



INTELIGENCIA EMOCIONAL

MATERIA: EL APRENDIZAJE EN EL AULA VIRTUAL Y EN EL AULA PRESENCIAL

DOCENTE: DOCTORA NAYELI MORALES GOMEZ

Alumna: Sandy Naxchiely Molina Román

UNIVERSIDAD DEL SURESTE DIPLOMADO EN COMPETENCIAS EDUCATIVAS VIRTUALES

INTELIGENCIA EMOCIONAL DENTRO DEL AULA ESCOLAR

El presente trabajo estará orientado a la importancia de la inteligencia emocional en la propia vida y como esta beneficia además al estudiante y docente dentro de un aula escolar, sin olvidar que la inteligencia emocional abarca más de lo mencionado en este trabajo por lo que se invita siempre a profundizar al respecto.

La inteligencia emocional (I.E) es la capacidad de identificar, clasificar, controlar y responder a nuestras propias emociones y a los de los demás; teniendo siempre en cuenta que no somos responsables de las interpretaciones que otros puedan hacer de acuerdo con sus propias experiencias de vida, sin dejar de ser empáticos ante las diferencias de cada uno. Esto solo se logra bajo entrenamiento constante, nadie nace teniendo inteligencia emocional ya que lo común es dejarnos llevar por la emoción misma, es decir, la emoción nos controla y no nosotros controlamos a la emoción.

Desde pequeños nos implementan límites conductuales, pero lamentablemente muy poco sobre los emocionales, se castiga o se busca "anular" las emociones "negativas" que puede tener una persona, cosa que es un error, no hay emociones malas ni buenas, simplemente son emociones las cuales se debe enseñar a canalizarlas de la mejor manera posible.

El tener un buen entrenamiento sobre la I.E permite tener una visualización más objetiva sobre las metas personales y profesionales de cada uno, además de brindar las estrategias y técnicas necesarias para lograrlos.

Un segundo beneficio es la capacidad de verbalizar las propias emociones sin buscar herir o molestar al escucha; decir lo que uno piensa articulándolo de una forma en que ambos miembros que se desenvuelven en una conversación salgan beneficiados, es decir, Ganar-Ganar y a la vez tener la capacidad de saber escuchar y empatizar con el comunicador.

Un tercer beneficio es la habilidad de reconocer las propias capacidades sin hacer comparativas con los demás sobre lo que puede o no hacer una persona, esto ayuda en demasía a la formación de una autoestima de calidad y un autoconcepto objetivo, cosa que en un aula escolar se puede apreciar que muy fácilmente alumnos se resguardan en la parte trasera del salón con tal de no ser vistos o por temor a ser criticados por sus opiniones.

Estos son algunos de los tantos beneficios que puede tener la inteligencia emocional sin embargo ¿Qué tiene que ver dentro de un salón de clases?, pues bueno, no es secreto que tanto docentes como alumnos llegan a dejarse llevar por la forma en como se solicita un trabajo

o como se les evalúo en alguna prueba o proyecto; docentes que en ocasiones llegan a tomar una actitud autoritaria inflexible y déspota ante el cual el alumno reacciona defendiéndose o el caso en que pese a que el docente es todo lo contrario el alumno responde de mala manera gritando, diciendo malas palabras dentro del salón o simplemente evitando entrar a la clase, estos son algunos ejemplos de tantos y es una demostración clara de la falta de control emocional cuando en realidad todo esto se podría evitar si ambas partes fuesen conscientes de lo que esta pasando, de cómo se están sintiendo al respecto y como verbalizarlo de una forma asertiva.

La comunicación y la interacción dentro del aula juegan un papel fundamental para crear un clima favorecedor del aprendizaje, que el docente sepa dirigir al grupo buscando siempre el apoyo y comprensión entre los mismos compañeros, favoreciendo la participación personal y grupal en clase, manejando los conflictos personales y los profesionales por separado, además de que se busque el establecimiento de normas en un marco de democracia participativa y apertura-empatía).

Un ejemplo de esto ultimo seria las participaciones durante una exposición donde se invitaría al alumno a no interrumpir al compañero mientras presenta su tema, procurar levantar su mano cuando se requiera intervenir, respetar las opiniones sin emitir burlas (elemento que es muy común, lamentablemente). Por otro lado, el docente debe mantener una actitud de apertura ante la diversidad de opiniones que puede tener el alumno, respetar los limites docente-alumno (es decir, no confundir las relaciones dentro del aula con una relación de amistad) e incentivar al alumno a cuestionar.

El docente debe predicar con el ejemplo para que el alumno pueda tener una guía de cual es la forma adecuada de actuar recordemos que la curiosidad e inquietudes de las personas se guían, pero no se imponen y para ello debemos conocernos a nosotros mismo para poder ayudar a los demás.

“El profesorado es el sujeto activo más importante de la escuela” (Edgar Buendía, 2015) ya que en el recae el qué y el cómo aprende el alumno que es el objetivo primordial de una institución académica independientemente del grado en que se encuentre.

En conclusión, la I. E tiene múltiples beneficios tanto de manera personal como académica por lo que se invita a docentes y a alumnos llevar un proceso de autoconocimiento e introspección para que esto se vea reflejado en la relación escolar y por lo tanto el aprendizaje sea beneficioso para ambos.

REFERENCIAS

Paez Buendía, Edgar.(2015). ´´La influencia de las emociones del docente en el aprendizaje del estudiante de primaria´´. UPG. México. Recuperado por: <http://200.23.113.51/pdf/32700.pdf>

Goleman, D. (2018). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós.

Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, Conocimiento y Personalidad*, 9(3), 185-211.