encuentran todas nuestras necesidades, es decir, que es la materia prima con la que trabaja nuestra mente y la que nos ayuda a darnos cuenta de lo que deseamos, necesitamos o tal vez lo que debemos evitar.

⁵³ Zaccagnini Sancho, José Luis. *Qué es Inteligencia Emocional, La Relación entre Pensamientos y Sentimientos en la Vida Cotidiana*, S. L. Madrid, España, Ed. Biblioteca Nueva, 2004, 1ra. edición, p. 57.

⁵⁴ *Ibíd.* p. 65

Las “emociones se generan en la mente producto del flujo de pensamientos que ésta contiene, además son energía que se desplaza por todo el cuerpo y fuera de él. El problema surge, principalmente, cuando no son expresadas y, por ende, se acumulan en el cuerpo;”⁵⁵ ocasionando bloques en distintas partes del cuerpo e impiden el flujo correcto de la energía y causan enfermedades físicas y mentales.

También se cree que el ser humano tiene en su cuerpo algunos centros energéticos que tienden a bloquearse con las emociones en conflicto, una vez que la mente genera un pensamiento cargado de emociones, éstas se distribuyen en todo el cuerpo y dependiendo de sus características y naturaleza tienden a incrustarse en un chakra en particular. Por ejemplo: la envidia lo hace en los genitales y a su alrededor, lo cual constituye el primer chakra, etc.

Muchas culturas antiguas como los hindúes han incorporado a sus creencias el manejo de los chakras, estos puntos representan el aspecto psíquico y corpóreo los cuales están situados como un canal de energía sutil que sube por la columna vertebral, esto representa el despertar espiritual de la persona, por lo tanto, el ser humano debe tener la capacidad de estar despierto a la realidad que vive, de lo contrario no se desarrollará ante la humanidad a la que pertenece.

Y otros más piensan, que los sentimientos y las emociones muchas veces hacen daño y perjudican al ser humano “tomar decisiones depende de nuestra voluntad, entender la realidad depende de nuestro intelecto, pero los sentimientos y las decisiones son más difíciles de dominar”⁵⁶ Si la carga emocional es positiva no tendremos problemas; pero las emociones negativas nos impedirán avanzar; por lo que es necesario averiguar cuando se trata de una emoción negativa, identificarla para manipularla y dominarla. De esta forma, se conseguirá caminar por la vida con más tranquilidad, sólo así, se evitará la aparición de muchos trastornos de salud a causa de la carga emocional negativa.

Ante cualquier sentimiento, “se producen una serie de reacciones orgánicas que todos conocemos y que pueden afectarnos en mayor o menor grado produciendo trastornos (úlceras,

⁵⁵ Teruel, op. cit. p. 21.

⁵⁶ Genet, op. cit. p. 16.

eccemas, taquicardias, hipertensión, etc.), tras examinar algunos trastornos causados por las emociones, los médicos diagnosticarán que el órgano afectado está perfectamente, pero que se está produciendo un mal funcionamiento causado por las emociones.”⁵⁷

En este caso hay que realizar un gran esfuerzo por ocuparse en otra cosa, ser consciente de que es una obsesión y que se debe rechazar, de lo contrario estas impresiones y pensamientos se fijarán en la mente si les damos demasiada importancia, por lo que se debe reflexionar fríamente sobre ellas, restarles importancia y olvidarlas a partir de ese momento.

Cuando se habla de la reflexión es necesario relacionar nuestras emociones, ya que con un poco de sentido del humor, esto ayudará a no exagerar y dominar las emociones negativas y dado que el ser humano tiene el control de sí mismo, por ello si él se decide podrá lograr su estabilidad emocional, lo anterior se refiere a que el ser humano debe tener autocontrol y voluntad de sus emociones, de lo contrario el problema aumentará y se convertirá en una situación demasiado difícil de erradicar y aparecerán más emociones negativas, como es el caso del remordimiento o la culpa; por esta razón la mente y la voluntad deben trabajar de distinta forma el rencor, el desaliento o el remordimiento hacia la felicidad.

Para controlar las emociones “en el caso de la ansiedad y la ira ya que son reacciones naturales que ponen sobre aviso de algún peligro se sugiere considerar lo siguiente:”⁵⁸

1. Identificar sus emociones y sus aspectos.
2. Detectar los pensamientos asociados a las emociones.
3. Identificar componentes de ansiedad asociada a la emoción.

Para controlar la ira hay que anteponer la calma por lo que se sugiere:

1. Cambio de emoción.
2. Técnicas de control emocional.

⁵⁷ *Ibidem.* p. 17.

⁵⁸ González, *op. cit.* p. 65-67.

Para controlar una emoción que nos causa problema se sugiere utilizar:

1. Técnica de pensamiento positivo.
2. Relajación muscular.
3. Técnica de ensayo mental.

También hay otras formas de “controlar las emociones.”⁵⁹

1. Hacer lo posible por evitar pensamientos y emociones negativas, pero si esto sucede es necesario cambiarlos por situaciones más agradables que nos proporcionen bienestar, lo que ayudará a relativizar la emoción negativa y a desecharla.
2. Habitarse a considerar lo sucedido de otro modo. Cualquier estímulo que produzca dolor, ofensa, etc. se puede analizar y encontrar en él por oculto que se encuentre, alguna enseñanza positiva. Siempre la habrá, y se debe seguir adelante.
3. Identificar y modificar la idea que perturba. A veces se desconoce el origen de un sentimiento, por lo que, se tiene que investigar y en ocasiones es bueno hablar con un amigo o un especialista, para saber qué nos está produciendo ese estado de ánimo.
4. Cuando se sale la causa perturbadora del ánimo, se analiza y luego se le quita importancia; en otras palabras se debe desdramatizar y relativizar y además darle un poco de sentido del humor.
5. Se deben modificar los sentimientos negativos, aunque a veces permanece la preocupación, tristeza, rabia o cualquier otro sentimiento negativo; por lo que es necesario profundizar en la emoción negativa, comprender cómo se formó y cambiarla. Si el pensamiento era de odio, llenar nuestra mente de amor hacia algo o alguien; si

⁵⁹ Genet, op. cit. p. 18 - 20.

era tristeza, pensar en situaciones de alegría; si era temor, pensar en circunstancias en las que se haya un sentido seguro. El poder de los sentimientos opuestos es muy equilibrador e higiénico, y evitará que siga arraigando en la mente el malestar.

6. Es necesario apoyarse en el ejercicio, de preferencia practicar la relajación. La práctica del ejercicio físico favorece para que el organismo produzca ciertas sustancias en el cerebro que generan una sensación de optimismo y bienestar, que ayudará a relativizar las fijaciones y obsesiones negativas.

2.3 El impacto emocional.

El objetivo de hablar del impacto emocional, es mostrar los síntomas que caracterizan a estas emociones intensas en el ser humano como el amor, la tristeza, la ira, la alegría, la felicidad, la angustia de perder a alguien a quien queremos mucho, el resentimiento; emociones como éstas dejan huella en nuestra vida, muchas veces a causa de la falta de respeto o agresiones de algunos seres humanos a la gente indefensa emocionalmente, por eso es necesario que en todo momento trabajemos con el respeto, la amabilidad y la compasión.

En el caso de las emociones negativas incluyen: furia de celos, culpa, depresión y tristeza, en otras palabras aunque la ira y el temor se perciben por lo general como emociones “negativas” con consecuencias fisiológicas asociadas, sobre todo en lo referente a las circunstancias también se podrían describir como “positivas”, en términos comprensibles me refiero a que se pueden convertir en emociones positivas, tal como sucede con “la ira por la injusticia que provoca una acción para enfrentar a los perpetradores en una forma constructiva, entonces podemos usar lo que puede verse como una emoción negativa para un efecto positivo”,⁶⁰ esto se puede dar a través de una imagen o de nuestra interacción con los demás y debemos ser capaces de darnos cuenta de nuestros sentimientos negativos a tiempo, para manejar de forma más productiva y constructiva nuestras respuestas emocionales.

⁶⁰ Childs, op. cit. p. 31.

Se piensa que “el impacto del dolor de una relación rota incluso se reconoce en Alemania como una condición casi médica”⁶¹ con síntomas reconocibles como palpitaciones, náusea y comportamiento irracional, por ello las emociones son fundamentales en la vida del ser humano, ya que sus consecuencias afectan a todos. Mientras otros son capaces de justificar su desacuerdo con los hechos que presentamos, nuestros sentimientos y emociones, si elegimos compartirlos no pueden ser rebatidos. Asimismo, el impacto emocional también contempla las emociones positivas y negativas, pues éstas nos llevan a darnos cuenta si nuestro comportamiento es provechoso o dañino y así poderlas cambiar para bien de uno mismo.

En el caso de la felicidad aunque parece obvio que es una emoción positiva, ya que se relaciona con la alegría, el amor, la esperanza y el optimismo, también es necesario señalar en particular que la compasión y la empatía tienen efectos psicológicos y fisiológicos benéficos, en términos comprensibles me refiero a que hacen una contribución positiva en la vida del ser humano, tal como sucede con la alegría y el amor que se puede dar a través de una expresión verbal.

Por lo tanto, las emociones de uno mismo y de los demás impactan en cada aspecto de su propia vida, ya que las emociones dirigen los estados de ánimo de cada ser humano reflejándose en su autoestima y en consecuencia con sus interacciones con los demás en el trabajo, en el hogar y en la sociedad. Esto también se refleja en el nivel de motivación surgiendo el deseo o la negativa de hacer las cosas.

2.4 Emociones, intuición y toma de decisiones son aspectos básicos en el ser humano.

Cuando hablamos de las emociones “no sólo se relacionan con nuestro bienestar fisiológico y psicológico, sino también con nuestra toma de decisiones y desempeño”⁶², ya que se supone que muchos de los desarrollos cognoscitivos más hábiles son intuitivos y son tan efectivos como aquellos que siguen a un análisis detallado.

⁶¹ *Ibidem.* p. 33.

⁶² *Ibidem.* p. 36

Luego entonces, la toma de decisiones intuitiva, significa que el cerebro procesa rápidamente los datos, sobre todo en lo referente a hacer juicios con poca información, en términos comprensibles me refiero a estar en piloto “automático”; tal como sucede con otro término para la toma de decisiones intuitiva diseñado por Malcolm Gladwell, dice que “es la capacidad de nuestro inconsciente de encontrar patrones en situaciones y comportamientos basados en rebanadas muy delgadas de experiencia”⁶³.

Por lo tanto, se supone que el uso correcto de nuestro instinto es importante para el logro de resultados positivos, tanto en lo personal como lo profesional, por lo que todo depende del equilibrio apropiado entre procesos de pensamiento deliberados e instintivos, “afinar y usar el pensamiento intuitivo en un nivel más consciente puede ayudar a tomar decisiones más efectivas y en consecuencia a ser más inteligente emocionalmente.”⁶⁴

Aunque Childs dice que la intuición es una herramienta más para determinar qué es lo que se desea, no estoy de acuerdo con él en darle tanta importancia a ésta en cuanto a las decisiones relevantes de nuestra vida, ya que hay otras vías de cómo llegar a una determinada decisión de acuerdo a cada problemática.

⁶³ Ibid. p. 37.

⁶⁴ Childs, op. cit. p. 37-38.

Capítulo 3. Fisiología de Respuestas Emocionales.

Este capítulo tiene la intención de argumentar cómo es que el organismo del ser humano a diario pasa por diferentes cambios emocionales tanto positivos como negativos, por lo que se tiene que estar consciente que las emociones son sentimientos que afectan al pensamiento, así como a la voluntad y el estado psicofisiológico, originando en algunas ocasiones reacciones que alteran al individuo en general.

Cuando se experimenta una emoción profunda el ser humano presenta algunas de las siguientes reacciones: el sentir como una corriente eléctrica en la piel, aumento de presión arterial, respiración acelerada, reacciones cutáneas, entre otras, así como cambios en la expresión facial, esto se presenta de acuerdo al grado de intensidad de la emoción. Por consiguiente, “cuando la persona tiene una fuerte descarga emocional y no logra controlarla, se ocasiona un trastorno fisiológico.”⁶⁵

Por lo tanto, no hay que olvidar que las emociones son impulsos para actuar y cada una de ellas desempeña un papel único y prepara al cuerpo para una diferente forma de respuesta; por eso es necesario utilizar las diferentes estrategias fundamentadas en la inteligencia emocional para guiar a los niños, ya que se hace necesario que ellos maduren emocionalmente desde la escuela.

3.1 Estrategias para la enseñanza de la inteligencia emocional.

A continuación se mencionan “algunos aspectos que es necesario tomarlos en cuenta para la formación emocional de los niños.”⁶⁶

1. Para enseñar la inteligencia emocional a los niños primero hay que tener calma; uno no se debe de enojar no sirve de nada. Cuando los hijos ven a sus padres o al docente gritar, ofender o golpear, es imposible enseñarles o pedirles que se controlen.

⁶⁵ Rodríguez de Ibarra, Diana. *Las 3 Inteligencias: Intelectual, Emocional y Moral. Una Guía para el Desarrollo Integral de nuestros hijos*. Editorial Trillas, 1ra. edición, impreso en México, D. F. sep. 2007, p. 73.

⁶⁶ *Ibidem*. p. 85-86.

2. El ponerles música relajante por la mañana y cuando se van a dormir les va a ayudar, pues la música clásica les crea una sensación de orden y paz y se van a relajar.
3. Controlar el tono de voz al dirigirse a los niños asegura buenas respuestas.
4. Acostumbrar a los niños a decir las palabras “gracias”, “por favor”, ¿me disculpas?
5. Se debe tocar las manos o brazo de sus hijos cuando les diga algo, esto da la pauta para hablarles con mayor suavidad.
6. Enseñarles que para calmarse cuando están enojados deben respirar profundamente varias veces repitiendo al mismo tiempo “me puedo calmar”.
7. Invitar a los niños a que aprendan a tranquilizarse, a que estén más tiempo callados y sin moverse, y a los ganadores premiarlos con pequeños estímulos. También se puede utilizar este método cuando resolvió bien algún problema o algo que considere debe premiársele.
8. Tener un lugar especial para sentar a los niños cuando se pelen o pierdan el control, y decirles que ahí van a estar mientras que piensan en lo que hicieron mal, pero pueden pararse si dan una disculpa, y decirles que esto no es un castigo, es una oportunidad para pensar bien, si se resisten a quedarse en ese lugar advertirles que en ese caso si habrá castigo por negarse a pensar bien.
9. Decirles que la ira es perjudicial para su salud.
10. Mediante un chiste o una broma provocarles la risa para disipar los momentos de tensión.

11. Aprovechar los momentos de descontrol de otras personas para que los niños reflexionen sobre mejores formas de solucionar sus propios problemas.
12. Mostrarles cariño con abrazos y besos cuando pongan de su parte para controlar sus emociones.
13. Enseñar a los niños a contar hasta 10 antes de decir o hacer algo cuando están enojados.
14. Decirles sobre lo dañino que es golpear a los demás y que eso significa que tienen poco control de sus emociones.
15. Cuando es otra persona la que los quiere dañar, enseñarles a defenderse con palabras para evitar la agresión física, por ejemplo, detener al atacante y al mismo tiempo con voz firme y fuerte decir: “no me molestes” o bien, “no me agredas”, y enseguida retirarse del agresor.

3.2 Ayudar al niño a controlar el temor y la ansiedad.

Estoy de acuerdo con Rodríguez de Ibarra D., el proceso para ayudar a controlar el temor y la ansiedad de un niño, es observando su conducta para ver sus reacciones y explicarle del porqué de las cosas; otra forma es que la pareja sea discreta y evite pelear frente a su hijo, esto le dará al pequeño mayor tranquilidad.

También es necesario permitirle ciertas conductas inmaduras para darle tiempo de que adquiera seguridad en él mismo y explicarle lo que sucede dándole un sentido lógico de la situación; tampoco se le debe de ridiculizar ya que él se siente ofendido y en lugar de reforzarle su carácter, esto le hace sentir humillado y se aleja de las personas más importantes para su seguridad.

Por lo tanto, además de brindarle seguridad al niño se le tiene que dar fundamentos conductuales como caricias afectivas, pensamientos positivos y rituales como la repetición de

palabras en los momentos de temor o ansiedad como “-yo puedo ser valiente- o -todo va a estar bien- hay que tener presente que los temores son parte del desarrollo, sin embargo, es necesario apoyarlos para que los superen sin dejar huella”.⁶⁷

3.3 Control y refuerzo de la ira.

Cuando se habla del control de la ira es que se está aplicando la inteligencia emocional, pero sin reprimir, “controlar es ser consciente del estado de enojo y tener la voluntad de manejarlo antes de que nos maneje”⁶⁸ y evitar que le afecte al niño, sólo así se dará una solución a esta situación. Para reforzar el control de sus emociones es necesario que los padres sean autocontrolados ya que es imposible pedirle al niño que no grite o se controlen cuando los que lo guían no saben manejar los conflictos con tranquilidad.

La ira es una emoción caracterizada por fuertes sentimientos de desagrado originados por problemas reales o imaginarios. La ira es una reacción violenta de breve duración desencadenada por alguna frustración cuando se prohíbe, se niega o no se alcanza algo que se desea. Se manifiesta en forma extrema con furia, palabras ofensivas, golpes. El niño se tira al suelo y se retuerce, además de perder el contacto con el ambiente y no escuchar ni aceptar algo. Es necesario que el niño tenga el hábito de practicar ejercicio para prevenir y desahogar cualquier descontrol de las emociones. Cuando estas formas de autocontrol, se hacen propias, la persona se muestra más calmada, más alerta y con más disposición a enfrentar los problemas. Cuando un niño se muestra violento, lo importante es ayudarlo a calmarse, lo cual puede hacer de la siguiente manera:

- Identificar y satisfacer sus necesidades.
- Cargarlo y abrazarlo con fuerza y hablarle suavemente al oído.
- Sacarlo del lugar y llevarlo al aire libre si el clima lo permite, o a un lugar más tranquilo.

⁶⁷ Ibid. p. 77.

⁶⁸ Rodríguez de I. op. cit. p. 80.

- Cuando se empiece a calmar distraerlo utilizando un juguete.
- Evitar que se vuelva a producir ese estado atendiéndolo a tiempo.

¿Cómo ayudar a controlar la ira en el niño?

- No burlarse del niño y no permitir que los demás lo hagan, no regañarlo en ese momento.
- Tomarlo de los hombros y pedirle que respire profundo.
- Abrazarlo y decirle “tranquilo, todo está bien”.
- Reconocerle el sentimiento y “decirle: Sé que estás muy enojado pero ...”
- Después de calmarse invitarlo a platicar sobre su coraje, y conducirlo a la plática de tal modo que reflexione de qué manera puede evitar estallar, ya que ésta no es la forma de arreglar las cosas.
- Decirle que todos se enojan en alguna ocasión, pero debe aprender a controlarse.
- No concederle nada para que se contente, por el contrario, si el enojo fue por el retiro de un privilegio, indicarle cómo puede recuperarlo.
- Sugerirle que se lave la cara y que regrese a sus actividades.

3.4 Educar a los hijos para controlar las emociones con calma y serenidad.

Para educar a los hijos se tiene que crear un ambiente de tranquilidad y uno de los principales factores es el ejemplo. El ser un buen modelo es el comienzo, sin embargo se tiene que combinar “con otras estrategias que aseguren que les estamos enseñando a los hijos a desarrollar la inteligencia emocional. La única forma de evaluar este tipo de inteligencia es a través de la observación de la conducta.”⁶⁹ El no controlar las emociones es tener poca habilidad en el aspecto emocional. Por lo tanto, ser un buen modelo es el mejor comienzo y también es necesario combinarlo con otras estrategias que aseguren que se les está enseñando a los niños a desarrollar su inteligencia emocional.

⁶⁹ Ibid. p. 84 y 85.

3.5 El miedo en los niños.

“Los niños no tienen la experiencia de los adultos ni los recursos para defenderse en muchas situaciones difíciles”.⁷⁰ Cuando son pequeños no distinguen con claridad qué es real y qué no lo es, y eso les lleva a temer por cosas que en realidad no les genera ninguna amenaza.

Se cree que “los tres miedos más frecuentes en los niños son:”⁷¹

- ❖ Miedo a los animales.
- ❖ Miedo al daño físico.
- ❖ Miedo a la separación con su madre.

Estos miedos son normales y forman parte del desarrollo emocional y cada etapa evolutiva lleva consigo misma un tipo de miedo diferente, conforme el niño crece supera los miedos de la etapa anterior pero tiene que enfrentar a otros, ya que en el nuevo estadio hay más exigencias y problemas que tiene que resolver.

Entre los 9 y 12 años se adquieren más conocimientos de la realidad del mundo a través del entorno que lo rodea incluyendo los medios de comunicación, esto le permite avanzar en las etapas de maduración; pero en el caso de llegar a tener contacto con algún compañero de la escuela que su mamá y su papá estén separados, esto le afectará pues cuando él presencie discusiones en su familia tendrá el temor de que sus padres se divorcien.

¿Cómo ayudarlos a vencer el miedo?⁷²

- No ignorar ni desentenderse del miedo de su hijo, tampoco se le debe mentir, por ejemplo, diciéndole que una inyección no le dolerá.

⁷⁰ Pérsico, Lucrecia. *Guía para la Inteligencia Emocional*, editorial Libsa, 2012, impreso en España, Madrid, 1ra. edición. p. 277.

⁷¹ *Ibidem*. p. 277.

⁷² *Ibid.* p. 279.

- No reírse de sus temores; para los niños son muy serios y esa actitud no le ayudará.
- No obligarlos a ser “valientes”, a enfrentarse súbitamente con lo que teme, ya que puede generarle un miedo aún mayor; exhórtelo a que lo enfrente poco a poco.
- No le transmita sus propios miedos, por ejemplo: a los animales, a la gente mala que hay en el mundo, etc.
- No ridiculizarlo, ni decirle cobarde; no compararlo con otros niños excepto para demostrarle que él también lo puede hacer ya que no hay peligro. La desvalorización sólo lo va a perjudicar más.

¿Qué hacer ante los miedos infantiles?

Nunca se debe amenazar a los niños con monstruos imaginarios o cosas similares para que obedezcan, la única autoridad que puede castigar es el padre o la madre, además es importante no burlarse, negar o minimizar el miedo que los niños puedan experimentar, por lo que se les tiene que explicar que esos monstruos no existen; además hay que permitirles que se expresen, se les debe escuchar y además confortarlos.

También hay miedos específicos, como el miedo a la oscuridad, según las estadísticas, lo padecen uno de cada tres niños, esto se da hasta los nueve años y después desaparece; hay que decirles que piensen en cosas agradables para que distraigan su mente con algo positivo hasta que logren conciliar el sueño.

Los miedos escolares al contrario de lo que sucede con los miedos infantiles propios de la evolución, aumentan con la edad por ejemplo; cuando a los niños se les deja en la escuela y se van los padres les da terror, pero comprenden que después de un tiempo volverán a estar en casa.

A medida que crecen, los temores se centran en las notas, en el posible fracaso escolar, con el temor de ser rechazados por sus iguales o en sufrir agresiones físicas. Los niños a menudo se amenazan entre sí con frases como “te mataré”, pero pocos tienen el grado de madurez emocional como para comprender que eso no es más que una agresión verbal sin fundamento. En el caso de que los niños se nieguen a ir a la escuela, es necesario interrogarlos acerca de sus posibles miedos para ayudarles a superarlos mostrándoles que cuentan con la protección de sus padres.

Con respecto a los temores frente al fracaso académico, es necesario indagar si hay materias que no comprenden o si están pasando por una etapa extrema de ansiedad que les impida concentrarse; una vez sabiendo lo que sucede, se les ayudará para que aprendan a controlar sus emociones. Lo que no se debe hacer es permitirles quedarse en casa en lugar de ir a la escuela. Si tiene problemas con algunos compañeros es necesario hablar con el docente o con el director de la escuela, y si su mayor problema es el miedo a los exámenes hay que ayudarles en las materias que tienen problemas.

Ansiedad y fobia.

La ansiedad es el síntoma fisiológico del miedo, cuando el niño está apegado a sus padres es más propenso a mostrar trastornos de ansiedad. Otra de las razones del origen de la ansiedad es, el no sentirse aceptado por sus padres, el miedo a perderlos. Sin embargo, se pueden detectar estos problemas, también si se observa en el niño irritabilidad, aparición de los síntomas de ansiedad, morderse las uñas, dificultad de concentración, esto causado por amenazas que no son reales, el preguntar constantemente si lo que está haciendo es correcto, etc. La empatía de los padres puede ayudar a descubrir éstos problemas que tienen sus hijos a menudo los detonantes son: traslado a otra casa, cambio de escuela, separación de los padres, etc. El ser accesible con los niños, les permite a los padres tener las pautas para ayudarles a buscar el estímulo que ha disparado la respuesta inicial; muchos niños que sufren de ansiedad reaccionan mostrando rebeldía y comportamientos inadecuados.

Con respecto a las fobias son los miedos no superados al pasar de una etapa a otra y si no se les pone un remedio, puede seguir con el miedo a lo largo de toda la vida, por lo que si los padres

sospechan la presencia de un trastorno fóbico, “debido a la incapacidad y disminución de la calidad de vida que las fobias producen, es importante tratarlas cuanto antes, ya que, de no hacerlo así, pueden mantenerse durante la vida adulta.”⁷³ A continuación se describen algunas de ellas.

- Las explicaciones, por externas que sean, no le sirven para superar ese miedo específico.
- El niño no controla el miedo a voluntad.
- El miedo no se corresponde con la edad del niño.
- La situación que desencadena el ataque de miedo es desproporcionadamente pequeña en comparación con la reacción que desencadena.
- El miedo que el niño padece afecta a otras áreas de su vida; le obliga a privarse de actividades o cosas de las que, normalmente, hubiera disfrutado.

3.6 Ejercicio para ayudar a superar la ansiedad.

Como ya se dijo antes, si el niño se muestra ansioso, es porque hay una o varias razones que lo atemorizan y la mejor manera de ayudarlo es enseñándole a controlar la ansiedad. Cuando se observa que su hijo lleva varios días nervioso se debe platicar con él en un clima tranquilo, y comentarle que se le ve nervioso y preocupado, por lo que se le debe ofrecer la ayuda sin importar lo que haya hecho, y pedirle que diga la verdad pues esto le aliviará.

Hay que tener presente que es propio de la ansiedad encadenar un problema con otro, normalmente imaginario; si lo hace, ayúdele a ver cómo esos problemas imaginarios no son importantes ni están presentes. Oriéntelo para que encuentre el principal desencadenante que ha desatado su crisis.

⁷³ Ibid p. 282.

3.7 La importancia de fortalecer la inteligencia emocional en los niños.

El objetivo de este punto, es saber porque es importante que el niño fortalezca su inteligencia emocional para ayudarlo a saber que hay opciones diversas para que él supere las situaciones negativas por las que está pasando en su vida familiar, su entorno y la escuela. Por lo tanto, es importante que al niño se le recuerden algunas situaciones bellas para que sienta tranquilidad, fortaleza, alegría y una vida plena.

Lo más importante en la vida del niño son “las herramientas heredadas por los padres y adultos significativos en su vida para los eventos posteriores; si desde pequeños fortalecemos todas sus capacidades los estamos preparando para la vida misma”⁷⁴ esto comprueba que se puede ayudar al niño para que cuando se le presente algún problema sepa resolverlo.

Tanto el docente como los padres le resuelven los problemas al niño inconscientemente, ya que él recibe el mensaje de -no te preocupes yo lo resuelvo-, ya que con ello se limitan las capacidades del niño, y dado que no se le da la oportunidad del autoconocimiento de sus fortalezas, no se les permite trabajar con el aspecto básico de la inteligencia emocional, que es la tolerancia a la frustración. Por eso es importante que solo se le asista para que él resuelva el problema a través de su autoexploración y desarrolle por si mismo sus capacidades intelectuales.

En ocasiones también la falta de situaciones didácticas flexibles en el aula no le ayuda al niño a tener un mejor aprendizaje, y la escasa motivación para explorar nuevos aprendizajes trae como consecuencia el que no desarrolle sus potencialidades y finalmente tenga dificultad para desempeñarse eficientemente en el aula.

Si las estrategias y propuestas no fueran compartidas por los niños, entonces habría menos sugerencias de cómo encontrar las respuestas a los problemas planteados en clase. Por el

⁷⁴ GarDo, op. cit. p. 24.

contrario, si las estrategias son compartidas, además el docente propone ayuda en voz alta, por lo tanto se concluye, que el estudiante tendrá un desarrollo integral potencializado día a día.

Por lo tanto, es importante dar proyección “a los aprendizajes de nuestros niños al mismo tiempo que se fortalecen todas sus capacidades, pero sobre todo estar ubicados y contextualizados en el aprendizaje actual, de los niños de hoy, esos pequeñitos que a diario reciben muchos estímulos, tanto auditivos como visuales, y que requieren esa continuidad en las escuelas para preservar el interés y con ello descubrir su inteligencia predominante para orientar sus aprendizajes y hacerlos felices.”⁷⁵

⁷⁵ Ibídem. p. 26.

Capítulo 4. Características del Niño de 9 A 11 Años.

Este capítulo surgió de la necesidad de conocer algunas características de los niños entre 9 y 11 años de edad, ya que es cuando estudian el 5to. y 6to. año de primaria, esto ayudará al docente y sabrá cómo son en esa etapa tanto en el cambio físico, como en lo cognitivo e intelectual y mejore así su relación docente-alumno.

La niñez es un período por el que pasa todo ser humano desde que nace hasta la adolescencia, en esta etapa el niño va a adquirir muchas habilidades en lo físico, emocional, psicológico, social, etc. Es una etapa en la que surgen diferentes sentimientos, dudas, confusiones así como muchos aprendizajes de su familia, después en la escuela, de sus amigos.

4.1 El Desarrollo del lenguaje.

El desarrollo del lenguaje es uno más de los factores de relevancia que tienen que dominar los niños para el logro de un mejor aprendizaje, además de ser un fenómeno social que se utiliza para comunicarse entre sí; en el caso de los niños aprenden la lengua que escuchan en su ambiente.

Cuando los niños estudian en la escuela primaria adquieren las estructuras más complejas del lenguaje y se inicia la construcción de textos orales amplios y coherentes como la narración. La estimulación que los niños reciben de su ambiente y de las personas que los rodean fortalecerán su aspecto emocional y cognitivo, esto les permitirá lograr un mejor desarrollo en el lenguaje.

También se piensa que para desarrollar el lenguaje, “son necesarias las reglas del lenguaje para establecer la relación entre todas las formas lingüísticas, ya se trate de sonidos, elementos con significado, o de alguna combinación de estos elementos. También se le puede definir como un código socialmente compartido, o un sistema convencional, que sirve para representar

conceptos mediante la utilización de símbolos y de combinaciones de éstos y que están regidas por reglas.”⁷⁶

El lenguaje transmite un pensamiento y al extinguirse la lengua se pierde una parte esencial de la naturaleza humana, “esto es complejo y a la vez dinámico pues se utilizan símbolos convencionales de diferentes maneras para el pensamiento y la comunicación. Asimismo, es un código compartido que permite a sus usuarios transmitir ideas y deseos de comunicación. Por tanto, el lenguaje sólo tiene un propósito que es el de servir como código de transmisión entre las personas.”⁷⁷

El desarrollo del lenguaje por su complejidad es un elemento decisivo en el estudio del desarrollo humano, para Piaget “es posible sostener que el pensamiento es anterior al lenguaje, el lenguaje por sí solo no basta para explicar el pensamiento, porque las estructuras que lo caracterizan tienen su raíz en la acción y en mecanismos motosensoriales más profundos que la lingüística.”⁷⁸

4.2 El desarrollo como cambio de las estructuras del conocimiento.

Piaget “pensaba que todos, incluso los niños; comienzan a organizar el conocimiento del mundo en lo que llamó esquemas. Los esquemas son conjuntos de acciones físicas, de operaciones mentales, de conceptos o teorías con los cuales organizamos y adquirimos información sobre el mundo”⁷⁹. El niño conoce su mundo por medio de las acciones físicas que realiza, en el caso de un niño más grande ya puede realizar operaciones mentales y usar sistemas de símbolos, como es el caso del lenguaje; conforme va creciendo mejora su capacidad de emplear esquemas complejos y abstractos que le permiten organizar su conocimiento.

⁷⁶ E. Owen, Robert, J. *Desarrollo del Lenguaje*. 5ta. edición, revisión técnica, José Antonio Carranza Carnicero, Ed. Pearson, Prentice Hall, impreso en España, 2006, p. 5.

⁷⁷ *Ibíd.* p. 12.

⁷⁸ S. Dale, Philip. *Desarrollo del Lenguaje. Un Enfoque Psicolingüístico*. Editorial Trillas, impreso en México, 1992, p.298.

⁷⁹ GarDo, op. cit. p. 103.

Mecanismos del Desarrollo.

El desarrollo cognoscitivo, son los cambios en la estructura cognoscitiva o esquemas del niño a lo largo de su desarrollo e intervienen cuatro factores:

- Maduración de las estructuras físicas heredadas.
- Experiencias físicas con el ambiente.
- Transmisión social de información y de conocimientos.
- Equilibrio.

“El equilibrio es un concepto original en la teoría de Piaget, y designa la tendencia innata del ser humano a mantener en equilibrio sus estructuras cognoscitivas”⁸⁰, es decir que es una forma de conservar la organización y la estabilidad del entorno a través de un proceso mental.

4.3 Teoría del desarrollo cognitivo de Piaget.

La teoría de Piaget se basa en los aspectos biológico, lógico, psicológico, y capacidades cognitivas del ser humano de un modo empírico. Se ocupó en sí de la concepción de la infancia, no como una etapa imperfecta, sino como un estadio distinto al del adulto en el que predominan intereses diferentes. La función biológica de la conciencia, así como de la importancia de la inteligencia y sus funciones.

Para Piaget los niños atraviesan diversas fases tanto desde el punto de vista intelectual como moral. “En cuanto a lo intelectual va desde el pensamiento autista, completamente

⁸⁰ *Ibíd.* p. 104.

autorreferencial e incommunicable hasta el pensamiento lógico y socializado, que pasa por lo egocéntrico que es autista en su estructura aunque social en su función.”⁸¹

Los niños “se comportan como “pequeños científicos” que tratan de interpretar el mundo. Tienen su propia lógica y formas de conocer, las cuales siguen patrones predecibles del desarrollo conforme van alcanzando la madurez e interactúan con el entorno. Se forman representaciones mentales y así operan e inciden en él, de modo que se da una interacción recíproca”⁸²

Etapa de las Operaciones Concretas (de 7 a 11 años).

Se consideró la etapa de las operaciones concretas que abarca de 7 a 11 años, ya que dentro de este período están las edades de 9 a 11 de las cuales el docente que asista al taller en cuestión debe tener conocimiento ya que es cuanto el niño está cursando el 5to. y 6to. año de primaria.

La Tercera etapa de la teoría del desarrollo cognitivo, es la que se refiere a las Operaciones Concretas, el niño en esta etapa es práctico y está entre las edades de 7 a 11 años; el niño aprende las operaciones lógicas de seriación, de clasificación y de conservación. El pensamiento está relacionado con los fenómenos y objetos del mundo real.

“Durante los años de primaria el niño empieza a utilizar las operaciones mentales y la lógica para reflexionar sobre los hechos y los objetos de su ambiente”⁸³. Esta habilidad de utilizar la lógica y las operaciones mentales le permite enfrentar los problemas de forma más ordenada lo

⁸¹ Rodríguez Garrido, Esteban; Larios de Rodríguez, Berenice. *Teorías del Aprendizaje. Del conductismo Radical a la Teoría de los Campos Conceptuales*. Bogota, Colombia, Actualización Pedagógica Magisterio, 1ra. Edición, 2006, impreso en Colombia, p. 87.

⁸² L. Meece, Judith. *Desarrollo del Niño y del Adolescente para Educadores*, México, D. F., Editorial Mc Graw Hill, Interamericana editores, S. A. de C. V., 1ra. edición en español, 2000, p. 101.

⁸³ *Ibidem*. p. 111.

que no ocurre con los niños cuando están en la etapa preoperacional; en esta etapa de las operaciones concretas su pensamiento muestra menor rigidez y mayor flexibilidad; el niño sabe que las operaciones pueden invertirse o negarse mentalmente, esto significa, que puede regresar a su estado original un estímulo, por ejemplo: el agua vaciada en una jarra de pico, con sólo invertir la acción.

El niño de primaria puede observar varias características a la vez del estímulo, en lugar de concentrarse en algo fijo, por lo que aprende a sacar conclusiones objetivas de lo que está observando, finalmente en esta etapa ya no basa sus juicios en la apariencia de las cosas.

A continuación se describen tres tipos de esquemas que le sirven al niño para organizar e interpretar el mundo durante la etapa de las operaciones concretas y son: Seriación, Clasificación y Conservación.

Seriación.

“La Seriación es la capacidad de ordenar los objetos en progresión lógica; por ejemplo, del más pequeño al más alto. Es importante para comprender los conceptos de número, de tiempo y medición”⁸⁴. En el caso de los niños de primaria pueden ordenar los conceptos de tiempo a partir de una medida creciente o decreciente, por ejemplo 20 minutos son menos que 200 pero más que 2; para resolver los problemas de seriación, el niño tiene que aplicar además de la seriación la regla lógica de la transitividad, es decir, que a mayor edad aprende a construir mentalmente relaciones entre los objetos, ya que tiene la capacidad de distinguir las características entre dos o más objetos.

Clasificación.

Es la forma en la que el niño introduce orden en el ambiente al agrupar las cosas y las ideas a partir de elementos comunes, esta habilidad es indispensable para aprender las operaciones concretas. A partir de esta forma de organización surgen dos tipos de sistemas más de clasificación que se llaman clasificación matricial y se da en la etapa preescolar y la clasificación jerárquica se adquiere en el 5to. y 6to. de la escuela primaria; ésta última el niño la

⁸⁴ Ibid. p. 112.

utiliza para organizar la información de las materias que le imparten, por ejemplo: “en el sexto grado deben saber que la materia se compone de moléculas y que cada molécula está constituida por átomos, los cuales contienen varias unidades de protones, electrones y neutrones”⁸⁵. También deben entender los conceptos numéricos.

Conservación.

La conservación se dice de un objeto cuando permanece idéntico a pesar de los cambios superficiales de forma o de aspecto físico, en esta etapa el niño ya tiene la capacidad de razonar sobre los problemas de conservación que se dan durante el lapso de las operaciones concretas.

Durante esta etapa de las operaciones concretas, el niño no basa su razonamiento en el aspecto físico de los objetos. Reconoce que un objeto transformado puede dar la impresión de contener menos o más de la cantidad en cuestión, pero que tal vez no la tenga. Es decir, las apariencias a veces resultan engañosas.

4.4 El Desarrollo Intelectual.

Es la base fundamental de la adquisición de habilidades cognitivas con las que cuentan los niños para su rendimiento escolar, por eso es importante mencionar al desarrollo intelectual, ya que los niños al ir madurando van desarrollando sus sentimientos y emociones y esto les ayuda a lograr un mejor equilibrio emocional y a su vez un mayor rendimiento escolar.

La inteligencia es el conjunto de aptitudes (aprendizajes, memoria, razonamiento, lenguaje, etc.) que permite al ser humano adaptarse al mundo que le rodea y solucionar sus problemas con eficacia, utilizando relaciones, se resolvería si siempre se presentaran dos factores, que se establecen para el desarrollo intelectual: el biológico-hereditario y el ambiental. Diversas investigaciones han establecido que si bien los dos son importantes, el último es determinante ya que puede permitir el incremento de las capacidades intelectuales o reducirlas.

⁸⁵ Meece, op. cit. p. 114.

El ser humano a lo largo de su vida aprehende muchas cosas y las almacena dentro de su cerebro como representaciones mentales, porque se ayuda a través de un proceso psíquico del pensar, ya que sigue varios pasos que son fundamentales y dado que la sensopercepción, es esencial por su representación sensible o imágenes, por ello un buen aprendizaje se reflejará en la representación mental.

También se le considera a la inteligencia como una tendencia a distinguir una cosa de otra apreciando sus diferencias. Los tipos de inteligencia son las capacidades para abstraer clases distintas de cualidades de todo aquello que se encuentra en el medio ambiente.

Por otro lado, se sabe que las personas no dejan de aprender cuando llegan a la madurez mental, “muestran simplemente un alto en el mejoramiento de su capacidad para responder las preguntas generales de las pruebas de inteligencia,”⁸⁶ esto pudiera ser entre los 14 y 15 años de edad.

Luego entonces, la evolución intelectual es un proceso que organiza continuas modificaciones en el pensamiento por lo que no son estáticas, sino que evolucionan en el niño normal en función de la edad, “siendo las edades de aparición de cada una de ellas muy dependientes del medio que rodea al individuo pero siempre siguen un orden determinado de aparición, debido precisamente al hecho de que cada una de ellas supone la base necesaria para la adquisición de la siguiente,”⁸⁷ por tanto, al avanzar al siguiente período o estadio de desarrollo intelectual está indicando el acceso a una organización mental más compleja que se va a manifestar en conductas intelectuales de nivel superior.

4.5 El aprendizaje en los niños de primaria.

¿Qué es el aprendizaje? En todos los dilemas sociales que rodean al individuo interviene el aprendizaje, de hecho se aprende a ser individuo, el aprendizaje no se puede ver directamente,

⁸⁶ P. Sperling, Abraham. *Psicología Simplificada*. Editorial Selector, 38va. reimpresión, México, D. F., p. 73.

⁸⁷ Moreno Montserrat, Genoveva Sastre, *Aprendizaje y Desarrollo Intelectual*. Barcelona, Editorial, Gedisa, España, impreso en Romania, Valls, S. A. 3ra. edición, 1996, p. 21

no se le puede señalar, ni estudiarlo aisladamente, lo único que se puede estudiar es la conducta y todos saben que ésta depende de algo más que del aprendizaje.

Cualquier teoría de aprendizaje que utilice el docente le permitirá asumir una postura crítica frente a su desempeño profesional en el aula, y en este caso se está considerando al conductismo como una de las formas de enseñanza; este proceso de aprendizaje consiste en una acción recíproca entre los organismos y sus ambientes, es decir lo que se maneja como estímulo-respuesta. El hablar de teorías de aprendizaje se refiere a establecer argumentos para organizar y fundamentar conocimientos relativos al propio aprendizaje.

Asimismo, al aprendizaje también se le ve como algo hipotético o inferido a partir de la observación de la conducta. “El aprendizaje es un proceso relativamente permanente que resulta de la práctica y se refleja en un cambio conductual. Esta definición capta, por lo menos, las condiciones necesarias para que podamos decir que el aprendizaje ha ocurrido”⁸⁸

Todas las conductas de un organismo son producto tanto de las influencias ambientales como hereditarias, por eso se le considera al aprendizaje como la asociación entre un estímulo y una respuesta. El aprendizaje no es la respuesta en sí, es la conexión asociativa entre un estímulo y una respuesta.

Por lo tanto, “el aprendizaje representa una tendencia adquirida a responder de forma precisa cuando se enfrenta a una situación de estímulo específica, por ejemplo: un conductor se frena si la luz del semáforo se pone en rojo, este tipo de asociaciones se dan como respuestas en el enfoque conductista si se hace algo entonces sucede algo más.”⁸⁹ Por ello una de las estrategias de aprendizaje que más se utiliza es la del lenguaje de estímulo respuesta, ya que así es más probable forzar al estudiante a pensar objetivamente en la conducta.

Un concepto más es, que al aprendizaje se le define como “un proceso mediante el cual se adquiere la capacidad de responder adecuadamente a una situación que puede o no haberse

⁸⁸ A. Logan, Frank. *Fundamentos de Aprendizaje y Motivación*, Editorial Trillas, México, 1ra. reimpresión, julio 1981, impreso en México, p.18.

⁸⁹ *Ibidem.* p. 22-24

tenido antes;”⁹⁰ o también se le toma como la fijación de elementos en la memoria, los cuales se puedan recordar o reconocer, o bien el proceso de analizar una situación. Algunas teorías lo definen como la adquisición de combinaciones de reacciones que preparan al individuo para resolver moderadamente una situación compleja o variable, o simplemente como sinónimo de inteligencia.

4.6 Perfil de conducta de niños de 9, 10 y 11 años de edad.

Para este apartado se eligió a Arnold Gesell, quien trabaja la Psicología Evolutiva o de Crecimiento. Se dedicó especialmente a estudiar la interacción entre el desarrollo físico y mental, concluyendo que se produce una secuencia definida. Sus trabajos son esencialmente con respecto a la conducta y su desarrollo en la interacción ya mencionada.

El niño de 9 años ya no es ni un niño ni tampoco un adolescente, está en una edad intermedia en la que se da lugar a reorientaciones significativas. Las tendencias de la conducta del octavo año se presentan con mayor claridad, el niño adquiere mayor dominio de sí mismo, ya es más autosuficiente, esto hace que se modifiquen sus relaciones con la familia, con la escuela, con sus compañeros y con la cultura en general. “Los cambios se producen en forma sutil, que a menudo los padres y los maestros no perciben suficientemente su importancia. Pero se trata de transformaciones psicológicas tan llenas de consecuencias, tanto para el niño como para la cultura, que merecen mayor atención.”⁹¹

La automotivación es la característica fundamental del niño de nueve años para lograr su maduración, además de que tiene una creciente capacidad de aplicar su mente a las cosas por propia iniciativa. Al parecer está tan ocupado que no tiene tiempo para las tareas rutinarias y no le gustan las interrupciones.

⁹⁰ S. Saavedra R, Manuel. *Diccionario de Pedagogía. Pedagogía Dinámica*. Editorial Pax, impreso en México, 2001, p.15.

⁹¹ Gesell, Arnold, Frances L. Ilg, Louise Bates Ames con la colaboración de Glenna, E. Bullis. *El Niño de Cinco a Diez Años*, Editorial Paídos, Barcelona, impreso en España, 3ra. reimpresión, 1998, p. 610.

La vida escolar.

La escuela es la que transmite a los niños la cultura que la especie humana ha preparado para ellos, su objetivo es permitir que los niños avancen de acuerdo con su propio ritmo y reciban instrucción de una manera adecuada a su propio nivel de desarrollo.

En el caso de la “aula abierta” pretende eliminar de la enseñanza el régimen de rígida y estricta disciplina, ha demostrado que se adecúa mejor a ciertos alumnos y docentes que a otros. “muchos opinan que la escuela exige del maestro una aptitud considerablemente mayor de lo que se había pensado en un primer momento y que los resultados son mucho menos brillantes que los esperados.”⁹²

No siempre el docente tiene la culpa de que un alumno no aprenda son diferentes las razones, pero se puede contar con medios de diagnóstico adecuados que ayuden a determinar las causas de estos problemas de aprendizaje, por ejemplo, el que tenga un bajo nivel de inteligencia, inmadurez, problemas visuales, perceptivos o emocionales, etc.

Una escuela que hace del niño su centro no ignorará al hogar; por el contrario, trabajará asociada a él. Una escuela de este tipo se preocupará por conocer la clase de hogar en el cual se ha desarrollado el niño. Los padres deben ayudar tanto a la maestra como al niño proporcionando información importante acerca de su hijo, para que éste tenga un mejor desempeño en la escuela.

Cuando se habla de una de las responsabilidades de la escuela y los padres del niño, se refiere a poner atención a las actividades académicas, como en el caso de la lectura, el sistema escolar tiende a conceder excesiva importancia a la palabra impresa; el que el niño lea aumenta su vocabulario, pero el niño no verbal sufre limitaciones que son en mayor o menor grado, constitucionales, esto no significa, que sea retardado, en realidad, con frecuencia es talentoso en actividades menos verbales, sin embargo, puede estar dotado de un excelente juicio, poseer una notable capacidad mecánica u otras aptitudes que algún día harán de él un valioso

⁹² *Ibíd.* p. 775.

ciudadano. Por lo tanto, la escuela debe darle una formación integral al niño para cuando llegue a la etapa adulta.

El niño de 10 años.

La mayoría dice que la escuela les gusta, también son inquietos y no prestan atención por mucho tiempo, hay niños a los que no les gustan algunas materias, pero la rebelión es pasiva e individual, a ninguno se le ocurre exteriorizarla, se rebelan retrayéndose.

Las relaciones sociales son importantes, pero en general no son intensas. Cada sexo acepta al otro con relativa facilidad, hay intercambio de cartitas, con frecuencia sobre el sexo opuesto, aunque se las pasan entre compañeros del mismo sexo, algunos planean travesuras para poner en dificultades a otros niños.

El niño de 11 años.

Constituye una activa transición del desarrollo que contrasta con el equilibrio relativo del año anterior, su conducta en clase es inquieta y tiene algo de efervescente y explosiva, se mueve en el asiento, tiene arranques de gran actividad y con intervalos de marcada fatiga, va de un estado de ánimo apático a los de viva exuberancia.

El niño de esta edad con frecuencia lo emociona el acto de aprender y en estas ocasiones el docente descubre que tiene en él a un ávido alumno, sus respuestas son sobresalientes cuando adquiere un pensamiento o una idea nueva. Estas reacciones son de tipo brusco; es como una explicación que estalla en su interior, a manera de contraparte de sus intensos impulsos extrovertidos, busca nuevos episodios y experiencias.

Atraviesa por una fase del crecimiento que le crea dificultades tanto a él como al docente, pero no se trata de un verdadero estado de lucha; y a pesar de esto puede llegar a apreciar al docente; también son importantes sus compañeros de escuela ya que tiene mucho que aprender de ellos, este aprendizaje tiene lugar a través del contacto directo: juegos un poco bruscos como codazos, juegos de manos, tiene un extraordinario amor propio. Es necesario vigilarlo cuando

juega; se conduce bajo el estímulo y el desahogo de actividades extraacadémicas que den salida a su espontaneidad natural y creatividad latente en su participación en talleres de música, pintura, teatro.

Su enorme versatilidad puede provocar verdaderas tensiones entre él y el docente. Pero éste sabe que además de entusiasta puede mostrarse exhaustivo. Los niños de esta edad rinden al máximo cuando tienen un docente paciente y comprensivo, capaz de combinar un firme control con una oportunidad flexible y éste es el tipo de profesor que a él más le gusta.

Durante toda la historia del hombre la familia ha sido una institución básica, en la cultura moderna ya que sigue constituyendo la unidad fundamental; a medida que la niñez se transforma en adolescencia, la escuela se convierte también en un taller cultural de poder inigualable.

La escuela ya sea pública o privada tiene la doble responsabilidad de educar a los niños a la vez como individuos y como futuros ciudadanos; el sistema educacional se convierte, de este modo en el principal instrumento por el cual la sociedad se perpetúa y renueva.

El docente es el agente encargado de transmitir el patrimonio cultural y definir los deberes de la ciudadanía; los adolescentes de ambos sexos que reciben su enseñanza, a la vez que se benefician con ella, participan de la misma.

Capítulo 5. Taller para Docentes: Manejo de las Emociones en la Educación Primaria Pública.

Para darle el soporte a la estructuración de este capítulo incluyendo el taller para docentes, primero se investigaron varios factores del papel del docente en la educación primaria, que se pensaron necesarios para fundamentar el contenido educativo y de capacitación laboral de esta propuesta.

Se investigó acerca del tema de las emociones especialmente en el aula incluyendo tanto características físicas, emocionales y cognitivas del niño de 9 a 11 años de edad, etapa en la que por lo general, éste se encuentra cursando el 5to. ó 6to. año de primaria. Así como exponer el tema de la fisiología o cambios emocionales de las emociones en el niño; todo este panorama para darle forma al Taller que se propone impartirlo al docente para que después lo ponga en práctica con el niño de primaria pública en cualquiera de los nivel educativos.

El campo de la inteligencia emocional es amplio, aunque poco conocido, desde el año de 1920 con Edward Lee Thorndike (psicólogo estadounidense) ya trabajaba el término “inteligencia social”; pero la primera definición del término “inteligencia emocional” se atribuye a John Mayer (Universidad de New Hampshire) y Peter Salovey (Yale) en la década de 1980 en sus estudios publicados sobre la interacción entre la emoción y la cognición.

Entre otros investigadores están Nicholas Humphrey (psicólogo británico, 1975) quien manejó el término “inteligencia maquiavélica”; Howard Gardner (1975) quien formuló el concepto de “inteligencias múltiples”. Después surgió Daniel Góleman (Universidad de Harvard, 1995) quien trabajó la primera definición del término “inteligencia emocional”

En la actualidad a pesar de que ya se imparten talleres basados en el campo de la inteligencia emocional a docentes de primaria así como de otros niveles educativos, al parecer no se han implementado en las escuelas, sólo se ha dado a grupos reducidos de docentes, además pienso que casi no hay libros publicados con ese tipo de información.

Por lo anterior, es necesario cambiar de actitud hacia la inteligencia emocional y darse cuenta que es una forma de que el docente logre un mejor control de sus propias emociones y sentimientos, con la finalidad de que se conduzca en un ambiente positivo y desarrolle una mejor dinámica en el aula, con éste tipo de experiencias logra una mejor relación entre lo intelectual y lo emocional. Por lo tanto, es importante la interacción en el aula entre el docente y el niño ya que se debe dar una buena comunicación entre ellos, por eso es necesario aplicar este taller al docente de educación primaria de escuelas públicas.

Con respecto al aula es un grupo social integrado por el docente y los niños por ese sólo hecho es necesario establecer pautas de acción para alcanzar los fines establecidos por el docente así como los que determinan el plan de estudios de cada institución educativa.

El objetivo principal de estas actividades es que los docentes se expresen, sientan, piensen y experimenten. Además se irán formando en la madurez emocional a medida que practiquen este tipo de habilidades.

5.1 Justificación del Taller.

La razón por la que se elaboró este taller es con la finalidad de capacitar al docente de primaria pública, en el área de la inteligencia emocional y las emociones, con el propósito de fortalecer su equilibrio emocional principalmente en el aula en la interrelación con el niño. El resultado que se espera es que el docente maneje de una manera más adecuada sus emociones sea un mejor mediador, desarrolle sus habilidades sociales en el salón de clases y logre un mejor desempeño laboral.

De igual forma enseñarles que las emociones están en nosotros durante todo el día y repercuten en las actividades que se realizan consciente o inconscientemente por eso es necesario que aprendan cuáles son, cómo funcionan y cómo nivelarlas y en ocasiones cómo modificarlas. Esto le ayudará a desarrollar sus capacidades principalmente emocionales y estar más consciente de su propio mundo interior con el objetivo de tener un mejor autocontrol.

Con base en el propósito y resultados de este taller el producto son las metas que se tienen que lograr en el docente de primaria pública, en específico de 5to. y 6to. año, y esto a su vez lo fortalece ya que es necesario que mejore su desempeño laboral. Los resultados se pueden medir con evaluaciones periódicas, así como la impartición de otros talleres con la temática basada en la inteligencia emocional y el manejo de las emociones.

Por su parte, la UNESCO opina que la sociedad actual debe utilizar todas las capacidades y nuevas competencias personales, sociales y profesionales para lograr un desempeño efectivo ante los cambios que se nos imponen, aunque con frecuencia las herramientas que se utilizan para lograr estos objetivos no son las más adecuadas, ya que se genera frustración, ansiedad o estrés ocasionando que la persona se comporte de una manera inadecuada tanto con ella misma como con los demás creando un círculo vicioso que se transmite tanto a los hijos como a los alumnos.

Se piensa que “Quizás, uno de los motivos por los que esto sucede tiene que ver con la poca atención que tanto padres como educadores prestan a la dimensión emocional de los niños, dimensión que debe ser educada para que las emociones y los sentimientos que tan importantes son en nuestra vida, se conviertan en aliados y no en enemigos.”⁹³ por eso la UNESCO hace varios años publicó el **Informe Delors**, -donde hace referencia a los cambios de estilos de vida que vive el mundo contemporáneo, se analizan las tensiones que ello provoca y plantea soluciones y alternativas para la educación del siglo XXI-.

Es importante que el docente aprenda a convivir con las demás personas para que desarrolle su autoconocimiento, así como la empatía y la destreza social, por otro lado, tiene que evolucionar integralmente para poder educar con base en la inteligencia emocional. Luego entonces, como anteriormente se ha mencionado educar la dimensión emocional del ser humano es una necesidad aunado a la importancia cognitiva del entorno educativo.

⁹³ Ibarrola, op. cit. p. 1

5.2 Objetivo general.

Proporcionar al docente estrategias didácticas con base en el funcionamiento de los cambios emocionales en el ser humano, con la finalidad de que maneje de una manera más adecuada sus emociones.

se familiarice con el concepto y características que estructuran a las emociones, y reconozcan las suyas, el cómo manejarlas y en determinadas ocasiones modificarlas si es necesario.

5.3 Objetivos particulares.

5.3.1. Comprender las emociones para que aprenda a expresarlas, sea un mejor mediador y logre un mejor desempeño laboral.

5.3.2. Capacitar al docente para que desarrolle más sus habilidades sociales en el aula.

5.3.3. Desarrollar la escucha para obtener un mejor logro de comunicación con el niño y reducir el conflicto.

5.4 Población objetivo.

El grupo destino son docentes de primarias públicas en específico de 5to. y 6to. año, sin embargo, este taller se puede aplicar a todos los niveles educativos de primaria, en este caso se planearon las actividades para un grupo pequeño, al cual se le impartirá este taller para capacitarlos en el campo de la inteligencia emocional, una nueva forma de aprender a controlar y conducir sus emociones para lograr un mejor desempeño en el aula. Sin embargo, todo depende del presupuesto de la institución educativa interesada en impartir el taller.

5.5 Perfil del Instructor.

El instructor del taller debe ser un pedagogo o psicopedagogo pero no puede ser un docente de primaria ya que para impartir este taller debe ser un experto en la materia, pues el tema es de corte pedagógico. Por lo que, es necesario mostrar a continuación y de manera breve algunos aspectos de cada uno de los profesionales antes mencionados para fundamentar la pertinencia de su participación en el Taller para Docentes que nos ocupa.

Perfil del Maestro de Educación Básica.

“Las competencias que definen el perfil de egreso se agrupan en cinco campos: habilidades intelectuales específicas, dominio de los contenidos de enseñanza, competencias didácticas, identidad profesional y ética, y capacidad de percepción y respuesta a las condiciones de sus alumnos y del entorno de la escuela.”⁹⁴

Perfil del Pedagogo.

“El pedagogo tiene la capacidad para diseñar, proponer y llevar a la práctica diversas estrategias y acciones que resuelvan problemas como el analfabetismo: la revisión y actualización de planes y programas de estudio, problemas de planeación y administración educativa, rezago educativo, deserción, reprobación escolar y baja eficiencia terminal en procesos de educación formal; deficiente formación pedagógica y actualización de personal docente, instructores, coordinadores y directores: selección y utilización de métodos y técnicas de enseñanza y aprendizaje; participación en grupos interdisciplinarios de trabajo; elaboración de programas de orientación escolar, vocacional, profesional y de capacitación; diseño, instrumentación y evaluación de procesos de investigación educativa, entre otros.”⁹⁵

⁹⁴ SNTE Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación. Sección 23, Puebla, Región Izucar, *Perfil de Egreso del Maestro de Educación Básica*. fecha de elab. Jueves 4 de junio de 2009. Archivo [PDF], Fecha de la búsqueda: 7/nov/2013.

⁹⁵ Universidad Nacional Autónoma de México. Servicio Social. Facultad de Filosofía y Letras. Pedagogía. Facultad de Estudios Superiores Acatlán. Facultad de Estudios Superiores Aragón. *Perfil Pedagogía-UNAM. Perfil del Egresado*. Fuente: Guía de Carreras UNAM 2008-2009. Archivo [PDF], Fecha de Búsqueda: 7/nov/2013.

El perfil del Psicopedagogo.

La psicopedagogía surge como una respuesta a la demanda planteada por la escuela, relacionada con las dificultades de aprendizaje dadas en ese ámbito escolar. “El psicopedagogo atiende la salud mental del alumno, teniendo en cuenta los aspectos afectivos, emocionales y relacionales; en su origen, la orientación pasa a ser esencialmente clínica. Es un profesional que se ocupa del ser humano, sano o enfermo en situación de aprendizaje. Puede desarrollar sus actividades en el ámbito de la salud y de la educación, con el objeto de obtener mejores logros del individuo y de la comunidad en la que se desenvuelve.”⁹⁶

5.6 Recursos Materiales.

- Lap Top
- Cañón
- Cámara de Video.
- Hojas blancas
- Lápices
- Gomas
- Bolígrafos
- Huevos
- Pinturas líquidas de colores.
- Estambres de diferentes colores.
- Tijeras
- Plumones negros punto fino.

5.7 Metodología.

La metodología que se utilizará en el taller el cual tendrá una duración de 9 horas, programado en 5 sesiones de 3 horas cada una, se llevará a cabo con la realización de actividades individuales, grupales (3 personas en cada grupo), y de grupo completo, también se contemplaron ejercicios de gimnasia cerebral acompañados de música de relajación. Asimismo, se les informará al inicio del taller que para ser acreedores a la constancia deberán

⁹⁶ Miret, Laura; Fuster Ana; Peris Eva; García Daniel y Saldaña Patricia, *El Perfil del Psicopedagogo*. Universitat Jaume, Jornades de Fomento de la Investigació. El perfil del psicopedagogo. Archivo [PDF], fecha de búsqueda: 7/nov/2013.

tener una asistencia mínima del 95%. En cuanto a las actividades que se consideraron para la realización del taller fueron con la finalidad de que el docente se familiarice con el concepto y características que estructuran a las emociones, y reconozcan las suyas, el cómo manejarlas y en determinadas ocasiones modificarlas si es necesario.

Como ya se dijo antes el Taller será impartido por un instructor (a) capacitado en el Área de Pedagogía, quien entregará el material a los participantes al inicio del mismo y les dará las instrucciones. Asimismo, en todo momento se aplicará la mayor dinámica posible, por lo que se requiere la asistencia puntual de los participantes para llevar a cabo las actividades planeadas.

Por otra parte, se requiere que el docente tenga interés en el taller y sea participativo, ya que esto servirá para que se desarrolle un ambiente de cordialidad y comunicación entre los asistentes. Asimismo, el docente retroalimentará con las aportaciones a cada una de las actividades, ofreciendo sugerencias con base en cada tema, esto ayuda al proceso enseñanza-aprendizaje ya que se manifiesta a través de una experiencia realizada conjuntamente. Asimismo, las formas de trabajo individual o por grupo son con la finalidad de lograr nuevas formas de producción de conocimiento, las cuales se adquieren a través de la acción sobre aspectos de la realidad. En el caso del instructor (a) es fundamental si queremos que la puesta en práctica de las actividades sea efectiva, y en cuanto al docente debe estar abierto, sugerente y atento a las respuestas que dará de acuerdo a la exposición de los temas.

Así también, es necesario mencionar que en cuanto a las zonas emocionales “están entrelazadas a través de innumerables circuitos que ponen en comunicación todas las partes de la neocorteza, esto da a los centros emocionales un poder inmenso para influir en el funcionamiento del resto del cerebro...incluidos sus centros de pensamiento.”⁹⁷

No sólo la metodología para el Taller para Docentes, sino toda la Tesina está fundamentada en la neurología o funcionalidad de las emociones, esto se refiere “a un conjunto de habilidades para reconocer los sentimientos propios y ajenos para que sirva de guía al pensamiento y a la

⁹⁷ Goleman. op. cit. p.31.

acción”⁹⁸ a esto también se le llama neurociencia, que surge a partir de 1995 con los investigadores del tema de la Inteligencia Emocional.

Es necesario saber que “las emociones constituyen un mecanismo de alarma que se activa en nuestro interior cada vez que se presenta un peligro o cuando es necesario resolver una situación crítica”⁹⁹, esto a través de una acción que se ejecuta impulsivamente, en estas decisiones no participan la voluntad ni la razón.

De igual forma esta temática está fundamentada de acuerdo con el principio de aprendizaje Estímulo-Respuesta o conductismo que se refiere a la información recibida por los sentidos y las ideas que son copias que recibe la mente de esas mismas impresiones.”En ese sentido, el origen del conocimiento son las sensaciones, hasta el punto de que ninguna idea puede contener información que no hubiese sido recogida previamente por los sentidos. El conocimiento se alcanza mediante la asociación de ideas según los principios de semejanza, contigüidad espacial y temporal y casualidad.”¹⁰⁰ A esto también se le llama teoría conexionista o asociacionista, la cual desecha la introspección al no ocuparse de la conciencia (lo interno) y se enfoca en el comportamiento observable.

El trabajo de los diferentes temas en un taller, el acercarse a la realidad e investigar sobre ellos nos lleva a una producción conjunta que a su vez requiere de una labor individual, “pero de gran consistencia y calidad. Este último forma parte del primero.”¹⁰¹

¿Qué es un Taller?

Se eligió un taller, ya que éste es un lugar donde se trabaja y se elabora, es una forma de enseñar y aprender mediante la realización de algo. Es un aprendizaje vivencial más que de

⁹⁸ Pérsico, Lucrecia. *Guía de la Inteligencia Emocional*. Madrid, España, Editorial Libsa, 2012, 1ra. edición, p. 14

⁹⁹ *Ibidem*. p. 25.

¹⁰⁰ Rodríguez G., *op. cit.* p. 2.

¹⁰¹ Pansa González Margarita y otros ... *Operatividad de la Didáctica*. tomo 2, año 1987, Ediciones Gernika, México, p. 63.

transmisión. Es un aprender haciendo, donde los conocimientos se adquieren a través de una práctica concreta; ésta es una metodología participativa en la que se enseña y se aprende a través de una tarea conjunta, además de que este trabajo tiende a la interdisciplinariedad. Se promueve el desarrollo de varios saberes como son el cognitivo, operativo relacional (saber escuchar, planificar con otros, tolerar las opiniones de los demás, aprender a coordinarse con otros, tomar decisiones de manera colectiva. Esta experiencia es integradora pues se unen la educación y la vida, la participación activa de los integrantes, la discusión en grupo para encontrar soluciones.¹⁰²

Limitaciones de un taller: limitado a grupos pequeños, ya que más grandes se deben de subdividir, además se requiere de un facilitador, el cual promueve y crea condiciones teóricas, emocionales, grupales y comunicacionales, para que se desarrolle el aprendizaje. El facilitador debe saber escuchar lo que los demás necesitan, con la posibilidad de anticiparse, y así ofrecerles una respuesta que pueda ser escuchada. Para cumplir esta función, el facilitador necesita conocer el contexto en el cual va a actuar, mismo que está integrado por elementos personales, institucionales, culturales y socio-económicos que determinarán su desempeño.

5.8 Criterios de Evaluación.

Para ser acreedor a la constancia de participación al taller es necesario tener como mínimo el 95% de asistencia. Al término de cada actividad se hará una evaluación a cada uno de los docentes asistentes al taller de acuerdo con su desempeño académico, su conducta y participación individual y grupal.

También se utilizará un modelo cognitivo para evaluarlos con la aplicación de un cuestionario al final del taller, de esta manera será posible observar tanto el avance individual como de grupo. Aunque esta forma de trabajo no es parte de un plan de estudios se propone que anualmente se les imparta uno o más talleres de éste tipo a los docentes de todos los grados de

¹⁰² Fundamentación Talleres. PDF. Adobe Reader. (fecha de búsqueda: 20/05/2014)

primaria, como parte de una capacitación y actualización laboral periódica. Esto es necesario ya que actualmente como se sabe el Gobierno Federal ha hecho cambios a la Reforma Educativa y uno de los aspectos importantes que se manejan es la evaluación educativa al docente, entre otros aspectos; por lo tanto, es necesario capacitar al interesado en laborar en el campo de la educación. Como apoyo al seguimiento de las actividades que se llevarán a cabo, se eligió una *carta descriptiva*, que por su utilidad ayuda a desarrollar un documento con mayor precisión, ésta maneja las etapas básicas de todo proceso sistematizado, pues incluye: planeación, realización y evaluación.

De igual forma ayuda a expresar lo que se pretende alcanzar con el contenido del taller; la manera de como se pretenden lograr los objetivos planteados en todas y cada una de las actividades, así como los medios que se utilizarán para comprobar en la medida de lo posible en que se tuvo éxito.

5. 9. Carta Didáctica.

PRIMERA SESIÓN			
CAMBIOS EMOCIONALES EN EL SER HUMANO.			
OBJETIVO:			
1. Presentar al instructor (a). 2. Realizar actividad creativa para generar cordialidad grupal e iniciar con lo planteado.			
TEMA	ACTIVIDAD	MATERIAL DE APOYO	DURACIÓN
Presentación del instructor.	Inicio: Informar del contenido del taller y entregar material al docente. (En el Anexo 1 se encuentra el material que se entregará al participante para la realizar las actividades del taller.) Desarrollo: Trabajar con el concepto, función y manejo de las emociones. Cierre: Evaluar al final de cada actividad, y una más al final del Taller.	- Lap Top - Cañón - Diapositivas en Power Point.	40 minutos
1. Manejo de las emociones.	Inicio: Trabajar con las emociones: alegría y esparcimiento, además se abordará la noción de vida y cuidado.	Pintura líquida de varios colores, pincel,	35 minutos (para todo el

(grupal)	<p>Desarrollo: Dar un huevo a cada uno de los docentes y diferentes materiales para que lo decoren a su gusto.</p> <p>Cierre: Verificar con cada uno que hayan decorado el huevo y que aún lo conserven.</p>	pegamento, estambres de colores, tijeras, plumón negro.	grupo)
2. Manejo de las emociones. (grupos de tres)	<p>Inicio: Discutir entre ellos de las experiencias que han tenido en el campo laboral con sus niños de 5to. y 6to. año, respectivamente hasta ese día del taller, tanto experiencias positivas como negativas.</p> <p>Desarrollo: Exponer a todo el grupo las opiniones de sus experiencias laborales.</p> <p>Cierre: Evaluar al final del taller después de una segunda exposición con relación a la misma actividad.</p>	Cámara de video	60 minutos (para todo el grupo)
RECESO: 25 MINUTOS			
3. Manejo de las emociones. (grupal)	<p>Inicio: Preguntar a cada uno de los participantes acerca de las emociones que les causa ver el dolor de una mamá por la pérdida de su hijo atacado por su propio hermano.</p> <p>Desarrollo: Ver un video acerca del fallecimiento de un niño.</p>	Mostrar un video del fallecimiento de un niño, denominado: Sepelio del niño Yahir Montemorelos.	1.15 hrs. (para todo el grupo)

	<p>Cierre: Anotar los comentarios y sugerencias de cada uno de los participantes para identificar las emociones que manifiestan ante ese tipo de experiencias.</p>		
<p>4. Gimnasia cerebral. (grupal)</p>	<p>Inicio: Activar los sentidos y el pensamiento abstracto para lograr un juicio crítico.</p> <p>Desarrollo: Explicar el procedimiento para concentrarse, luego relajarse y realizar el ejercicio de balanceo de gravedad.</p> <p>Cierre: Ayudar a que el docente aprenda a manejar la comunicación corporal, la postura, las expresiones faciales y el tono de voz, y observar que haya realizado el ejercicio adecuadamente para que éste le sirva para acelerar su aprendizaje de una manera más eficaz.</p>	Música de relajación.	<p>20 minutos (para todo el grupo)</p>
<p>5. Potenciar las emociones. (grupos de tres)</p>	<p>Inicio: Jugar a la bola de cristal que escucha. Cada uno debe expresar libremente cómo se sienten cuando se les mencionan distintas emociones.</p> <p>Desarrollo: Distribuidos en grupos de tres tienen que expresar el sentimiento que el instructor les va diciendo. (tristeza, alegría, rencor, etc.) mientras se escucha música de</p>	Bolas de cristal.	<p>40 minutos (para todo el grupo)</p>

	relajación. Cierre: Escuchar los comentarios de cada uno así como la forma de expresarse con las manos, la cara... con todo el cuerpo, y observar las reacciones de cada uno de los asistentes ante las diversas situaciones por las que pasa en su vida.		
SEGUNDA SESIÓN			
EXPERIENCIAS PROPIAS CON SU ENTORNO.			
OBJETIVO: Compartir ante el grupo sus vivencias tanto personales como laborales.			
TEMA	ACTIVIDAD	MATERIAL DE APOYO	DURACIÓN
1. Manejo de las emociones. (grupal)	Inicio: Comentar situaciones en las que se ha dicho lo que se piensa y se siente y sus consecuencias. Desarrollo: Darle el aspecto positivo a la forma de pensar de la otra persona y fomentar la idea de que lo que se dice es valioso y que siempre se debe respetar a los demás, ya que todos tienen virtudes y defectos, habilidades y limitantes. Cierre: Expresar lo que se siente sin temor, y aceptar lo	No se necesita.	1.5 hrs. (para todo el grupo)

	que se desea, así como lo que no se quiere.		
2. Manejo de las emociones. (grupo de tres)	<p>Inicio: Hablar acerca de ¿qué te gusta?</p> <p>Desarrollo: Hablar cada uno de qué le gusta, así como de lo que le desagrada, para esto sentarlos en círculo para que todos escuchen.</p> <p>Cierre: Reconocer cada uno que es un ser único y tiene que aprender a expresar adecuadamente sus emociones a los demás.</p>	No se necesita.	1.5 hrs. (para todo el grupo)
RECESO: 25 MINUTOS			
3. Manejo de las emociones. (grupo de tres)	<p>Inicio: Hablar del tema ¿Quién soy? Descubrirse y valorarse asimismo, y pensar que es diferente a los demás.</p> <p>Desarrollo: Dibujarse a él mismo y escribir una cualidad de él y qué le gusta, o de que se siente orgulloso (a) de ser como es.</p> <p>Cierre: Hablar acerca sus emociones, valorar las cualidades y sentimientos de los demás, sentirse orgulloso (a) de sus logros.</p>	Cartulina y colores.	1.15 hrs. (para todo el grupo)
4. Manejo de las emociones positivas.	Inicio: Describir las cosas y lugares que más le gusten, ya sea de su campo laboral, de su familia o de su profesión.	Hoja blanca y lápiz.	1.10 hrs. (para todo el

(grupal)	<p>Desarrollo: Compartir cada uno su forma de percibir lo que le agrada o le molesta de los medios en los que se desenvuelve, como son su empleo, su familia o cualquier otro lugar.</p> <p>Cierre: Lograr que el participante se concientice y adquiera una actitud positiva independientemente de dónde se encuentre.</p>		grupo)
<p>TERCERA SESIÓN</p> <p>FORTALECER LAS EMOCIONES PERSONALES.</p>			
<p>OBJETIVO: Aceptar sinceramente lo que se siente ante la vida cotidiana.</p>			
TEMA	ACTIVIDAD	MATERIAL DE APOYO	DURACIÓN
<p>1. Manejo de las emociones.</p> <p>(grupos de tres)</p>	<p>Inicio: Mostrar felicidad, alegría, tristeza.</p> <p>Desarrollo: preguntar a los docentes qué hicieron en vacaciones, qué les hizo feliz, qué les dio tristeza o alegría.</p> <p>Cierre: Evaluar la habilidad que tengan para observar y expresar lo que sienten.</p>	<p>Hoja blanca y lápiz.</p>	<p>1.5 hrs.</p> <p>(para todo el grupo)</p>

RECESO: 25 MINUTOS

<p>2. Manejo de las emociones. (grupos de tres)</p>	<p>Inicio: Preguntar nuevamente ¿qué opinan de cómo les ha ido hasta ese día en el campo laboral con sus niños, que digan lo positivo y lo negativo.</p> <p>Desarrollo: Discutir en cada grupo y después exponer sus opiniones a todos.</p> <p>Cierre: Observar las opiniones ya que ahora serán más positivos en la forma de hablar de su vida laboral con los niños en este caso de 5to. y 6to. año; para este momento se supone que ya debe haber un cambio en el manejo de las emociones trabajadas en el taller.</p>	<p>Cámara de Video.</p>	<p>1.10 hrs. (para todo el grupo)</p>
<p>3. Gimnasia cerebral. (grupal)</p>	<p>Inicio: Activar la creatividad y tener tranquilidad.</p> <p>Desarrollo: Explicar el procedimiento para concentrarse, luego relajarse y realizar el ejercicio uno, dos, tres, hasta diez.</p> <p>Cierre: Ayudar a que el docente aprenda a manejar la comunicación corporal, la postura, las expresiones faciales y el tono de voz, y observar que haya realizado el ejercicio adecuadamente para que éste le sirva para acelerar su</p>	<p>Música de relajación.</p>	<p>25 minutos (para todo el grupo)</p>

	aprendizaje de una manera más eficaz.		
4. Manejo de las emociones de agrado, felicidad. (grupal)	<p>Inicio: Trabajar la emoción del agrado por alguna cosa u objeto que la otra persona tenga.</p> <p>Desarrollo: Comentar en parejas, uno frente a otro una frase amable, por ejemplo: docente A: qué bonita playera; docente B: gracias a mi me gusta tu chamarra, etc.</p> <p>Cierre: Motivar al docente en el uso del lenguaje adecuado.</p>	No se necesita.	55 minutos (para todo el grupo)
5. Manejo de la tolerancia y respeto. (grupos de tres)	<p>Inicio: Aprender a escuchar al otro ya sea un niño en el aula, a otro docente o a un padre de familia.</p> <p>Desarrollo: Proponer un tema de conversación como por ejemplo que tipo de libros le gusta leer? Cada uno participará y narrará cuál es el libro que más le gusta y porqué? El instructor (a) explicará que para que todos puedan participar, se tiene que respetar el turno de palabra de cada uno.</p> <p>Cierre: Mejorar su capacidad de escucha y respetar el turno de palabra cuando alguien está hablando.</p>	No se necesita.	1 hr. (para todo el grupo)
CUARTA SESIÓN			
EL RESPETO Y LA COLABORACIÓN SON IMPORTANTES.			

OBJETIVOS:

1. Aceptar que siempre habrá alguien a quien darle el respeto para trabajar en cordialidad grupal, y además darse cuenta de cómo realmente es uno mismo.
2. Introducir al asistente al Taller haciéndole preguntas acerca del tema de la inteligencia emocional. ¿qué es? ¿cuáles son las características? etc.

TEMA	ACTIVIDAD	MATERIAL DE APOYO	DURACIÓN
1. Gimnasia cerebral. (grupal)	<p>Inicio: Activar la habilidad para el análisis, pensamiento abstracto y juicio crítico.</p> <p>Desarrollo: Explicar el procedimiento para concentrarse, luego relajarse y realizar el ejercicio balanceo de gravedad.</p> <p>Cierre: Ayudar a que el docente aprenda a manejar la comunicación corporal, la postura, las expresiones faciales y el tono de voz, y observar que haya realizado el ejercicio adecuadamente para que éste le sirva para acelerar su aprendizaje de una manera más eficaz.</p>	Música de relajación.	25 minutos (para todo el grupo)
2. Manejo de la fortaleza y la debilidad. (grupal)	<p>Inicio: Reconocer las fortalezas y debilidades de uno mismo.</p> <p>Desarrollo: Dibujar un autorretrato y anotar soy bueno</p>	Hoja blanca y lápiz.	1.25 hrs. (para todo el grupo)

	para... porque ... y mis debilidades son ... Cierre: Observar cómo se percibe cada uno de los docentes.		
3. Manejo de las emociones (respeto y tolerancia)	<p>Inicio: Diferenciar entre ruido y silencio.</p> <p>Desarrollo: Sentar a los docentes en círculo, cada uno tendrá una hoja blanca y cuando el instructor (a) lo indique la moverán enérgicamente haciendo ruido.</p> <p>Mientras tanto el instructor relatará parte de un cuento en tono normal, mientras los demás seguirán haciendo ruido, hasta que se escuche una indicación para que dejen de mover la hoja, nuevamente se leerá el cuento en el mismo tono de voz.</p> <p>Cierre: Comprender la importancia del silencio, respeto y tolerancia para que los demás puedan escuchar, lo que el instructor les está leyendo.</p>	Hoja blanca.	1.20 hrs. (para todo el grupo)
RECESO: 25 MINUTOS			
4. La inteligencia emocional y las emociones.	<p>Inicio: Preguntar qué saben del tema de la inteligencia emocional y las emociones.</p> <p>Desarrollo: Preguntar al docente los conceptos de inteligencia emocional y de las emociones con base en el material que se</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Plumón gis - Pizarrón - Lap Top - Cañón - Diapositivas en 	1.25 hrs. (para todo el grupo)

	les entregó. Cierre: Comprobar que tengan claridad del tema expuesto a lo largo del taller.	Power Point. - Material impreso (que se les repartió al inicio del Taller)	
--	--	--	--

QUINTA SESIÓN

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LAS EMOCIONES.

OBJETIVOS:

1. Desarrollar el tema de la Inteligencia Emocional y las emociones de la manera más clara posible y fundamento en los diferentes investigadores que han trabajado esta área de la educación; exponiendo algunos casos de niños de primaria.
2. Clausura del Taller para Docentes y entrega de Constancias.

TEMA	ACTIVIDAD	MATERIAL DE APOYO	DURACIÓN
1. La Inteligencia Emocional y Las Emociones.	<p>Inicio: Preguntar con base en la exposición algunos aspectos importantes de provecho para el docente; ya que a la Inteligencia Emocional también se le puede considerar como una herramienta más que puede ser utilizada con las competencias.</p> <p>Desarrollo: Exponer el Tema de la Inteligencia Emocional, las emociones y cómo controlarlas; pues es necesario tener un mejor panorama del concepto de las emociones y cómo se</p>	<p>- Hoja blanca y lápiz. (asistentes al Taller)</p> <p>- Plumón gris - Pizarrón - Lap Top - Cañón - Diapositivas en</p>	1.35 hrs. (para todo el grupo)

	<p>manejan, ya que la inteligencia emocional es considerada como una habilidad o capacidad que tiene el ser humano para mantener equilibradas sus emociones.</p> <p>Cierre: aplicar un cuestionario relativo al tema para corroborar el aprendizaje del docente, y complementar con comentarios y sugerencias de los asistentes al taller acerca de la temática en cuestión.</p>	Power Point. (instructora)	
RECESO 25 MINUTOS			
2. Casos de niños de primaria con base en las emociones.	<p>Inicio: Explicar cómo se manejan las emociones en el aula con ejemplos de casos de niños de primaria de 5to. y 6to. año.</p> <p>Desarrollo: Relatar algunos casos de niños de primaria con problemáticas en relación con sus emociones.</p> <p>Cierre: Analizar estos casos para que el docente este consciente de la importancia de su papel en el aula, logrando así una mayor habilidad para mantener equilibradas sus emociones y en consecuencia tener un mejor desempeño laboral.</p>	-	55 minutos (para todo el grupo)
3. Bibliografía	Inicio: Sugerir bibliografía para profundizar en el tema de la	- Hoja blanca y lápiz	25 minutos

	<p>inteligencia emocional y las emociones.</p> <p>Desarrollo: Entregarles información impresa de bibliografía relativa al tema del taller.</p> <p>Cierre: Dar las gracias a los asistentes del Taller denominado “Manejo de las Emociones en la Educación Primaria Pública”, el cual está planeado para Docentes de 5to. y 6to. Año de Primaria.</p>	<p>(asistentes al taller)</p> <p>Plumón gis</p> <p>Pizarrón</p> <p>(Instructor)</p>	<p>(para todo el grupo)</p>
4. Clausura del Taller.	<p>Inicio: Dirigir la ceremonia de entrega de Constancias.</p> <p>Desarrollo: Agradecer la asistencia de los participantes para llevar a cabo el Taller para Docentes “Manejo de las Emociones en la Educación Primaria Pública”.</p> <p>Cierre:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Entregar las Constancias a los Docentes que participaron en el Taller. 2. Entregar la Constancia al Instructor (a) que impartió el Taller, a través de alguna Autoridad Académica del Plantel Educativo donde se lleve a cabo este evento. 		1 hr.

a N E X O: 1

MATERIAL DE APOYO PARA LOS PARTICIPANTES AL TALLER

PRESENTACIÓN:

El material que a continuación se muestra es el documento base, que se utilizará durante las 5 sesiones para las actividades que se llevarán a cabo durante el desarrollo del Taller para Docentes “Manejo de las Emociones en la Educación Primaria Pública”.

a) ¿Qué son las emociones y cómo controlarlas?

Lo primero que el ser humano tiene que hacer es practicar el desapego total y tener claro que debe desarrollar su propia conciencia, a través de la comprensión y el manejo de sus propias emociones; ya que cada uno tiene la misma probabilidad de alcanzar la paz interior, satisfacción y sentido a su vida.

Para comprender cómo se canalizan las emociones primero se tiene que reconocer que se vive en un mundo energético, y como ya se ha dicho anteriormente, las emociones se generan en la mente a causa del flujo de pensamientos que ésta contiene.

Por lo que se consideró hacer referencia de algunas emociones, sólo para mostrar cómo funcionan en el ser humano, cómo tratar con ellas, detectarlas y cambiarlas en una energía creadora positiva; a continuación sólo se describen algunas de las que originan momentos de dolor, el objetivo principal es mostrar que uno mismo es el causante de dichas emociones, por lo que se debe aprender a conducir la propia energía para que se resuelvan los conflictos los cuales impiden el desarrollo integral de la persona tanto en la familia, el empleo o cualquier otro medio en el que se desenvuelva. También, hay que estar conscientes que no todas las emociones se pueden cambiar a positivas, pero algunas al ser percibidas pueden evitarse para que no se acumulen en el cuerpo y ocasionen daños físicos y mentales.

El orden en el que se describen las siguientes emociones es como las plasma Antón Teruel en su libro *Inteligencia Emocional para todos*, sin especificar del porqué de ese orden.

ENVIDIA.

Se piensa que la envidia es cuando a alguien le pesa el bien ajeno, pero no es expresada, se queda en la parte baja del vientre, en los órganos reproductores. El deshacerse de una emoción tan intensa sin afectar a alguien, no es cosa fácil pero es posible cuando se acepta su existencia para poderla sacar del organismo. A esta emoción se le ha tomado como algo negativo y la persona que la manifiesta es rechazada.

La envidia se genera en la mente, por ello algunas prácticas orientales sugieren la observación de los pensamientos para lograr una autoconciencia y un mayor control de lo que se piensa; este sentimiento surge de los medios donde la competencia es intensa.

Cuando las emociones ya están presentes no se deben negar, sólo se expresan o se transmutan, ya que dañan la vida y el organismo; tampoco se deben alimentar con hostilidad, éstas son como un motor que crea cambios importantes en la realidad del ser humano; su manejo y aplicación no es fácil sólo se logra con práctica, paciencia y una frecuente autoobservación.

¿Cómo tratar con la envidia?

En el momento en el que se presenta hay que tomar en cuenta lo que está pasando en la mente y en el cuerpo del ser humano, para guiar la energía de ese pensamiento al exterior, pero sin dañar a alguien porque de lo contrario la energía aumentará y regresará al ser humano causándole más daño. Cuando una emoción sale sin control se retroalimenta y regresa a nosotros con más intensidad. El arrojar las emociones hacia los demás es como un juego de pelota contra una pared, cuando más fuerte le pegue, ésta regresa con la misma intensidad hacia uno mismo.

El retener una emoción para no expresarla negativamente, es como guardar la basura en la casa esperando el momento adecuado para tirarla; pero no se debe olvidar que se tiene que desechar ya que si no se hace esto causará problemas, por lo que tenemos que implementar opciones para resolver esta situación, para ello se sugiere: hablar sobre ello, plantear objetivos y aceptar la realidad.

Hablar sobre ello.- Hay que buscar a alguien que esté dispuesto a escuchar a quien lo necesita. El ser humano habla con alguien de sus sentimientos cuando cree que la otra persona lo va a escuchar; no es bueno reprimir el deseo de hablar de algo de lo que en cierto momento se piensa que es algo negativo, ya que finalmente el ser humano tendrá un sentimiento de culpa.

En el caso de aceptar que se envidia a alguien o algo en particular se debe tener cuidado a quien se escoge para ser escuchado. El desahogarse disminuye la energía acumulada en el ser

humano. Pero si en el caso de quien escucha a uno lo alienta el sentimiento de envidia aumentará, por lo tanto se busca a otra persona o se elige otra solución, tal vez se elija la opción de buscar a la persona a la que se le envidia y se le expresa con humildad lo que siente de ella.

Plantear objetivos.- La energía acumulada de una emoción intensa se debe desplazar de lo contrario se desperdiciará, o se quedará en algunas partes del cuerpo y les afectará. Por lo que se sugiere que al sentir pesar por el bien ajeno lo que se debe hacer es alcanzar lo deseado, definiendo un objetivo, planear cómo se puede alcanzar, ubicarlo en el tiempo, para poder lograr lo anterior, el ser humano tiene que analizar “si lo deseado generará algún bien para tu vida y para tus seres queridos;”¹⁰³ si beneficia en el desarrollo humano y espiritual o sólo es el ego o tal vez la manipulación que los demás ejercen sobre uno.

Aceptar la realidad.- El ser humano es el resultado de sus experiencias y sus actos esto significa que nadie determina su realidad; por lo que las carencias físicas o materiales son a causa de acciones determinadas. Sin embargo, no todo lo que se desea se puede conseguir, ya que depende a veces de la suerte o tal vez la persona tiene otros bienes, por lo que no se puede vivir envidiando a los demás ni tampoco en conflicto con sus propios sentimientos.

Por otro lado, también se sugiere dedicarle más tiempo al deporte y el ejercicio para sacar la energía acumulada en el cuerpo, en especial en las zonas bloqueadas energéticamente; asimismo, evitar distraerse en el momento que estás realizando el ejercicio para que no se generen nuevamente las emociones negativas.

FRUSTRACIÓN

Es el resultado de algo que no logramos, es “toda energía que se detiene y no logra concretar el objetivo, debe ser nuevamente activada.”¹⁰⁴ Es una energía pesada que se ubica en los órganos reproductores, en la región sacra, las caderas y la región lumbar; lo que impide el buen funcionamiento de esa zona del cuerpo y éste se deteriora.

¹⁰³ Teruel, op. cit. p. 31.

¹⁰⁴ *Ibíd.* p. 35.

Hay que recordar que el ser humano aprende de sus errores pero también los libros son de gran ayuda ya que algunos tienen temas de: cómo ser felices, alcanzar el éxito, etc., a pesar de eso sigue habiendo frustración en los seres humanos, además se dice que éste es capaz de lograr cualquier cosa pero la frustración se origina por una excesiva carga de deseos que en ocasiones no le pertenece a él, sino a otros que terminan decidiendo por uno. Para estas situaciones se sugiere el hábito de la autoobservación de lo que pasa en la mente del ser humano, para aprender realmente lo que deseamos y necesitamos.

¿Cómo tratar con la frustración?

Es necesario tener más confianza en uno mismo, elegir con más detenimiento lo que se desea para saber qué tanto beneficio generará cuando esto se logre. En ocasiones, el esfuerzo que se hace por alcanzar algunas metas es mucho mayor que el premio obtenido. “El fracaso también es parte del proceso evolutivo del ser humano. Sin embargo, genera mucho sufrimiento, por lo que nuestra sociedad debe buscar una solución, la cual tal vez se logre si giramos hacia la sencillez.”¹⁰⁵

Una derrota no es fracasar, en la vida se aprende por medio de prueba y error, esto ayuda a que el ser humano madure más, con lo que evitará sentir amargura por no haber logrado su objetivo y también se librerá de dañar su organismo. Por lo tanto, el ser humano no debe insistir en algo cuando sabe que no va a alcanzarlo, tampoco desperdiciar el tiempo y las energías en acciones que no conducirán a nada o que lo confundirán más, luego entonces, la frustración debe aceptarse y transformarse en una actitud creadora.

Por lo que se sugiere realizar actividades con el agua, ya que se ha comprobado que remueve emociones profundas y dolorosas; esto nos lleva a recordar que el origen de la vida fue en el agua, y antes de nacer uno se desarrolla nueve meses en agua en el vientre de la madre, ya que ésta es una fuente de energía indispensable para todo ser vivo.

¹⁰⁵ Ibid. p. 37.

En cuanto se está en contacto con el agua se percibe el movimiento en los sentimientos, y la mente capta el mensaje sutil que ese elemento transmite al ser humano, esto representa acción, cambio, expresión, evolución, e impide que la energía se estanque en el cuerpo. También se piensa que la frustración bloquea la mente y limita la capacidad de resolución, el agua “puede liberar la energía estancada, e impulsarnos en lo emocional y mental para conducir las energías hacia su realización, movimiento y acción.”¹⁰⁶ Por eso se recomiendan actividades acuáticas, como la natación y el buceo, ya que se sentirá alivio físico y mental, esto evitará que se tengan sentimientos negativos o repetitivos en cuanto a la sensación de fracaso.

ENOJO

El enojo es ocasionado por un pensamiento explosivo que en ocasiones se manifiesta pero en otras el ser humano se ve obligado a ocultarlo. Es “una fuerza incontrolable que manipula al individuo y lo hace actuar sin razonamiento; es destructivo y, si esta energía se retiene en el interior del organismo, causa daño a partes vitales del cuerpo, generando enfermedades graves.”¹⁰⁷

Esta emoción surge por una ofensa de alguien o por alguna situación y quienes se enojan con rapidez son personas que los domina el ego y no aceptan críticas sobre su persona. El ser humano tiene una estructura de valores, y cuando otra persona pasa por encima de él, surge el enojo. “por ello debemos analizar si nuestra percepción de la realidad es demasiado estrecha o si estamos en el lugar o con la persona adecuada.”¹⁰⁸

Luego entonces, el enojo es una señal de que algo no le parece al ser humano, aunque no le gusta a uno sentirlo es una alerta positiva. Se sugiere tomar lo positivo de cada emoción y desechar lo que daña al organismo, sin embargo, hay personas que se apegan a sus emociones,

¹⁰⁶ Teruel, op. cit. p. 41.

¹⁰⁷ *Ibidem.* p. 49.

¹⁰⁸ *Ibid.* p. 50.

no quieren soltarlas, porque se identifican con ellas y ya son parte de su personalidad, sin embargo se debe hacer un mayor esfuerzo para desechar en este caso el enojo.

¿Cómo tratar con el enojo?

La ira bloquea los sentidos y no permite ver lo grandioso de las cosas sencillas de la vida: como la risa de un niño, sentir el fresco de la mañana, etc. por lo tanto, no se puede gozar de lo que nos rodea si no nos percatamos de nada. En la vida hay injusticias que provocan dolor y enojo pero la vida es la mejor manera de aprender y lo mejor es descargar el enojo y hacer a un lado la injusticia que lo provocó, por lo que se sugiere autoobservarse además de practicar deportes de contacto.

Obsérvate.

El enojo no siempre se justifica, tal vez es para hacerse notar, mostrarse superior a los demás o quizá cumplir un capricho, sentirse inferior, tener miedo y la falta de comprensión generan el enojo, esto es un pretexto que la persona elige para esconder sus propias debilidades, al enojarse o gritar, pero en realidad no se ha dado cuenta que la causa del enojo es algo externo.

Como ya se dijo es necesario autoobservarse, para darse la oportunidad de salir de la rutina de vez en cuando y practicar cualquier actividad por sencilla que sea, por lo tanto, se tienen que observar los pensamientos, sensaciones, emociones; pero sin analizar los problemas sucedidos en su vida, solo hay que observar sin dejarse llevar por los pensamientos. Cuando se sienta uno tranquilo y pase a ser observador de su mente, se debe preguntar: ¿qué es lo que me molesta? ¿cuál es el origen de este malestar? Entonces la mente buscará el porqué, que justifique su actitud, pero el ser humano debe de ignorar todo esto y continuar como un observador pasivo, para lograr nuevamente una tranquilidad mental.

Este tipo de ejercicios se practica varias veces, después se habrá limpiado el cerebro y se tendrá una mayor conexión con la propia conciencia. En consecuencia si uno mismo se autoanaliza se obtendrá una mayor sanación del alma, de la mente y en ocasiones físicamente, como ya se dijo antes todo está dentro de uno mismo.

La práctica de deportes de contacto.

El enojo es una energía que propicia el choque y para reorientar esta emoción en una actitud positiva se recomienda practicar un deporte, en el que pueda golpear sin lastimar a otro, y con un orden y disciplina, esto ayudará a sacar la energía estancada en el cuerpo y la mente.

ODIO

“El odio daña sólo a la persona que lo alberga.”¹⁰⁹ Se cree que el odio se instala principalmente en el corazón, ya que a éste se le considera como el centro del cuerpo y el hogar del alma, y de ahí se proyecta a todo el cuerpo y daña su integridad; por lo que de uno depende ser feliz o un ser negativo.

Cómo tratar con el odio.

Se piensa que el ser humano a través de su religión logra purificar su corazón y después de expulsar el odio, sin embargo, todo ser humano está capacitado para vivir en total armonía con su propio ser, la vida diaria, la responsabilidad con la familia y demás actividades son el medio ideal para practicar la purificación de su corazón, por lo que se sugiere: detectar las falsas historias, visualizar, y practicar la oración del corazón.

Detecta las falsas historias.

Cuando un ser humano siente antipatía por otra persona, cosa o situación la mente envía mensajes, éstos alimentan el odio además de ocasionar tensión en uno mismo; por eso se debe estar al tanto de lo que se permite que entre y se repita en la mente, ya que no todo es real, y si uno no sabe depurar esa información la mente hará su propia historia distorsionando la realidad tanto como uno lo permita; por eso se recomienda escribir en un papel todo lo que se siente de aquel ser humano que le está molestando a uno; después se debe analizar lo que se escribió, haciéndose preguntas uno mismo, por ejemplo: ¿es verdad que mi amigo siempre aprovecha

¹⁰⁹ Teruel, op. cit. p. 57.

nuestra relación a su favor? Este tipo de preguntas se debe uno hacer, para evitar generar malos entendidos de las demás personas y así se evitará sentir odio.

También hay que estar consciente que tal vez los demás no siempre quieren dañar a uno, este procedimiento tan sencillo va a mostrar al ser humano que lo que él piensa no siempre es verdad, más bien son mentiras de la mente de él mismo, por eso hay que luchar para evitar esos pensamientos dañinos. Por lo que “si no tenemos la capacidad de cambiar la realidad, entonces debemos vivirla conscientemente y no hacerla peor con nuestra actitud y pensamientos.”¹¹⁰

Visualiza

Cuando se está dispuesto a eliminar el odio se recomienda relajarse, respirar profundo conduciendo el aire hasta el abdomen, sentarse cómodamente, con la columna recta, cerrar los ojos, meditando y siendo uno mismo su propio observador. Este tipo de ejercicios ayuda a liberar los pensamientos negativos y a sentirse “capaz de perdonar a los demás y a ti mismo así como de vivir en armonía y aceptar la realidad.”¹¹¹

MIEDO

El miedo bloquea el flujo de la energía de la mente del cuerpo y en ocasiones no permite resolver determinadas situaciones. A veces el miedo no se identifica porque es muy sutil y está en el subconsciente.¹¹² Cuando se emprende algo y surge la inseguridad se está manifestando el temor, esto hace que se paralice la capacidad de acción y realización.

Cómo tratar con el miedo.

El temor se origina en la infancia a causa de situaciones que llegan a impresionar y causar temor profundo; el mejor camino para eliminarlo es descubrir que lo atemoriza a uno mediante

¹¹⁰ Ibidem. p. 64.

¹¹¹ Ibid. p. 66.

¹¹² Ibid. p. 69.

la autoobservación. Se sugiere que para superar el temor hay que trabajar tres aspectos: enfóntate a tus temores, recuerda lo mejor de tu infancia, practica ejercicios sonoros.

Enfrenta tus temores

Cuando se crea conciencia de las cosas o situaciones que originan el temor se debe uno enfrentar a él. Se cree que el miedo inhibe la energía bloqueando determinadas partes del cuerpo. Por lo que cada vez que se pueda enfrentar al miedo no se debe desaprovechar la oportunidad, sólo así se eliminará.

Se ha comprobado que la naturaleza de una emoción siempre es la misma; en el caso del temor siempre es el mismo aunque con caras diferentes, por ejemplo: temor a la obscuridad, a las alturas, a los cambios, etc. Sin embargo, si uno se enfrenta a esos temores logrará superarlos.

Recuerda lo mejor de tu infancia.

Se dice que la mente es como una computadora que graba información sin que el ser humano esté consciente de ello. Además según el medio en que se nace determina el tipo de programas que se ha de grabar en la mente de la persona. Es recomendable recordar las vivencias positivas de la infancia, si surge un pensamiento negativo desecharlo inmediatamente y quedarse con el positivo.

Ejercicios sonoros.

Los ejercicios sonoros por medio de los cuales experimentas la sensación de ligereza en el cuerpo. Los cantos en algunas religiones son utilizados con la intención de elevar el espíritu y evitar la distracción mental, y otras más utilizan la oración, los mantras y otras formas más para disminuir el flujo de los pensamientos y alcanzar una alta vibración y movimiento energético en la mente y en el cuerpo del ser humano.

b) ¿Cómo se manejan en el aula las emociones?

En la escuela siempre han estado presentes las emociones, y el docente ha ido adquiriendo conciencia y se ha preocupado por hacer lo posible por crear un ambiente más propicio para que el niño logre un mejor desarrollo emocional. Las emociones son reacciones rápidas, impulsivas e intuitivas que experimentamos casi sin darnos cuenta. Por otra parte, la acción educativa propicia que el individuo se entere del estado en que se encuentra y lo solucione con la calidad de vida personal.

Por lo tanto, si no se controlan las emociones en la escuela como en cualquier otro proyecto con lógica y dedicación, el ser humano posiblemente tenga problemas para rendir adecuadamente por la falta de concentración, aunque también se llega a pensar en una educación represora de las emociones llegando a afectar en algún momento su vida adulta. Por lo tanto, “el control debe conducir al sujeto a desvincular la reacción emocional probablemente proporcionada por la situación vivida, de las consecuencias que provoca en el ámbito de la actividad del sujeto.”¹¹³

En cuanto al reconocimiento de las emociones de los demás éstas provocan reacciones positivas o negativas, por lo que la conciencia de uno mismo y el conocimiento de las propias emociones es la base para la comprensión de las emociones y sentimientos de los otros, esto genera la empatía, competencia de la inteligencia emocional que permite reconocer el estado de ánimo de los demás y establecer relaciones respetuosas con las personas. En el caso de la intervención educativa en las relaciones en el aula debe orientarse hacia crear este ambiente de respeto mutuo.

En el caso de la conducción de las relaciones la empatía y el autocontrol son las competencias que dirigen las emociones propias y descubrir las de los otros y en consecuencia orientar la dinámica de las relaciones hacia un responsable desarrollo personal y colectivo de los contactos

¹¹³ Adam, Eva, Cela, Jaume; Codina, María Teresa; Darder, Pere y otros, *Emociones y Educación - Qué son y cómo intervenir desde la escuela- -claves para la innovación educativa-* editorial Graó, editorial laboratorio educativo, 1ra. edición noviembre 2003, impreso en España, país Barcelona. p. 114.

interpersonales. Por lo tanto, es posible e indispensable educar las emociones, no es que se quiera suprimirlas más bien hacerlas conscientes, de reconocer su papel y canalizarlas de forma positiva.

Las habilidades emocionales de los individuos son diversas por lo que se trata de impulsar las competencias antes mencionadas con ayuda de su propia diversidad y logre una educación integral obteniendo así una vida plena. Luego entonces, estas competencias son la base de una mejora en la relación emotiva docente-niños y al desarrollo de grupo-clase, esto representa el dominio de la propia vida emocional de los adultos y el seguimiento y mejora de las estructuras del grupo, así como el avance en el conocimiento del campo de lo emocional y de las interrelaciones racionales, así como pasar de una intervención intuitiva a otra planificada para lograr las competencias convenientes de la inteligencia emocional.

En la actualidad la importancia de los aspectos psicopedagógicos en la enseñanza es esencial, ya que la ventaja que ofrecen es una mejoría en la formación del docente, es decir se logra un mayor nivel de organización, de motivación de comunicación humana y de reflexión acerca de los objetivos educativos, esto sería provechoso para la motivación y satisfacción de los niños, para el desarrollo de toda disciplina, así como para una mejor preparación profesional en el servicio a la sociedad.

Por lo anterior, se puede observar que la motivación es un factor decisivo a veces positivo otras negativo en la enseñanza que condiciona de alguna forma, la atención, lo que a su vez, repercute en el aprendizaje. En este punto se deben considerar varios factores “en el análisis de la motivación, algunos de carácter puramente personal, y otro condicionados por el entorno familiar, laboral, social, cultural, etc. En un momento determinado de la vida del aprehendiente.”¹¹⁴

Las emociones son determinantes ya que a medida que el “ambiente social se empobrece o se degrada, se acentúa la dificultad para un aprendizaje formal y lo que es más grave, para la estructura de la personalidad.”¹¹⁵ Esto se da en sectores sociales desfavorecidos es decir,

¹¹⁴ *Ibidem.* p. 18.

¹¹⁵ *Ibid.* p. 27.

cuando la trayectoria personal está determinada por las emociones de los niños que no fueron orientadas en consecuencia la parte emocional de ellos no tendrá el correspondiente desarrollo en su etapa evolutiva. Esto se da porque en ocasiones el docente no acostumbra a valorar y potenciar las manifestaciones de la inteligencia emocional en los niños, es decir que no toma en cuenta lo que no es frecuente.

Ahora se describen dos esquemas de algunos rasgos en niños de un ambiente sociocultural desfavorecido, como formas culturales en las que la parte emocional siempre ha desempeñado un papel importante:

- En el nivel socioafectivo los niños manifiestan miedo ansiedad, necesidad de afecto y a la vez exigen dedicación exclusiva, impetuosidad y poca tendencia a lo que se considera sensato y razonable. Los intereses son realistas, inmediatos y prácticos, en cuanto a estímulos mayor sensibilidad, reacciones rápidas, directas y en ocasiones violentas y agresivas, aún así están bien desarrolladas las formas de comunicación no verbal.
- En la estructura de la personalidad prevalece el presente sobre el pasado y el futuro, con los respectivos resultados en lo que se refiere a la memoria y las perspectivas personales, presentan capacidad de resistencia ante acontecimientos graves, impetuosidad, extremistas, poca tendencia a la sensatez y a la razonabilidad.

Por otro lado, las estructuras mentales y cognoscitivas se fundamentan en el pensamiento concreto más que en el abstracto, el discurso mental es más inductivo que deductivo, esto muestra la facilidad para los procesos manipulativos al contrario de los de percepción y discriminación, se desarrollan los sentidos no auditivos, lo que afecta negativamente en el aspecto mental, y positivamente en aspectos artísticos, es decir, se presenta un buen rendimiento en aprendizajes basados en la experiencia y la acción.

Por lo tanto, el proceso educativo debe modificarse para que los niños cambien de actitud y salgan de ese círculo en el que ven a los demás como enemigos, y puedan considerarse como

personas a pesar de la fuerza del núcleo familiar, por lo tanto, deben aprender a conocer las normas que garanticen la convivencia en grupo y aceptar al docente como un adulto cercano con autoridad de acuerdo a su papel.

En el campo de las emociones las respuestas de los niños son tan diversas como en el plano de lo racional, con frecuencia nos sorprenden porque las personas adultas pareciera que han olvidado que son capaces de emocionarse.

En el caso de la escuela tiene que educar de una forma integral al niño como si fuera un todo y evitar poner a la razón por un lado y a las emociones por el otro, ya que “somos un todo indisoluble y las emociones afectan la razón con la misma fuerza que la razón afecta las emociones.”¹¹⁶ Por lo tanto, la responsabilidad como docente y como persona es educarlo en la medida en la que lo hacen con los demás.

También se sugiere que el docente tome atención en los niños que no acostumbran expresar sus emociones. Son aquellos niños llamados grises, los que parecen vivir en una fortaleza, ya que no reflejan sus sentimientos porque tienen miedo a ser agredidos o tal vez porque esta indiferencia es una forma de agresión. Este tipo de niños no ocasionan problemas, siempre están sentados en su lugar, en silencio, cumplen con todo y parece que no existen. El docente tiene la responsabilidad de acercarse a esos niños para conocerlos desde el punto de vista profesional ya que ellos también necesitan apoyo.

A continuación se describen algunos casos con niños de primaria con el objetivo de que el docente se centre en la estructura emocional de la vida de cada uno de los niños aquí mencionados, y considere esto como una referencia teórica que le sugiera cómo resolver en determinado momento alguna situación similar en el aula.

CASO 1: Una docente le comunica a sus niños que tienen que pasar al salón pero antes se van a formar, entonces una niña corre y se abraza a la docente, enseguida los demás niños se pelean

¹¹⁶ Adam, op. cit. p. 61.

entre ellos para estar al inicio de la fila, pero la primera niña no se suelta a pesar de que la agreden los demás; se piensa que la niña que llegó al inicio siente la necesidad de afecto por eso no deja de abrazar a su docente; para resolver la situación la docente les dice a los niños que no tiene importancia el que quieran colocarse en el primer lugar de la fila que para la docente todos son importantes, por lo que los niños le dan la razón a la docente.¹¹⁷

CASO 2.

Miguel niño de 5to. grado quien pasa de una actitud violenta a una sumisa por un hecho de escasa importancia; por lo que el papel del docente es muy importante en el aula con sus niños, por lo que el sentido de la medida es vital para desarrollar buenas relaciones con los demás, para aprender a ajustar sus emociones.¹¹⁸

CASO 3.

Las niñas super.- Un grupo de sexto año elaboró una lista de las niñas de su grupo que para ellos, eran superiores a los demás; después colocaron esa lista sobre el escritorio del docente y cuando él la lee simplemente tira el papel a la basura. El problema con esta acción es que para los niños de esa edad sus pares ya son importantes para ellos, además de estar atrapados en el juego de las atracciones, la seducción y el poder. En esta etapa aprenden de los nuevos problemas que se les presentan, el impacto de estos errores puede ser muy fuerte y afectarles su rendimiento escolar. Intervenga o no el docente, los niños aprenderán de sus errores. Siguiendo con este caso; los niños que elaboraron la lista estuvieron conscientes del uso negativo del poder y los niños con menor poder aprenden a defenderse mediante el silencio y la pasividad.

En consecuencia, todos aprenden -que hay un juego social cuyas reglas refuerzan la tiranía de la popularidad y las jerarquías sociales. Estas reglas permiten que los niños actúen con crueldad, exclusión e indiferencia mutua- por otro lado, el docente no debió tirar la lista sino que debió hablar con los niños para encontrar una solución.¹¹⁹

¹¹⁷ Adam, Eva y otros, op. cit. p. 60

¹¹⁸ Ibídem. P. 60

¹¹⁹ Cohen, Jonathan. *La Inteligencia Emocional en el Aula. Proyectos, estrategias e ideas*. 1ra. edición 2003, Editorial Troquel, impreso en Argentina.

CASO 4.

Ben niño de 4to. grado casi no tiene amigos, sólo a Jacson, pero éste último se compromete a jugar en esos días con otro niño, por lo que Ben le reclama a Jackson su mentira; en respuesta Jacson con su nuevo amigo Chad hablan con Ben y le dicen que no tiene porque enojarse o sentirse triste ya que los tres pueden jugar. El sentimiento de Ben de sentirse rechazado y sin amigos le hace sentir una gran incapacidad para perdonar a su amigo Jacson. Esto muestra los ataques de furia y hostilidad que los niños de este nivel educativo pueden tener.¹²⁰

CASO 5.

Un grupo de niños de 5to. año sentados en el piso, la docente encargada de ellos, les pide que cuando los vaya nombrando en lugar de decir presente deben de decir un número que indica cómo se siente cada uno de los niños. El número 1 significa decaimiento, el 10 por ejemplo significa energía. Enseguida los niños al ser mencionados van indicando con el número que representa una emoción.¹²¹

- Paloma
- Diez, estoy contentan es viernes.
- Manuel
- Nueve, excitado un poco nervioso.
- Roberto
- Diez apacible, feliz.

¹²⁰ Goleman, op. cit. p. 288

¹²¹ *Ibíd.* p. 301

REFLEXIONES FINALES

La presente tesina tiene relevancia social e implicaciones prácticas ya que es de vital importancia manejar este tipo de conocimientos en el docente de educación primaria pública, porque pienso que la estructura educativa de estas escuelas no contemplan la necesidad de trabajar con los cambios emocionales del docente y del niño, por lo que considero importante guiar al docente de primaria, para que él a su vez conduzca al niño por un camino de tolerancia, respeto mutuo, y obtener mayores logros en cuanto al proceso enseñanza-aprendizaje, esta es la razón por la que se elaboró el Taller para Docentes denominado “Manejo de las emociones en la educación primaria pública”, es una forma accesible de trabajar con el profesor para que él adquiera nuevos conocimientos sin presiones y con agrado para que después los aplique con sus niños en este caso de 5to. y 6to. Año.

En cuanto al Docente se muestran algunos de los diversos aspectos más frecuentes en su vida laboral, como son, la planeación de una clase, la tolerancia frente al grupo, el saber transmitir sus conocimientos y la comunicación que debe haber entre él y el niño en el aula, así como con los padres de familia; su capacitación periódica, también es importante el que se actualice en el campo de lo educativo, esto se reflejará en un mejor desempeño y a su vez tendrá la posibilidad de mejorar su sueldo, todo esto forma parte de su crecimiento académico. Sin embargo, no sólo son unas cuantas actividades las que realiza dentro y fuera de la escuela donde labora, sino muchas más, que implican una gran responsabilidad en lo personal, laboral y profesional son las que forman su perfil a lo largo de toda su vida ya que cada día representa un reto, un esfuerzo para sostener su compromiso con él mismo, con la institución y principalmente con sus alumnos. Esto es lo que le lleva a ser a un docente eficiente.

También debemos tener en cuenta que no sólo la situación laboral y profesional del docente es importante, también su estado de salud físico, emocional y psicológico, pues su trabajo implica una gran responsabilidad en el aula, la institución donde labora, así como fuera de ella ante otras instancias educativas, por lo que las autoridades también se preocupan por esta situación ya que de eso depende su cumplimiento como trabajador con un óptimo desempeño laboral.

También se observa que ha habido un poco de inconformidad en cuanto al trabajo de la mujer-docente, pues se cree que ella tiene que tener más preparación para que adquiera una mayor habilidad y así pueda educar a los niños de primaria de cualquier nivel educativo, sin embargo, en la práctica profesional actual se ha comprobado que sea hombre o mujer ambos tienen la misma habilidad para transmitir sus conocimientos a los niños; esto se podrá llevar a cabo siempre y cuando el profesional en cuestión tenga la vocación, el interés y la preparación académica adecuada, además de siempre estar en constante capacitación ya sea un curso, taller, diplomado, maestría o doctorado, pienso que sólo así resultarán beneficiados tanto el docente como el niño de primaria.

También es importante apoyar al docente de forma equitativa en cuanto a las compensaciones económicas, comisiones, cargos académicos, así como otros factores en los cuales se debe poner atención porque de lo contrario, el no cuidar estos aspectos que hacen que funcione eficientemente el magisterio siempre habrá fracturas dentro de él, así como en las instituciones educativas y como consecuencia en el docente, al cual le generará en ocasiones un menor desempeño laboral, por la falta de reconocimiento de la labor tan importante de la cual él es responsable.

Por otro lado, toda institución educativa tiene una gran responsabilidad de llevar a cabo el plan de estudios que le envía la Secretaría de Educación Pública para que el docente aplique todas y cada una de las materias que lo integran, a los niños de todos los niveles educativos de las primarias públicas.

También fue necesario describir el concepto y características de lo que es la inteligencia emocional y las emociones, ya que esto muestra que la mujer o el hombre independientemente de la edad, profesión y condición social es capaz de procesar las emociones que recibe por las diferentes vías, a lo largo de toda su vida; por esta razón la inteligencia emocional debe ser parte de la educación profesional del docente, en este caso de nivel primaria, para que él tenga un mayor conocimiento de sus emociones tanto negativas como positivas y aprenda con esto a conducirse con mayor eficiencia en todo momento y lugar, principalmente en el aula.

Por tanto, es necesario darle más importancia a la enseñanza y aplicación de los contenidos que maneja el campo de la inteligencia emocional pues el docente debe tener una mayor autoconciencia y una práctica reflexiva de sí mismo, para conducir sus emociones adecuadamente y al mismo tiempo ayudarlo al niño (a) en el desarrollo de sus propias emociones, pues muchas veces él se ve afectado por sus miedos, pero conforme crece los va superando, ya que son normales y forman parte del desarrollo emocional, por eso el docente es parte importante de la vida escolar del niño, así como el apoyo y orientación incondicional que recibe de sus padres.

Luego entonces, la inteligencia emocional es una herramienta que proporciona un conjunto de habilidades de autocontrol emocional que le ayudan al docente a enfrentar las diferentes situaciones por las que pasa en la vida no sólo en el aula.

Cuando se habla de la inteligencia emocional, forzosamente hay que saber qué estudian cada una de las emociones tanto positivas como negativas, por esta razón, se explica el concepto de algunas de ellas y sus características, pues es necesario trabajar éste tema, ya que ha tomado relevancia en el campo educativo, sin embargo, en algunas escuelas primarias ésta temática aún no se ha implementado en sus planes y programas de estudio, por lo que es necesario llevar a cabo talleres para el docente de primaria, para que aprenda un poco más acerca de esta área y aprenda a conducir de una mejor manera sus emociones y haya una mayor interrelación docente-niño, en este caso de los niveles de 5to. y 6to. año de primaria pública, asimismo, para que el docente desarrolle nuevas dinámicas en el aula como apoyo a sus métodos de aprendizaje.

Por lo tanto, es necesario aprender cómo se manejan las emociones permitiendo al ser humano llevar un mejor funcionamiento de sus cambios emocionales, muchas veces el ser humano expresa estar bien, cuando no es cierto, por consiguiente es necesario poner más atención al estado emocional en el que se encuentre la persona, en este caso el docente de primaria. Aunque para algunos estudiosos de la educación no tiene gran relevancia el trabajar con las emociones deben darse cuenta que para toda decisión siempre estarán presentes los

sentimientos y las emociones, y dependiendo del autocontrol que cada ser humano tenga de sí mismo, esto determinará por consiguiente la calidad educativa que pueda transmitir a los niños en clases.

Se consideró hablar del funcionamiento de los cambios emocionales del niño porque sólo así el docente aprenderá que hay un procedimiento de cómo guiar las emociones tanto en el niño como de él mismo, ante todo la paciencia, tolerancia, respeto; son importantes para darles una mejor estabilidad emocional a su vida; por eso, se debe identificar a cada emoción para sacar provecho de ella y suprimir los aspectos negativos que algunas tienen.

Si el docente en la medida de sus posibilidades pone de su parte para conocerse así mismo podrá orientar con mayor facilidad al niño en el aula, y éste será beneficiado tanto emocional como académicamente. Pero en caso de que las escuelas primarias no se interesaran en que a los docentes a su cargo se les capacite en relación a cuál es el funcionamiento de los cambios emocionales de la persona, estaría bien que por lo menos les sugirieran alguna bibliografía, ya que la educación en el nivel básico es muy importante para formar a los futuros profesionales de nuestro país.

Se habla de la niñez en especial de la etapa entre 9 y 11 años de edad, porque es necesario que el docente comprenda el porqué del funcionamiento de algunos aspectos físicos, sociales, emocionales e intelectuales, por los que pasa el niño en su desarrollo evolutivo, la influencia de su entorno familiar, sus amistades y después en la escuela; esto para que el docente lo conozca mejor, y trabaje con él con mayor facilidad en cuanto a lo académico y como persona, sólo así se logrará el éxito para ambas partes.

El ambiente escolar en el que se desenvuelve lo va a enfrentar a un cúmulo de experiencias las cuales lo ayudarán a su desarrollo en el aula así como personal. Otro de los aspectos es que se sabe que en cierto momento el niño ya no se desarrolla físicamente al mismo tiempo que la niña y así ante diferentes situaciones en las cuales no coinciden, sin embargo, para el docente esto no debe ser un problema ya que debe estar capacitado para guiar a todos de la mejor manera.

Asimismo, se muestra un breve panorama de cómo es el niño (a) en el aspecto cognoscitivo, los cambios que va teniendo, los esquemas que va desarrollando para lograr la maduración integral esto le permite organizar el conocimiento adquirido con fundamento en lo que va aprendiendo en la escuela, esto permite que el niño vaya madurando en cuanto a sus sentimientos, emociones, aprendizajes, razonamientos, su desarrollo intelectual, de lenguaje, social, etc.

En cuanto al proceso enseñanza-aprendizaje es importante ya que independientemente del método que se elija para transmitir los conocimientos al niño, el docente debe estar comprometido consigo mismo para lograr los objetivos planteados en cada una de las materias del plan de estudios de cada nivel educativo, además de compartirles un poco de la información que él ha aprendido en su constante preparación académica, la cual le servirá al niño en su formación académica.

Lo anterior generó la presente propuesta con la elaboración del Taller para Docentes denominado “Manejo de las Emociones en la Educación Primaria Pública”, el cual por la relevancia que tiene es necesario que lo imparta una pedagogo (a) o psicopedagoga, ya que son los profesionales idóneos para trabajar este tipo de temas y lograr así un beneficio en este caso para el Docente de 5to. y 6to. año de educación primaria objeto de estudio de esta tesina, el cual deberá aplicar en el aula los conocimientos adquiridos en el Taller.

Esta propuesta sugiere que el docente que participe en este taller tendrá mejores opciones de autocontrol de su equilibrio emocional, conduciéndose él mismo de una manera más positiva y logrando transmitir con mayor tranquilidad sus conocimientos, así como brindarles el respeto que merecen sus alumnos.

Después de la revisión bibliográfica efectuada se ha observado que los complejos cambios culturales, educativos y sociales que se han llevado a cabo de unos años a la fecha, han demostrado que es importante y necesario poner atención en el área de lo emocional en combinación con lo educativo para lograr un mejor funcionamiento en la docencia en especial de nivel primaria en todos y cada uno de sus niveles. Tal vez el campo de la inteligencia

emocional sea un tema poco conocido, sin embargo, los estudiosos de esta área llevan varios años trabajando en ello, ya que es de gran importancia y necesidad que se manejen no sólo dentro de la escuela sino en la familia, en las empresas y en todo lugar donde sea necesario que el ser humano desarrolle un mejor manejo de sus habilidades emocionales, por lo tanto, si a la inteligencia emocional se le da la trascendencia adecuada en este caso en la escuelas primarias públicas del Municipio de Texcoco, Estado de México, creo que habrá más logros tanto en el docente como en los alumnos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

A. Logan, Frank, (1981) *Fundamentos de Aprendizaje y Motivación*, Editorial Trillas, México, impreso en México.

Adam, Eva, Cela, Jaume, Codina, María Teresa, Darder Pere y otros, (2003) *Emociones y Educación - qué son y cómo intervenir desde la escuela- claves para la innovación educativa-* Editorial Graó, editorial laboratorio educativo, impreso en España, país Barcelona.

Baena Paz, Guillermina, (2009) *Cómo Desarrollar la Inteligencia Emocional Infantil: Guía para Padres y Maestros*, México, D. F. Editorial Trillas.

Branden, Nathaniel, (2005) *Cómo Mejorar su Autoestima*. México, D. F., Editorial Paidós, Mexicana, S. A.

Carpena, Anna, (2003) *Educación Socioemocional en la Etapa de Primaria: Materiales Prácticos y de Reflexión*, España, Eumo Editorial.

Childs, Jan, (2010) *Entienda la Inteligencia Emocional en 90 Minutos; Una guía al reconocimiento, entendimiento y manejo inteligente de las emociones*, México, D. F., Ediciones Panorama.

Cohen, Jonathan, (2005) *La inteligencia emocional en el aula –proyectos, estrategias e ideas.* Editorial Troquel, S. A.

E. Owens Robert, J. (2006) *Desarrollo del Lenguaje*. 5ta. Edición, revisión técnica, José Antonio Carranza Carnicero, Ed. Pearson, Prentice Hall, impreso en España.

GarDo, Karla, (2010) *Guía práctica para Fortalecer la Inteligencia Emocional en el Niño*, México, D. F., Editorial Trillas.

Genet, Margaritte, (2007) *Inteligencia Emocional; Mejore y Cambie su Vida*. Barcelona, España, Fapa Ediciones,

Gesell, Arnold, L. ilg, Frances, Bates Ames, Louise, (1997) *El Adolescente de 10 a 16 años*, Ediciones Paidós Ibérica, S. A., Traducción de Eduardo Loedel, Supervisión de Telma Roca, impreso en España.

Gesell, Arnold, L. ilg, Frances, con la colaboración de Glenna E. Bullis, (1998) *El niño de 5 a 10 años*, Ediciones Paidos Ibérica, AS. A., Traducción de Luis Fabricant y Dalia Ares, Barcelona, impreso en España.

Goleman, Daniel, (2010) *La Inteligencia Emocional*, Buenos Aires, Argentina, Ediciones Argentina, impreso en España.

González Ramírez, José Francisco, (2003) *Inteligencia Emocional. La manera positiva de Manejar las Emociones*, Las Rozas, Madrid. Impreso en España, Dastin Export, S. AprendeL.

Ibarra, Luz María. (2003) *Aprende Mejor con Gimnasia Cerebral*. 11va. edición, Garnik Ediciones, México.

Ibarrola, L. de Davalillo, Begoña, *Ponencia del VII Congreso de Educación y Gestión. Dirigir y Educar con Inteligencia Emocional. "El intelecto busca; pero es..."* Link: IntelEmoc UNESCO 1. PDF Adobe Reader 1/10 páginas. (búsqueda el día 25/enero/2013)

Cohen, Jonathan. (2003) *La Inteligencia Emocional en el Aula. Proyectos, estrategias e ideas*. 1ra. edición, impreso en Argentina, Editorial Troquel.

L. Meece, Judith, (2000) *Desarrollo del Niño y del Adolescente para Educadores*, México, D. F., Editorial Mc Graw Hill, Interamericana editores, S. A. de C. V., 1ra, edición en español.

López Sánchez, Felix, (2009) *Las Emociones en la Educación*, Ediciones Morata, S. L., Madrid, impreso en España.

Märting, Doris y Boeck, Karin, (2008) *EQ Qué es Inteligencia Emocional.- Cómo lograr que las emociones determinen nuestro triunfo en todos los ámbitos de la vida*, Editorial EDAF, S. L., Munich Alemania, impreso en España.

Michael Z., Davis, (2002) *Conquista tu Cerebro: Controlar y Potenciar las Emociones para Activar la Mente*, Provincia de Barcelona. España, Ediciones Martínez Roca, S. A.

P. Sperling, Abraham, (2004) *Psicología Simplificada*, México, D. F., Editorial Selector, Trigésimo Octava reimpresión.

Pérsico, Lucrecia, (2012) *Guía de la Inteligencia Emocional*, Madrid, España, Editorial Libsa.

Rockwell, Elsie, (1985) *Ser Maestro, Estudios sobre el Trabajo Docente, Antología Preparada*, Ediciones El caballito, impreso en México, SEP. Cultura,

Rodríguez de Ibarra, Diana, (2007) *Las 3 Inteligencias: Intelectual, Emocional y Moral. Una Guía para el Desarrollo Integral de Nuestros Hijos*, México, D. F., Editorial Trillas.

S. Dale, Philip, (1992) *Desarrollo del Lenguaje. Un Enfoque Psicolingüístico*, Ed. Trillas, impreso en México.

Santín H., Lorna, (2003) *Cómo Desarrollar la Inteligencia Emocional en los Niños*, México, D. F., Editorial Selector, S. A. de C. V.

Teruel, Antón, (2004) *Inteligencia Emocional para Todos; el poder del autoconocimiento*, México, D. F., Ediciones Quarzo.

T. Hansen, David, (2001) *Llamados a Enseñar*. Impreso en España, Ed. Idea Books, S. A. Colección Idea Universitaria Educación.

V. Lippincott, Dixie, (1991) *La Enseñanza y el Aprendizaje en la Escuela Primaria –guía práctica para el maestro-* Editorial Paidós, México, D. F. 3ra. reimpresión en México.

Zaccagnini Sancho, José Luis, (2004) *Qué es Inteligencia Emocional: La Relación entre Pensamientos y Sentimientos en la Vida Cotidiana*, Madrid, España, Editorial Biblioteca Nueva, S. L. Madrid.
