



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Nombre del Alumno:* Claudia Guadalupe Ballinas Martínez

*Nombre del tema:* Temas de la unidad III

*Parcial:* I

*Nombre de la Materia:* Fundamentos Psicopedagógicos Generales

*Nombre del profesor:* Alejandro Méndez López

*Nombre de la Maestría:* Maestría en Educación con Formación en Competencias Profesionales

*Cuatrimestre:* I

*Entrega:* 15/11/2024

## El Papel de los Docentes en la Gestión de Emociones en el Aula

La gestión de emociones en el aula representa un aspecto crucial para el desarrollo integral de los estudiantes y el éxito de las experiencias de aprendizaje. Los docentes, más allá de su rol en la transmisión de conocimientos, tienen una responsabilidad clave en el acompañamiento emocional de sus alumnos, particularmente en los niveles de educación básica, donde los niños y adolescentes están en etapas de desarrollo emocional crítico. El ambiente escolar es después del hogar, uno de los principales contextos de socialización; en él, los alumnos enfrentan desafíos, relacionales y afectivos, el docente es como un modelo de regulación emocional y un apoyo esencial en la construcción de habilidades (Cano Murcia & Zea Jiménez, 2012). El abordaje de las emociones es un conjunto de habilidades que permite a los individuos reconocer, comprender y regular sus emociones de manera adaptativa, lo cual es fundamental para el bienestar y el éxito en diversos contextos de la vida más allá incluso del ámbito educativo, estas habilidades facilitan la convivencia y fomentan un entorno de respeto y cooperación y aumento del interés o motivación de los estudiantes para manejar emociones como la frustración, el enojo o la ansiedad incide directamente en su desempeño académico y en su bienestar.

Los docentes, al abordar en la gestión de emociones, contribuyen a disminuir los conflictos en el aula, aumentar la motivación de sus alumnos y fomentar un ambiente inclusivo que propicie el aprendizaje. Es necesario que estos profesionales posean habilidades propias de autorregulación emocional, empatía y escucha activa, dado que estas competencias permiten una interacción más efectiva y respetuosa con los estudiantes. Además, un docente emocionalmente consciente y equilibrado es capaz de responder a las necesidades emocionales de los alumnos, y no únicamente a sus dificultades académicas.

El papel de los docentes en la gestión de emociones en el aula se manifiesta a través de diversas estrategias. En primer lugar, es esencial que el docente modele la regulación emocional, mostrando una actitud calmada y resiliente ante situaciones de conflicto o estrés en el aula. La demostración de habilidades de regulación por parte del docente enseña a los estudiantes a manejar sus propias emociones, lo que es especialmente relevante en edades

tempranas, donde los niños suelen imitar las actitudes y respuestas emocionales de los adultos que consideran figuras de autoridad. Las capacidades emocionales deben enseñarse, las emociones no surgen en el niño de modo natural, es necesario enseñar a los niños con las palabras y actitudes, saber ponerse en el lugar del otro, la disculpa, el sentimiento de justicia, la pasión por la verdad, el miedo, la ira, la alegría, la felicidad de encontrarnos con otros, la búsqueda del contacto humano dentro del grupo, la tristeza por la ausencia de alguien o algo querido, todo puede ser enfocado y reorientado (Del Valle López, 1998). En el entorno educativo, los docentes enfrentan situaciones en las que los estudiantes pueden experimentar emociones intensas, como frustración, enojo o irritabilidad, y para manejar estos momentos de manera adecuada, es esencial que los maestros cuenten con técnicas específicas que les permitan intervenir emocionalmente. Entre estas técnicas, se destacan por ejemplo la comunicación asertiva, tomando en cuenta que La comunicación lleva al disfrute de las relaciones humanas, porque en la medida que nos comunicamos adecuada y asertivamente, podemos compartir experiencias enriquecedoras (Murcia & Zea Jiménez, 2012). Por ejemplo, en una crisis de irritabilidad o cuando un estudiante muestra agresividad verbal, el docente puede guiar al estudiante a respirar profundamente, lo cual ayuda a reducir la tensión y a calmarse. Asimismo, las pausas activas, que consisten en actividades breves de movimiento, permiten que los estudiantes liberen energía y se relajen. Estas estrategias, aunque se aplican en momentos críticos, son más que soluciones temporales; enseñan a los estudiantes habilidades de autorregulación que pueden aplicar en otros contextos de su vida diaria.

La falta de preparación en este aspecto puede generar inseguridad en los docentes y afectar la forma en que manejan los conflictos en el aula, lo que impacta el ambiente de aprendizaje. Por ello, es fundamental que la formación docente contemple el desarrollo de competencias socioemocionales. Esto implica incluir programas, así como también incentivar el interés e intención de los docentes hacia capacitarse en estas áreas, que les proporcionen tanto herramientas teóricas como prácticas para gestionar sus propias emociones y, a su vez, poder ayudar a los estudiantes con las suyas.

Capacitar a los docentes en habilidades socioemocionales no solo los prepara para enfrentar situaciones de conflicto y estrés, sino que también fomenta un ambiente de aprendizaje más armonioso. La salud emocional del profesor ejemplificado impactará negativamente el proceso de enseñanza aprendizaje de los alumnos a su cargo, y estos a su vez mostrarán resultados poco favorables o bajo aprovechamiento desde el punto de vista

cognitivo (Cajiga González, 2020), en cambio los maestros que estén emocionalmente preparados pueden promover un clima de respeto y comprensión, donde los estudiantes se sientan apoyados y seguros para expresar sus emociones. Esta formación puede permitir que los maestros se sientan más seguros y capaces de manejar las situaciones emocionales del aula, logrando un impacto positivo tanto en el bienestar de los estudiantes como en el propio, fortaleciendo así su papel como guías o modelos en el desarrollo integral de sus alumnos.

En conclusión, los docentes juegan un papel fundamental en la gestión de emociones en el aula, al actuar como modelos de regulación emocional y facilitadores de un ambiente de aprendizaje seguro y respetuoso. La integración de la educación emocional en el rol docente no solo beneficia a los estudiantes en su desarrollo personal y académico, sino que también contribuye a la formación de individuos más resilientes y empáticos. No obstante, para que los docentes puedan cumplir efectivamente con esta función, es imprescindible que cuenten con la formación adecuada y el apoyo necesario. La educación emocional en las escuelas es, por tanto, una inversión en el bienestar y el desarrollo integral de las futuras generaciones.

## Referencias Bibliográficas

Cano Murcia, S. R., & Zea Jiménez, M. (2012). Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la calidad de vida. *Revista Logos, Ciencia & Tecnología*, 4(1), 58-67.

Policía Nacional de Colombia. Disponible en:

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=517751763003>

Del Valle López, A. (1998). Educación de las emociones: concepto, historia y ámbito de las emociones. *Educación*, 7(14). Disponible en:

[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5056784.pdf&ved=2ahUKEwje1cL7ktyJAxUILUQIHbfPOAEQFnoECBwQAQ&usg=AOvVaw1BtOULk5upoDg\\_MqtKHgCY](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5056784.pdf&ved=2ahUKEwje1cL7ktyJAxUILUQIHbfPOAEQFnoECBwQAQ&usg=AOvVaw1BtOULk5upoDg_MqtKHgCY)

Cajiga González, S. del C. (2020). La salud emocional del docente y su relación con el desarrollo del ejercicio profesional. *Revista Electrónica Desafíos Educativos (REDECI)*, 4(7). Sistema Educativo Valladolid. ISSN: 2594-0759. Disponible en:

[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://revista.ciinsev.com/assets/pdf/revistas/REVISTA7/2.pdf&ved=2ahUKEwjDuP5r9yJAxVcIEQIHah-FqcQFnoECBUQAQ&usg=AOvVaw1H\\_O8\\_DCP3qQm7oACrmsXA](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://revista.ciinsev.com/assets/pdf/revistas/REVISTA7/2.pdf&ved=2ahUKEwjDuP5r9yJAxVcIEQIHah-FqcQFnoECBUQAQ&usg=AOvVaw1H_O8_DCP3qQm7oACrmsXA)