

RELACIÓN ENTRE LAS EMOCIONES Y LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE DE
LOS ESTUDIANTES DE LA LICENCIATURA EN INGLÉS-ESPAÑOL DE LA
UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA

ELIZABETH PAYARES PUERTA
ISABELLA ESPINEL RODRÍGUEZ

UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA
ESCUELA DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN INGLÉS-ESPAÑOL
MEDELLÍN

2023

RELACIÓN ENTRE LAS EMOCIONES Y LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE DE
LOS ESTUDIANTES DE LA LICENCIATURA EN INGLÉS-ESPAÑOL DE LA
UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA

ELIZABETH PAYARES PUERTA

ISABELLA ESPINEL RODRÍGUEZ

Trabajo de grado para optar al título de Licenciadas en inglés-español

Asesor

SEBASTIÁN ALEXI WIEDEMANN CABALLERO

Doctor en Educación, Prácticas Artísticas y Filosofía

UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA.

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN INGLÉS Y ESPAÑOL

MEDELLÍN

2023

Agradecimientos

En primer lugar, deseamos expresar nuestro agradecimiento a los directores de esta tesis de pregrado, Daniel Antonio Avendaño Madrigal y Sebastián Alexi Wiedemann Caballero, por su dedicación y apoyo brindado a este trabajo, por la aceptación de manera muy respetuosa de nuestras sugerencias e ideas y por su dirección y el rigor que ha facilitado a las mismas.

En segundo lugar, queremos agradecerle a nuestros compañeros y colegas por su participación en cada una de las intervenciones, ya que gracias a su ayuda y colaboración el trabajo de campo de esta tesis se pudo llevar a cabo de manera exitosa.

Resumen

En primer lugar, este trabajo tiene como objetivo analizar y hacer una reflexión sobre la relación que existe entre las emociones y los procesos de aprendizaje, teniendo en cuenta al ser humano como una persona que está ligada a sus emociones las cuales no se pueden separar o dejar a un lado. Asimismo, para llevar a cabo esta investigación se considerará la relación que existe entre los maestros y estudiantes y cómo estos sobrellevan sus emociones en el proceso de aprendizaje y enseñanza. Además, se tendrá presente la educación emocional desde la pedagogía, el cuidado de sí y el concepto de las emociones en general.

Palabras clave: Educación emocional, Enseñanza, Proceso de aprendizaje de los estudiantes, relación alumno-maestro.

Abstract

In the first place, the objective of this investigation is to analyze and reflect on the relationship between emotions and learning processes, considering that the human being is a person who is connected to his or her emotions, which can not be separated or left aside. Furthermore, to carry out this research is necessary to keep in mind the relationship between teachers and students and how they deal with their emotions in the learning and teaching process. In addition, the emotional education from pedagogy, self-care, and the concept of emotions, in general, will be taken into consideration.

Keywords: Emotional education, teaching, students' learning process, student-teacher relationship.

CONTENIDO

Introducción	9
1. Presentación del problema de investigación.....	14
2. Estado de la cuestión.....	18
3. Marco conceptual	23
3.1 Emociones	23
3.2 Trauma	25
3.3 Relación alumno-maestro.....	28
3.4 Educación emocional	32
3.4.1La educación emocional desde la pedagogía.....	34
3.5 Cuidado de sí	34
4. Metodología	43
5. Propuestas de intervención.....	48
5.1 Diario de campo.....	57
5.1.1 Primer encuentro	57

5.1.2 Segundo encuentro	74
5.1.3 Tercer encuentro	81
5.1.4 Cuarto encuentro	84
5.1.5 Quinto encuentro	88
6. Conclusiones.....	90
Referencias.....	93

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Dibujo de la actividad.....	60
Figura 2. Dibujo de la actividad.....	61
Figura 3. Dibujo de la actividad.....	62
Figura 4. Dibujo de la actividad.....	64
Figura 5. Dibujo de la actividad.....	65
Figura 6. Dibujo de la actividad.....	66
Figura 7. Dibujo de la actividad.....	68
Figura 8. Dibujo de la actividad.....	69
Figura 9. Dibujo de la actividad.....	70
Figura 10. Dibujo de la actividad.....	72
Figura 11. Dibujo de la actividad.....	73
Figura 12. Evidencia del encuentro.....	76
Figura 13. Evidencia del encuentro.....	77
Figura 14. Evidencia del encuentro.....	77
Figura 15. Evidencia del encuentro.....	78
Figura 16. Evidencia del encuentro.....	79
Figura 17. Evidencia del encuentro.....	79
Figura 18. Evidencia de la actividad.....	83
Figura 19. Evidencia de la actividad.....	83

Figura 20. Evidencia del último encuentro con los compañeros...86

Figura 21. Evidencia del último encuentro con los compañeros...86

INTRODUCCIÓN

“Educar la mente sin educar el corazón no es educar en absoluto” Aristóteles

Para nadie es un secreto que las personas pasan por momentos difíciles en cualquier instante de la vida, y que algunos de esos problemas pueden acabar en una situación irreversible para ellas y el escenario escolar no es la excepción y puede darse esta situación, para muchos estudiantes, en la relación con sus profesores. Tal vez, algunos maestros de infancia tomaban una actitud negativa con el estudiante cuando no alcanzaban los objetivos planteados por él en la clase, que además tenían conductas un poco exageradas y ponían castigos tales como firmar el libro de anotaciones o llevar a rectoría. Aunque se hiciera una lista de las emociones que generaba tal situación, sumada a las que de por sí ya tenían, seguramente la mayoría serían negativas.

Por lo tanto, es importante tener en cuenta principalmente aquellas emociones que afectan negativamente al ser humano, ya que algunas personas se bloquean y no pueden obtener los resultados deseados en el ámbito académico. La idea es que se obtenga una vista envolvente de que es un proceso constitutivo de todo ser humano y que no se puede desligar de ellas. Asimismo, es de mucha relevancia saber que las emociones se manifiestan a través de señales e indicios en el cuerpo humano, como es el caso por ejemplo de la ira la cual incluye varias emociones: el resentimiento, la ira reprimida, irritabilidad, frustración, rencor y la animosidad. Además, La ira provoca síntomas como dolor de cabeza y en el cuello, mareos, manchas rojas en la parte frontal del cuello, lengua roja, entre otras. Por lo tanto, a lo largo de este trabajo se va a exponer la importancia que las emociones tienen en

el aula de clase, para así tratar de percibir con el cuidado necesario una emoción, también afrontarla y que el maestro sea una fuente de apoyo desde las necesidades reales y singulares del alumno en cuestión.

Esta es una experiencia bastante pertinente ya que como investigadoras y futuras maestras es de mucha importancia conocer al otro en el ámbito de las emociones, a través de un estudio consistente con el fin de buscar que los maestros le den un buen manejo al tema de las emociones para que los alumnos sepan identificarlas y no verlas desde una perspectiva negativa. Además, es un tema el cuál es pertinente llevarlo al aula para así poder informar a los estudiantes del proceso constitutivo que vive el ser humano cuando se enfrenta a esas sensaciones que provocan las emociones, ya sean negativas o positivas. Teniendo en cuenta lo anterior, podríamos crear estrategias en el aula de clase, como futuras docentes, para evitar falencias en el ámbito académico y que los estudiantes tengan un proceso de formación adecuado.

Por otra parte, con esta propuesta podemos vivenciar cuál es la posible realidad la cual enfrentan los estudiantes de la licenciatura en la dimensión emocional y cómo afecta este en el aula de clase. Además, pensando en potenciar el conocimiento sobre las emociones en nuestros futuros estudiantes, ya sea en el ámbito escolar o universitario, nos va a permitir que nuestras clases sean más asertivas, que se logre que los estudiantes tengan un buen rendimiento académico y que el proceso de aprendizaje sea más eficaz en ellos. Asimismo, como futuras docentes debemos saber sobre este tema, ya que las emociones juegan un papel demasiado importante tanto en el estudiante como el maestro, en general en la educación.

Continuando, esto es algo que no está en las apuestas curriculares. Por eso nos parece pertinente llevar a cabo esta investigación para empezar a implementar en el aula lo que se propone en las investigaciones realizadas anteriormente, y lo que se va a analizar en esta según estudios por medio de encuestas y otras disposiciones metodológicas para obtener una visión más específica. Adicionalmente, con esta investigación es importante dar a conocer a algunos maestros y maestros en formación, que todas las emociones son parte de un proceso de construcción de identidad y subjetividad, y que saber identificarlas facilitara la solución a situaciones adversas.

El gran reto que tienen los maestros es enfrentarse a estas situaciones en el aula de clase, ya que, así como los alumnos ellos también son vulnerables a vivir cualquier situación que se les salga de las manos. Pero como se mencionó anteriormente lo importante es abrazar y acoger estas sensaciones y no verlas como un problema, al contrario, cuando una persona aprende a reconocer sus emociones se le facilitaran muchos asuntos en su vida y podrá tomar decisiones de una manera calmada y con mayor conciencia. Claramente, el ser humano no está preparado para dominar sus emociones, pero la escuela, a través de profesionales, otorga la oportunidad para que los alumnos puedan ser orientados por sus maestros y ver otras perspectivas en definición al termino emoción.

En este proyecto de grado, se irán disponiendo elementos y herramientas, que un maestro podrá implementar en el aula de clase. Viendo que este es un tema tan importante para las personas, decidimos hacer esta investigación analizando el contexto de los alumnos universitarios de la Licenciatura en inglés y español de la Universidad Pontificia

Bolivariana, con el fin de entender el contexto en que estas emociones los afectan.

Claramente no se pretende solucionar el problema, sino más bien hacer un diagnóstico para que los estudiantes de la licenciatura tengan al alcance esta información a la vez que se aporta una propuesta pedagógica orientada a las emociones y los efectos.

Asimismo, la idea de la observación no es solamente cumplir con un trabajo, sino que aportar un conocimiento a los alumnos y a las investigadoras que están haciendo este proceso. Dicho conocimiento se basa en reconocer las emociones y saber manejarlas, debido a que si una persona le da trascendencia a la emoción puede generar problemas como depresión o ansiedad. Si ves hacia atrás puedes crear depresión, y si miras al futuro podrás crear ansiedad, por eso es necesario estar en un punto neutro en el presente para no afectar la salud.

Por consiguiente, para entender un poco más el término sobre depresión, *Retamal en su texto dice que La depresión puede ser definida como uno de los tipos de alteración del ánimo, consistente en su disminución, con un grado variable de pérdida de interés o dificultad para experimentar placer en las actividades habituales y acompañado de diversos síntomas psíquicos (tristeza, alteraciones de la concentración, memoria, etc.) y físicos (disminución de la libido, anorexia-hiperfagia, etc.) (1999, pág.1)*

Por lo tanto, la depresión tiene graves consecuencias en la vida de las personas, pueden dañar tanto la salud física como la mental y puede generar graves consecuencias en el cuerpo humano. Por eso, investigar sobre el tema de las emociones va a ser fundamental en el aula de clase, con el objetivo de concientizar a los estudiantes de las posibles consecuencias de no saber identificar las emociones.

Ahora bien, la ansiedad es una sensación la cual todos los seres humanos han experimentado por lo menos una vez en sus vidas, así sea en un grado moderado. Pero, la ansiedad puede descontrolar el estado de ánimo de una persona, y esto se ve reflejado en la manera en que toma algunas situaciones, para ser más claros *Ortega, et al (2003, pág.15)*

En general, el término ansiedad alude a la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan ya sea en forma de crisis o bien como un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico.

La ansiedad, sigue siendo un tema de gran importancia hoy en día, ya que genera cierto grado de incertidumbre, inquietud, zozobra del ánimo, siendo esta una emoción complicada, y que genera tensión emocional. Asimismo, teniendo en la cuenta lo mencionado anteriormente, es necesario mencionar que durante todo este trabajo de investigación se estarán abordando temas que son de vital importancia para este trabajo de grado como lo son: la educación emocional, las emociones y su variedad, el trauma, la educación emocional desde la pedagogía, relación alumno-maestro, entre otros temas fundamentales para este proyecto de investigación.

1. PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Algunos alumnos de la Universidad Pontificia Bolivariana presentan desmotivación al momento de realizar las actividades académicas por las afectaciones emocionales, además esto provoca un posible bajo desempeño académico. Esto debido a que las emociones juegan un papel importante en el contexto y no se pueden desligar de sus obligaciones escolares, debiendo cumplir con las actividades propuestas por los maestros. Al mismo tiempo, su carga de trabajo sigue siendo alta, por lo que genera que posiblemente descuiden su estudio por algún problema personal. Pero también es cierto que actualmente la Universidad tiene medios y alternativas de apoyo psicosocial para que los estudiantes accedan a ellas y poder ser escuchados por profesionales que la Universidad dispone. Por otra parte, los maestros muchas veces son comprensivos ante la situación que puede presentar un alumno y les otorgan flexibilidad para que puedan estar al mismo nivel que los otros compañeros, aunque algunos maestros no son lo suficientemente flexibles y la situación se podría empeorar.

De igual manera, muchos de los alumnos que están pasando por un mal momento no acceden a las herramientas brindadas por la Universidad y deciden callar o no ser escuchados por un profesional que puede dar consejos para mejorar la situación. Como es habitual, el semestre tiene algunas semanas que son muy pesadas y hay mucha carga académica, por lo cual, es posible que los alumnos terminen colapsados o que no tengan motivación para cumplir con sus responsabilidades y ahí es donde se ven afectados. Teniendo en cuenta lo anterior, cuando los alumnos no informan sobre estos inconvenientes, los maestros se han visto en la obligación de tomar cartas en el asunto ya

que no saben qué es lo que pasa realmente con sus estudiantes y el tema de las emociones en el aula se vuelve más complejo.

La cuestión es que muchas personas ven las emociones como algo malo, pero en realidad el problema radica en cómo relacionarnos con las emociones sin desligarlas del contexto educativo. Además, debido a las situaciones presentadas anteriormente, en los últimos veinte años se ha desarrollado un interés creciente en la comunidad científica en torno a la influencia de las habilidades emocionales y, de manera concreta, en la manera cómo se relacionan los individuos y cómo afrontan los conflictos y las presiones diarias (Ariza, Bonilla, León y Vaca, 2017; Extremera, Fernández & Salovey, 2006; Rieffe, Broekhof, Kouwenberg, Faber, Tsutsui & Güroğlu, 2016). Además, cabe aclarar, que de acuerdo con el artículo llamado “Análisis de factores asociados a emociones positivas y negativas en estudiantes universitarios” Las emociones pueden ser conceptualizadas como fenómenos agradables o desagradables que experimentamos con independencia de nuestra voluntad y que se producen con respecto a un objeto, persona o situación concreta.

Debido al gran impacto de las emociones, estas se constituyen en un factor de peso para comprender el comportamiento académico de los estudiantes. En este sentido, las emociones influyen sobre el ajuste académico de los estudiantes, determinan la dedicación de los recursos cognitivos sobre las estrategias metacognitivas utilizadas durante el estudio y sobre el rendimiento académico alcanzado. Sumado a Vilte Ferrero, Emanuel, 2010). Por lo tanto, se ve como necesario que los estudiantes, posiblemente, creen o tengan la capacidad de interactuar con sus emociones, ya que esto es esencial para afrontar los

hechos estresantes que se presentan en la vida cotidiana de una manera proactiva y resiliente. Esto, debido a que la ausencia de esta habilidad aumenta la probabilidad de que los adolescentes y jóvenes sufran de depresión, ansiedad, problemas de conducta y bajo rendimiento académico (Rodríguez, 2017; Velasco, Manzano, Castillo & Rovira, 2004).

Debido a lo mencionado anteriormente, este trabajo de investigación tiene como finalidad comprender o intervenir en ese proceso que tiene los estudiantes durante su etapa de aprendizaje y su vida en general se ve permeada por la falta de educación emocional y el poco conocimiento que se tiene sobre el manejo de las emociones. Por lo que se ha propuesto analizar la influencia de las emociones en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de la UPB y como contribuir al buen manejo de estas.

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA

¿Cómo contribuir a un manejo adecuado de los factores emocionales que inciden en los procesos de aprendizaje de los estudiantes del 9 semestre de licenciatura de la Universidad Pontificia Bolivariana en el 2023?

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

Objetivo General

Contribuir a un uso adecuado de los factores emocionales que inciden en los procesos de aprendizaje de los estudiantes del 8 semestre de la licenciatura en inglés y español en la Universidad Pontificia Bolivariana.

Objetivos específicos

- Identificar y reconocer los referentes conceptuales sobre la educación emocional para ser aplicados en las experiencias y en el proceso de aprendizaje.
- Proponer una experiencia de aprendizaje sobre manejo adecuado de los factores emocionales que inciden en los procesos académicos del estudiante.

2. ESTADO DE LA CUESTIÓN

En Colombia se ha hablado de la importancia de la interacción alumno/maestro, debido a que, gracias a la labor docente, él es quien fomenta un ambiente didáctico en el cual se le da la oportunidad a cada estudiante de expresar sus ideas. Teniendo en cuenta la interacción entre estos dos sujetos, no solo se basa en el ámbito académico, sino también en el fortalecimiento de las aptitudes del alumno. Asimismo, siguiendo con lo dicho anteriormente, se debe saber que la relación entre docente-alumno va mucho más allá del vínculo educativo; debido a que para el alumno esta relación no se ve limitada en lo educativo. Incluso, para los niños que entran a primeros grados la relación es afectiva antes que educativa.

Continuando, es necesario hablar de esta interacción, ya que esta es presentada a partir de cuatro subcategorías que, “permiten ordenar dicha reflexión: el inconsciente del maestro; el maestro y el deseo de saber; el maestro, la cultura y la ley; y, por último, los conocimientos del maestro y sus efectos en la intervención” Mejía (2006), Toro (2006), Flores (2006), Cortez (2006) y Fernández (2006). Estas subcategorías lo que hacen es analizar el comportamiento tanto del maestro como del alumno, con el fin de llegar a la conclusión de que el maestro permitiría introducir, en el niño, la responsabilidad consigo mismo y con el otro. A su vez, le exigiría al alumno para ocuparse de su propio cuerpo y ser, es decir, sus actos, su estabilidad, su sexualidad, entre otros de una forma adecuada.

Además, en la Universidad Pontificia Bolivariana se tienen en cuenta algunos alumnos de la licenciatura en inglés y español sobre cómo se sienten en el aula de clase con

respecto a sus emociones, y lo difícil que es desligarlas de su quehacer como estudiantes. Dicho esto, la interacción que hay entre estos sujetos maestro/alumno, facilita la comunicación y la comprensión de este tema en el aula. Lo cual facilita a los investigadores realizar una búsqueda más profunda del tema, e ir indagando sobre posibles problemas y soluciones. En relación con lo anterior, y teniendo en cuenta específicamente investigadores y publicaciones referentes al tema en cuestión, a continuación, intentaremos relacionar los aportes más relevantes y específicamente ligados a nuestra investigación estableciendo un orden cronológico.

En primer lugar, Moserrate G & Barcias M, 2020, p. 04) De este modo, en el contexto educativo es imprescindible tomar en cuenta la influencia de las emociones para los fines de los objetivos educacionales, como lo es el logro de aprendizajes significativos (Ausubel,2000, citado por Moserrate G & Barcias M, 2020, p. 04), ideas, se puede decir (Casassus, 2006, como se citó en Moserrate G & Barcias M, 2020, p. 04) señala que no hay aprendizajes fuera del espacio emocional (Casassus, 2006, citado por Moserrate G & Barcias M, 2020, p.05), al punto que las emociones son determinantes para facilitar u obstaculizar los aprendizajes, que a su vez están determinados por las necesidades e intereses del sujeto, debido a su interacción con el entorno. En otras palabras, dependiendo del tipo de emociones ya sea negativas o positivas éstas pueden ser una pieza clave en el proceso de aprendizaje.

Además, (Bisquerra, 2000, como se citó en Moserrate G & Barcias M, 2020, p.08) afirma que “una buena educación emocional, una educación para la vida (personal, social, familiar, profesional, etc.) proporciona mayor bienestar subjetivo, salud física y mental, mayores dosis de felicidad, y con ello, mayor bienestar social y calidad de vida.” (Bisquerra, 2000, citado por Moserrate G & Barcias M, 2020, p. 09). Por lo cual, la valoración de este proceso de acuerdo con Plan Nacional del Buen Vivir (2017-2021), se verán reflejados en las evaluaciones nacionales e internacionales de estudiantes y maestros. En relación con esto, se puede afirmar (León,2012, como se citó en Moserrate G & Barcias M, 2020, p.08) que “todo conocimiento y toda búsqueda conducen a algún tipo de bienestar, felicidad e identidad, y además a vivir bien, entonces el conocimiento conduce al placer y al bienestar. Un objetivo de la educación es la felicidad del ser humano.”

Bajo las premisas mencionadas anteriormente, la educación emocional tiene un rol primordial para el desarrollo integral de las personas desde la infancia, la cual responde a la enseñanza del manejo de las emociones en el ámbito educativo, no solo para el aprendizaje escolar, sino para enfrentar los desafíos diarios del entorno social del cual forma parte. Ya que, en resumidas cuentas, el desempeño académico de los estudiantes puede estar condicionado por el apoyo y compromiso de la familia con sus representados; por la facultad de los docentes para propiciar ambientes facilitadores del aprendizaje, y por la capacidad del estudiante de tratar de asumir su propia responsabilidad en un entorno social y emocional adecuado, entre otros factores intervinientes en el proceso educativo.

Continuando con lo anteriormente mencionado, podemos decir, González,2015, como se citó en Moserrate G & Barcias M, 2020, p.10) que la emoción es clave para el aprendizaje y es una pieza fundamental para quien enseña (maestro) y para quien aprende (estudiante) (González,2015; citado por Moserrate G & Barcias M, 2020, p.10). “Por ello se debe considerar, como pareja indisoluble, la emoción y la cognición.” De acuerdo con estas afirmaciones dadas, las emociones influyen en el aprendizaje y por tanto están directamente relacionadas con en el desempeño académico del estudiante. En esta misma línea, (Bisquerra, 2000, como se citó en citado por Moserrate G & Barcias M, 2020, p.06) señala diremos que “las repercusiones de la educación emocional pueden dejarse sentir en las relaciones interpersonales, el clima de la clase, la disciplina, el rendimiento académico, etc. A tal fin, haciendo particular mención al rendimiento académico, como una dimensión del ámbito educacional a través de la cual se valoriza el proceso de aprendizaje, se tiene que según (Pulido & Herrera, 2017, como se citó en Moserrate G & Barcias M, 2020) se refiere al nivel de conocimientos y destrezas escolares exhibidos por los estudiantes, la cual se refleja) a través de las calificaciones escolares.

En concordancia con lo anterior, Goleman (1995) indica que: El desarrollo emocional que hace parte del desarrollo integral, es un proceso de adquisición de habilidades que puede ser enseñado y aprendido, y que no sólo es útil para la interacción inmediata y rutinaria de los niños como personas en sus entornos inmediatos, sino que, además, este es un aprendizaje de un conjunto de habilidades que garantizan el éxito en el mundo actual.

Entre otras cosas para analizar la relación que existe entre las emociones desde el punto de vista de un investigador o de otras personas que también se han tomado el trabajo de investigar la importancia que tienen las emociones en el proceso de aprendizaje y en general en la educación. Además, tomando como referente dichos documentos, podremos tener una vista más general sobre como influyen las emociones en el aula en diferentes contextos que los autores analizaron en sus investigaciones.

3. MARCO CONCEPTUAL

3.1 EMOCIONES

Una emoción es una alteración del estado de ánimo que lleva a que el ser humano se conmueva ante varias situaciones que se le presenta en su diario vivir. En primer lugar, es relevante conocer la etimología de la palabra la cual *“proviene del latín emotio, emotionis, nombre que se deriva del verbo emovere” s/a (2022, párr.1)* dicho verbo tiene repercusión en el latín vulgar para expresar situaciones tales como, mover, trasladar, impresionar. Lo cual lleva a la adaptación a lenguas provenientes del latín, como el español, la palabra *emoción*. Esta palabra es utilizada para expresar estados de ánimo como la ira, alegría, miedo, tristeza, sorpresa, entre otros. Entonces, cuando una persona se enfrenta ciertas situaciones externas *“el organismo detecta algún peligro, amenaza o desequilibrio con el fin de poner en marcha los recursos a su alcance para controlar la situación” (aecc, s/f, pág.4)*. Por eso, se dice que las emociones son algo inherente al ser humano ya que son necesarias para la supervivencia. A continuación, se traerá a colación un ejemplo el cual muestra la importancia de ellas en la vida del ser humano.

Una de las básicas emociones, es el miedo, esta es necesaria para *“apartarnos de un peligro y actuar con precaución” (aecc, s/f, pág.5)* Pero, el miedo, no siempre proviene precisamente de una experiencia a la cual alguien se haya enfrentado, sino que también se produce esta sensación, cuando la persona identifica el peligro externo. Camacho en su artículo *¿para qué sirve el miedo?* afirma que si ‘una persona vive sin miedo solo hay una posibilidad: morir, ya que se pondría en riesgo la vida en situaciones de peligro’. En pocas

palabras, el miedo es sinónimo de supervivencia. *Camacho (2019)* Así como el miedo, hay otras emociones inherentes al ser humano como la alegría. La alegría es sinónimo de salud, hay muchos estudios los cuales afirman que estar alegre tiene muchos beneficios para la salud mental; “disminuye el estrés, mayor rendimiento, mejora el sueño, refuerza las conductas, entre otras”. UTADEO (2021, párr.4) Por ejemplo, cuando se siente alegría se consigue uno de los objetivos de la persona y se presenta satisfacción al lograrlo.

¿Cómo funcionan las emociones negativas?

Las emociones negativas hacen que el estudiante se limite y que se enfoque solo en las amenazas; cuando hay emociones como la preocupación, la tristeza o el enojo la perspectiva para ver las cosas se reduce y automáticamente el alumno se bloquea para captar un nuevo conocimiento, igualmente su aprendizaje se verá limitado. Esto se debe a que la atención del sujeto se centra solamente en la amenaza o molestia.

- *Ejemplo:* si alguien teme a los roedores y ve uno, inmediatamente se paraliza y lo único que puede ver es al roedor. Todo se le limita en el momento, hasta que el animal desaparezca.

Por otro lado, las emociones positivas permiten ver un plano más amplio sobre las situaciones que se presentan en la cotidianidad, establecer conexiones, pensamientos, ser más creativos, establecer conexiones con los demás, etc. Por tanto, las emociones positivas son cruciales para el aprendizaje.

- *Ejemplo:* se ha dicho que si una persona obtiene un éxito es feliz, pero debería ser lo contrario, cuando el estudiante está feliz consigue esas metas que en algún momento deseó.

3.2 TRAUMA

Por otra parte, una alteración del ánimo es de menos duración comparada con un sentimiento el cual es de mayor intensidad, por lo tanto, cuando el sentimiento es duradero puede ocasionar traumas en la persona. El trauma puede provenir de experiencias de acoso escolar, agresión violenta, abuso físico y emocional, y se vuelve tan compleja esta situación para los alumnos que se puede comparar con el término *epidemia silenciosa*. Para tener claridad sobre este término la epidemia es una enfermedad que se propaga durante algún tiempo en un país y afecta a un gran número de personas; por eso, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha considerado “el trauma como una epidemia” (2016).

Ahora bien, el trauma se puede presentar como eventos no intencionados como son los accidentes, las enfermedades que comprometen intensamente la salud de la persona, o daño que amenace la vida. Aunque estos traumas son fuertes para que un alumno lo soporte, no existe intencionalidad de provocar daño al sujeto. En adición, están los traumas intencionados los cuales se dan por hechos de violencia con toda la intencionalidad de provocar daños en el alumno; estos daños pueden ser físicos o mentales. Pero, estos traumas intencionales no solo se dan en la escuela, sino que también son causados por “fenómenos socioeconómicos y culturales, pobreza extrema, corrupción, narcotráfico” (Brasilio, et al. 2016, pág.14) entre otras más.

Por otra parte, cuando un alumno presenta dificultades para afrontar y procesar estas emociones, el contexto en el que vive se ve afectado, es decir, sus relaciones socioafectivas, académicas, familiares, incluso personales; y, si esto es difícil, puede ser más complicado curar las cicatrices dejadas por el trauma. Esto debido a:

1. **La víctima de trauma puede culparse así mismo:** cuando se ignora el impacto del trauma este suele robarle la tranquilidad a la persona. Se cree que todo es culpa de la víctima, y se le suma a este, sentimientos de vergüenza y arrepentimiento; y, aunque muchas personas le den a entender al individuo que no es su culpa, este no puede dejar de sentirse culpable.
2. **Se reprimen los sentimientos:** como mecanismo de defensa, la víctima después de un evento traumático se puede sentir vulnerable ante situaciones de su contexto. Entonces, puede reprimir sus emociones y hacer como si todo estuviera “bien”, por lo tanto, su comportamiento en el aula cambia.
3. Según la asociación estadounidense de psicología, una de las primeras señales del trauma es la experimentación de pensamientos intrusivos, flashbacks, y pesadillas vividas (2015). El trauma puede ser tan angustioso que interrumpe la rutina diaria de la persona, los hábitos alimenticios, y rutina diaria.
4. **Aislamiento:** generalmente cuando una persona es víctima de un trauma, ya sea ocasionado o no, suele evitar el contacto con los demás e incluso excluir a seres queridos.
5. **Asume lo peor:** en esta consecuencia del trauma, la persona asume que va a pasar algo malo ante una situación, por ejemplo, no confiar en nadie, aunque la persona tenga buenas intenciones; esto debido a que se ha aprendido de experiencias pasadas y usualmente llegan recuerdos de lo sucedido anteriormente.

Con lo anteriormente expuesto, el trauma deja heridas al sujeto difíciles de curar y conlleva un gran proceso de superación. En muchos casos, el trauma debe ser tratado

con especialistas para poder solucionar el problema desde el ámbito científico y psicológico para que este tenga éxito. Como se mencionó anteriormente, el trauma amenaza profundamente el bienestar del alumno y se vuelve un obstáculo para que este continúe su estilo de vida como usualmente acostumbra a llevarlo. Por lo tanto, el bajo rendimiento, tanto académico como en otras disciplinas en las que se desenvuelve es visible, ya que el sujeto está viviendo nuevos sucesos los cuales son complicados adaptarlos a su nueva realidad. Generalmente, no sería lo correcto exigirle al alumno una respuesta positiva en la escuela, sin antes evaluar el caso detenidamente con profesionales de la salud.

Entonces, teniendo en cuenta de que el trauma es considerado como una epidemia y una enfermedad grave en la vida de los alumnos es necesario que *“el primer paso para brindar apoyo a los niños y adolescentes expuestos a traumas y adversidades es ayudarlos a sentirse seguros en la escuela y demostrar modelos de relaciones de trabajo alternativos” Jennings (2019, párr. 1)*

En muchas ocasiones, los estudiantes no son escuchados en casa, entonces buscan ser escuchados en otros lugares; por lo tanto, la escuela debería preparar a los maestros para identificar cuando un alumno cambia su conducta de repente o estar alerta a muchas señales que presente el estudiante. Las emociones son realmente importantes para la vida de cada persona, por ende, se debe estar motivando a casa estudiante a ser mejor, a actuar de la mejor manera, a guiarlo en la toma decisiones y, lo más importante, hacerle sentir la compañía de sus educadores.

Por otra parte, aunque el trauma *“puede variar según la cultura, la raza, el género, la ubicación geográfica y otros factores” Mental Health America, inc. (2022, párr. 4)*

El alumno siempre va a reflejar la incomodidad de alguna manera, es decir, con el lenguaje verbal, no verbal, cambio de actitud, bajo rendimiento académico, entre otros. Esto puede ocasionar grandes problemáticas en la vida del estudiante; incluso pensar en querer suicidarse. Entonces, el maestro puede ser de gran apoyo para su estudiante, esto lo puede hacer, cambiando la dinámica de la clase, teniendo en cuenta que no todo es trabajo académico, sino, hacerle ver al estudiante que la educación también es diversión y que este no la vea como algo malo.

3.3 RELACIÓN ALUMNO MAESTRO

Por lo tanto, la relación maestro-alumno es fundamental ya que es difícil poder enseñar cuando no hay una buena relación maestro-alumno. Aunque debe haber una relación de respeto por ambas partes, es importante que el maestro se ponga *Cámere (2009) “al servicio de los fines particulares del alumno”* esto, debido a que *“en la docencia, la persona del maestro se entrega, por lo tanto, a la consecución de los fines del estudiante” (párr. 7)* Por ende, si esta relación no se da, el resultado del proceso de aprendizaje no sería fructuoso. Entonces, es importante crear un ambiente neutral en el aula el cual permita tener un ambiente armonioso entre los sujetos. Además, la importancia de tener un buen maestro en el aula proporciona una actitud positiva a la formación del estudiante en dirección a su estudio, a su integridad, lo social, lo cultural, entre otras.

Por otra parte, para que haya una buena relación entre estos dos sujetos es importante analizar el contexto en que estos se desarrollan y cómo lo hacen, es decir,

muchos maestros son muy buenos en su labor, pero no proponen ideas para que sus estudiantes participen, entonces no habría como tal una interacción entre estos. Tal como lo afirma García, et al:

“En este sentido, se puede decir que debe haber necesariamente compromiso por parte de los sujetos que conforman la pareja educativa, así como responsabilidad, honestidad, atención y participación, ya que si uno de los dos no asume la responsabilidad y compromiso el proceso enseñanza aprendizaje no tendrá éxito” (2014, pág.5)

Los maestros deben despertar en los alumnos interés en su materia para que el alumno obtenga resultados satisfactorios. Sumando que un factor principal por el cual la relación entre estos se ve afectada es debido a que los maestros no tienen mucho tiempo para interactuar con sus alumnos tal como lo afirma (García et al)

“fuera de las aulas que le permitan establecer lazos de confianza y amistad, acercarse y platicar con ellos con el fin de conocer sus inquietudes, sus expectativas, sus aspiraciones, sus problemas, de tal forma que en un momento dado los alumnos logren identificarse con sus profesores y se motiven” (2014, pág.4)

Claramente, estos lazos siempre deben ser basados en el respeto, en las normas de la comunidad educativa y, entre otros aspectos, para que la relación entre estos dos sujetos sea de manera agradable. *“Es importante ser respetuosos consigo mismo y con los demás, es un valor muy importante que se debe cultivar día a día, en el hogar, la*

escuela, con la familia, amigos, y todas las personas que están alrededor”. Maria (2017, párr.2)

Cuando el maestro tiene dichos acercamientos hacia sus alumnos, estos pueden tener la confianza de contar por la situación que están pasando y el maestro puede ser una guía en asuntos de fácil solución, pero, cuando el problema evoluciona y se vuelve complejo de solucionar, es necesario que el maestro escale la situación al personal encargado como: psico-orientadores y psicólogos.

Adicionalmente, hay emociones constantemente presentes en el aula, a las cuales los estudiantes reaccionan con gestos, con lenguaje verbal o no verbal, hay emociones generales y emociones personales. Por ejemplo, cuando el maestro dice: “el grupo por su buen comportamiento y buenas notas se acaba de ganar un paseo” los estudiantes pasan por una *emoción*, probablemente *la felicidad* y lo expresan mediante *gritos, silbidos, risas, movimientos corporales*, entre otros. Dicha situación, el maestro la debe controlar si están en un espacio cerrado como el aula, para no interrumpir las demás clases. Las emociones personales, el maestro también puede ser de gran ayuda para sus alumnos siempre y cuando el alumno sienta la confianza de contarle al maestro por lo que está enfrentando. Generalmente, en la educación superior este contacto es menos limitante como en la escuela debido a la diferencia de edades, por lo tanto, hay más restricción en la escuela.

Ahora bien, la responsabilidad de los maestros es proporcionar un ambiente positivo en las clases para que emociones positivas como la alegría, satisfacción y entusiasmo fluyan y mejoren el aprendizaje. Tal como lo afirma Restrepo “*los docentes deben fomentar ambientes de formación, educación y cooperación, de igual forma los padres al*

estar interesados en conocer los procesos de aprendizajes, se integrarán con más facilidad a la escuela y por consiguiente a sus hijos". (2015, párr. 4) Una de las emociones más importantes que deben incluir los docentes en el aula de clase; es la curiosidad. La curiosidad hace que cada estudiante se cuestione críticamente ante las situaciones que se le presentan y se involucren en lo que desean saber.

Lamentablemente, los alumnos cuando entran a la escuela dejan de formular preguntas ya que están constantemente presionados por responder de la manera indicada, y temen equivocarse o que se burlen de él.

En el caso de los niños de primaria, ellos tienen un pensamiento creativo y se atreven a hacer preguntas y arriesgarse a hacer actividades para aprender, pero a medida que crecen van perdiendo esa creatividad por el afán por responder correctamente. A esta edad, los niños pasan por la etapa de las operaciones formales, y *“a partir de los 12 años: las personas son capaces de utilizar la lógica para llegar a conclusiones abstractas, no logadas con un caso concreto” UNIR (2020, párr.7).*

Por lo tanto, en la relación maestro-alumno es importante que se fomenten las emociones positivas y creatividad desde la escuela para que se enfrenten a contextos diversos y sin temor.

La escuela vista como espacio social *“va emergiendo de las interacciones intersubjetivas de los individuos que la conforman, por lo tanto, las comprensiones del mundo, las prácticas sociales y la lógica cotidiana surgen de esas relaciones” Nili, R (2014, pág. 7)* Entonces, cuando el alumno tiene una relación positiva con el maestro, por ende, tiene una mejor interacción con su entorno. Además, la institución se pregunta

¿Qué tipo de seres humanos queremos formar? Y es ahí cuando se adaptan a un modelo pedagógico, el cual el maestro es el responsable de formar a los alumnos de acuerdo con el modelo de la institución. Por esa razón, la relación entre estos dos sujetos es fundamental para que el alumno tenga habilidades para comunicarse de manera adecuada con su entorno, y de acuerdo con el modelo de la institución.

3.4 EDUCACIÓN EMOCIONAL

Las emociones son lo más importante para el ser humano, ya que en ellas hay lo mejor y lo peor de la vida de una persona, es decir, hay emociones como la ira, la rabia, la indignación, la angustia, y más, y estas emociones, ocasiones han creado problemas en el aula de clase lo cual ha marcado la vida de los alumnos en cierta medida. Por otro lado, hay emociones que dan lo mejor para la vida de una persona como lo es la alegría, la felicidad, el amor, compasión, amor. Por lo tanto, como todas estas emociones tienen influencia en la vida del alumno ya sea negativa o positivamente, es necesario analizar la educación emocional como uno de los temas más importantes y necesarios en la escuela.

Aunque la educación ha dado pasos muy grandes en cuanto a la implementación del desarrollo cognitivo, por ejemplo, en el siglo XX había mucho analfabetismo y en el siglo XI empezó a desarrollarse aún más la escolarización, pero, se cree que debería haber énfasis en el desarrollo cognitivo implementando la dimensión emocional. Bisquerra, es uno de los autores más importantes que ha hablado sobre este tema, entonces, él define la educación emocional como *“Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo*

cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral” (2000, pág. 243)

Cuando se desarrolla de manera adecuada la educación emocional es muy probable que el rendimiento mejore, esto debido a que el alumno no deja a un lado su *SER* por su *QUE HACER* y esto es realmente importante para mejorar su proceso de aprendizaje del alumno. Pero ¿en qué momento se debería empezar a implementar la inteligencia emocional? Y a esto según la experiencia que se ha tenido como estudiantes de licenciatura en inglés y español, esta inteligencia se debería desarrollar primero en la familia, en las primeras etapas en la que el alumno se está desarrollando; luego de esa etapa, lo fundamental sería reforzarlo en la educación infantil; luego primaria, secundaria, bachillerato y por último la universidad. Tal como lo afirma Vivas, el cual dice que es un proceso:

“la educación es un proceso caracterizado por la relación interpersonal, la cual está impregnada de factores emocionales y ello exige que se le preste una atención especial a las emociones por las múltiples influencias que tienen en el proceso educativo”. (2003, pág. 3)

Ahora bien, los adultos son los que tienen la responsabilidad de generar un espacio agradable para que la educación emocional fluya de manera natural y acertada, esto se hace comunicándose con los estudiantes de una forma amorosa, respetuosa, amable, armoniosa, entre otras. En la medida que se utilizan estas palabras y se ponen en práctica en el aula de clase, esto ya hace parte del entrenamiento emocional, además, cuando los alumnos ven que estas palabras son usadas por lo demás las empiezan a implementar en su vocabulario. También, (Bisquerra 2001 citado en Vivas, 2003, pág. 4) advierte que es necesario

diferenciar lo que podría llamarse educación afectiva y educación del afecto. Al respecto afirma:

La educación emocional supone pasar de la educación afectiva a la educación del afecto. Hasta ahora la dimensión afectiva en educación o educación afectiva se ha entendido como educar poniendo afecto en el proceso educativo. Ahora se trata de educar el afecto, es decir, de impartir conocimientos teóricos y prácticos sobre las emociones.

Realmente, en temas emocionales, a los estudiantes no se les ha enseñado mucho en la escuela, el desarrollo emocional es para toda la vida, y está en constante cambio, por lo tanto, van a haber transformaciones emocionales y los maestros deberían estar ahí para sus estudiantes. Son muy pocos los casos en los que en una carrera universitaria o en la escuela se enseña realmente lo que es una emoción, y es algo muy necesario para avanzar como seres humanos y desarrollarse en sociedad.

3.4.1 La educación emocional desde la pedagogía

Partiendo desde la idea de que la educación emocional suele ser algo a lo cual se le da muy poca importancia, día a día esta, está retomando la importancia que realmente merece. En la actualidad, la educación emocional ha adquirido aún más relevancia en el sector de la educación ya que existe interés por parte del maestro y el personal educativo en conocer sobre el tema; ya que muchos problemas que se dan en el sector educativo y en los estudiantes se originan o están relacionado con las emociones. *Flórez* destaca que “*en la indagación teórica centrada en la formación se han encontrado ciertos sentidos que se han erigido como principios pedagógicos que continúan vigentes en el discurso*

contemporáneo". (2001, Pag.17) Asimismo, (Flores, 2001 citado en Vivas, 2003, pág.17) continúa hablando sobre uno de esos principios pedagógicos que es el afecto y lo explica de la siguiente manera:

La primera matriz de formación humana es el afecto materno, cuyo suplemento y relevo posterior en la sociedad moderna es la comprensión afectuosa del maestro. La afectividad consciente, la motivación, el interés, la buena disposición, los estímulos positivos, la empatía son variaciones pedagógicas del principio que articula la cabeza con el corazón, la razón con el sentimiento, lo cognitivo con lo afectivo, como lo plantearon Comenius y Pestalozzi.

Entonces, teniendo en cuenta lo dicho anteriormente, sabemos que la educación emocional también ha de entenderse como un proceso y elemento imprescindible para una buena formación integral, ya que una persona no solo es intelecto, sino que también abarca otras cosas como lo emocional y espiritual que es lo que hace que se abarque una totalidad. Por lo cual, no se puede entender o pensar una educación integral olvidando la función de las emociones, los sentimientos y olvidando por completo la educación emocional.

Por otra parte, encontramos que en Vivas et al (2003, pág.5) habla en su obra "*Cómo pensamos*" profundamente acerca de la naturaleza de la escuela y concluye que además de dedicarse a la formación académica, las escuelas deben ser espacios donde los estudiantes aprendan acerca de la democracia, las habilidades necesarias para preservarla, el estado mental reflexivo para avanzar en ella y del clima social y emocional necesarios para ejercerla.

Teniendo en la cuenta que existe cierta conexión o relación de los seres humanos en la educación emocional y su proceso cognitivo, no se puede ignorar lo que es fundamental para el estudiante que son las emociones. Es necesario que las instituciones también piensen en ese factor que es de suma importancia incluso (Goleman,1999 citado en Vivas, 2003, pág.12) afirma que *“las aptitudes emocionales tienen el doble de importancia que las aptitudes meramente técnicas o intelectuales”* y expone que cerca de trescientos estudios patrocinados por empresas diferentes subrayan que la excelencia de los trabajadores depende más de las competencias emocionales que de las capacidades cognitivas.

Por lo tanto, es necesario que la educación emocional haga parte de la planeación de una clase y el currículo de institución, ya que cuando hablamos abiertamente sobre las emociones y el manejo de estas se consigue que lo estudiantes estén más motivados y también les ayuda a su crecimiento intelectual e integral, además serán alumnos cognitivamente más eficaces, tendrán más concentración y menores interferencias afectivas.

3.5 CUIDADO DE SÍ

De acuerdo con la genealógica de Foucault, *“el cuidado de sí se entiende como un conjunto de prácticas mediante las cuales un individuo establece cierta relación consigo mismo y en esta relación el individuo se constituye en sujeto de sus propias acciones”* (2013, pág.2) Por lo tanto, es relevante que la familia y la escuela fomenten en el

alumno el cuidado de sí para relacionarse con los demás de una manera adecuada. Cuando el maestro establece en el aula la importancia del cuidado de sí, mejoran las relaciones entre estudiantes, y estudiantes con los maestros. Se fomenta aún más la empatía hacia el otro, y se da un ambiente armonioso en el aula. Además, se puede decir que el cuidado de sí es un proceso de transformación de las personas *“Se trata de hacer de la propia vida una obra de arte, de liberarse del pegajoso contagio que secretan unas estructuras sociales en las que rige la ley del sálvese quien pueda” Sossa (s.f, pág.36).*

Además, en la teoría de Foucault, el cuidado de sí se basa en tener comportamientos en los cuales los valores priman en cuanto a relacionarse con los demás. Los seres humanos, están en constante relación con otros, por lo tanto, para que esa relación sea fructuosa se deben tener en cuenta valores morales para así convivir en un ambiente armonioso. Foucault, abarca tres aspectos fundamentales:

“en primer lugar es una actitud con respecto a sí mismo, con respecto a los otros y con respecto al mundo. En segundo lugar, es una manera determinada de atención, de mirada. Preocuparse por sí mismo implica convertir la mirada y llevarla del exterior al interior; implica cierta manera de prestar atención a lo que se piensa a lo que sucede en el pensamiento. En tercer lugar, la noción de cuidado de sí designa una serie de acciones, acciones que uno ejerce sobre sí mismo, acciones por las cuales uno se hace cargo de sí mismo, se purifica, se transforma y se transfigura” Lanz (pág. 40)

Según la idea anterior, el primer punto habla sobre la relación que se tiene individualmente, la cual pasa a ser colectiva, es decir, el cuidado de sí empieza por cada uno, y a partir de esas experiencias el alumno empieza a cuidar del otro. En esta relación la escuela influye de tal manera que el alumno siga las reglas y normas de la institución

educativa y las aprenda a implementar en su día a día. Esto con el objetivo de preparar a los alumnos a enfrentarse a las normas de la sociedad; pues sabemos que las instituciones son una comunidad pequeña, pero ahí es donde enseñan a los estudiantes a desarrollarse en una comunidad más grande basado en lo aprendido de la escuela.

El segundo punto, da a entender que el sujeto debe preocuparse por sí mismo; por cuidar sus acciones, cuidar su cuerpo, su entorno, sus pensamientos, sus relaciones, para poder tener una vida sana. En este punto se puede hablar del *amor propio* que cada persona debería tener, esto, debido a que cuando una persona tiene amor propio, tiene la libertad de tomar decisiones que le puedan beneficiar, y rechazar las que no merece en su vida. En cuanto a las emociones, el cuidado de sí en este punto es fundamental para tomar mejores decisiones y que las emociones no pasen a un sentimiento duradero el cual pueda crear traumas.

Y, el tercer punto se enfoca en tener en cuenta las transformaciones que tiene el sujeto cuando empieza a implementar en su vida el cuidado de sí; el alumno se hace cargo de sus responsabilidades y de sus deberes. Además, cuando el estudiante empieza a implementar de una manera adecuada los valores, a respetar las reglas, cumplir las normas, se vuelve un sujeto responsable y autónomo de sus decisiones. Por ende, cuando termina la educación o cumple la mayoría de edad, ya está preparado para asumir sus responsabilidades en la sociedad; es decir, si comete un error ya no es responsabilidad de los padres o de la escuela, sino de sí mismo.

En el cuidado de sí, es importante tener en cuenta la bioética ya que es

“una disciplina que se ocupa de la ética de las ciencias de la vida, entre ellas de la ética clínica, la ecología y el medioambiente; es en el campo de la salud donde ha tenido su mayor incidencia, ya que fue allí donde se dio origen a ella”.

En resumen, la bioética es el estudio que hacen los investigadores para darle respuesta a la conducta del ser humano con respecto a la vida, se habla no solo de vida humana sino también del resto de los seres vivos y el medio ambiente. En pocas palabras, la bioética estudia el impacto de la actividad humana sobre la vida. Por otra parte, en la bioética, los investigadores hablan de temas tales como: la vida, la nutrición, la medicina, la tecnología, entre otros, pero el principal objetivo de esta es poner en práctica valores como el respeto a la dignidad de las personas, a la vida, a libertad de las personas, la solidaridad y justicia social. Díaz afirma que *“sin lugar a duda la bioética, en su papel dinamizador de las discusiones éticas en la práctica médica actual, está relacionada de manera directa con los procesos de medicalización y biopolítica”* (2009, Pág.26).

Asimismo, después de hablar un poco sobre qué se entiende por cuidado de sí desde un punto de vista moral y ético, y cada uno de sus enfoques, también es necesario planteárselo desde un punto de vista educativo y cómo este influye en el sector de la educación, verlo como un principio y analizar esa relación que existe entre en cuidado de sí- la educación. Entonces, partiendo desde una idea que la educación en sí misma está hecha para la relación de dos o más personas que comparten un mismo espacio, tiempo, lugar que, en este caso, viene siendo la escuela en la cual también intercambian puntos de vistas, valores, creencias etc.

Entonces, como dice González B (2014, Pag139), es necesario considerar una educación pensada en el presente que no está ligada necesariamente a la formación de sujetos para las competencias, o el sujeto-máquina, sino que debe ser una preparación para la vida como en los estoicos, el ejercicio educativo parte de un principio fundante de aprendizaje mutuo, es una relación de amistad, de amor, de cuidado de sí mismo y cuidado del otro.

Por lo tanto, cuando reconsideramos la educación, enseguida se deja ese pensamiento un poco antiguo en el que el estudiante es considerado una máquina, es allí donde se viene incluyendo cada uno de los aspectos éticos y morales en el que se da a entender que el estudiante no solo es intelecto, sino que también está conformado por otros componentes que lo hacen ser humano, que además muestra la necesidad del estudiante sobre el compartir con el otro lo cual o con quien le rodea que vendría siendo esa práctica del sí.

De acuerdo con Lanz C (2012), la práctica de sí, tal se expone, está ligada a cierta acción social conectada directamente con la relación ética con los otros. De esta manera, afirma el autor, quienes quieran educar deberán considerar detenidamente el cuidado de sí, enmarcado en las prácticas de la subjetividad y relacionado con la reflexión sobre sí mismo y sobre los otros. «El individuo que cuida de sí mismo, que se preocupa por sí mismo –se afirma– es aquel que es capaz a la vez de cuidar de los otros».

Además, es necesario tener presente lo que dice González B (2014, pág.139) sobre El cuidado de sí, en el que se hace referencia al permitir generar prácticas educativas novedosas desde una dimensión ética, y que el ethos al que se hace referencia es la manera de comportarse consigo mismo y los demás. Además, moviliza relaciones de vida con los otros, transforma la manera de ser, de pensar, de actuar, de comportarse.

Teniendo en cuenta lo dicho anteriormente sobre la práctica ética del cuidado sí, también nos hace pensar en que, como seres humanos, somos vulnerables y que por ese solo hecho nos hace reconocer que también en esos momentos necesitamos del otro ya que ese sujeto puede ser el instrumento por el cual nosotros encontremos nuestro propio bienestar en medio de esa vulnerabilidad y que como seres humanos no estamos exentos de las emociones, y sobre todo es algo que nos puede pasar en cualquier ámbito de la vida.

Ahora, pensando en las prácticas educativas contemporáneas, González B (2014, Pag 139) dice que estas se dirigen a la constitución de nuevos sujetos que cuiden de sí mismos y que reconozcan el otro, lo que “para Kant la educación implicaba la posibilidad de transformación de la animalidad en humanidad, lo que significaba la principal herramienta para la conformación del hombre” (Noguera, 2013, p. 50). Es decir, es por la educación que podemos tejer nuevamente la preocupación por el cuidado y constituir nuevas subjetividades que también incluyan a el otro.

A manera de conclusión, como docentes es necesario que nosotros como guía de nuestros estudiantes tengamos información sobre el cuidado de sí y la importancia que este

tiene en la formación de los estudiantes, además teniendo en cuenta que cuando nosotros como personas sabemos cuidar de nosotros mismos, entonces podremos cuidar al otro que en el contexto educativo pueden ser los alumnos o todo el personal que conforma y hace parte de una institución educativa en el que pone en práctica el sí y el cuidado de sí.

Además, es necesario que como docentes eduquemos y guiemos a los estudiantes desde el cuidado de sí como ética para la vida ya que esta les hará comprender y aceptar que estamos en una sociedad muy diversa pero que, a través de esta, se pueden aceptar y convivir con las diferencias.

4. METODOLOGÍA

Para contextualizar, la metodología es uno de los puntos más importantes y necesarios en una investigación. Esto, debido a que los investigadores deciden qué técnicas y métodos van a utilizar para llevar a cabo los temas vinculados a la investigación. Entonces, para *Coelho F*, la metodología de investigación es “*el conjunto de procedimientos y técnicas que se aplican de manera ordenada y sistemática en la realización de un estudio*”. (2011, párr.1) Por lo cual, sería correcto afirmar que todo trabajo de investigación que requiera un análisis en el contexto el cual está investigando, necesita tener en cuenta como punto fundamental la metodología.

La metodología es aplicada a varias disciplinas de estudio como por ejemplo a las sociales, humanistas, educativas, entre otras. En este caso, el término *metodología* es aplicado en el ámbito educativo, humanista y en cierto modo social. ¿Por qué social? Porque de cierta manera, el ámbito social influye en el ámbito educativo. Esto es un análisis que no se ha hecho de manera profunda, sino más bien superficial; pero se ha llegado a la conclusión de que las emociones no solo afectan un ámbito, sino todos en general, es decir, si el ámbito social provoca ciertas emociones, el ámbito educativo se verá afectado. Hay que recalcar, que, cuando se utiliza el concepto *afectar*, se habla tanto desde lo negativo como desde lo positivo.

Por otra parte, hay dos tipos de metodología, la cuantitativa y la cualitativa. Para la metodología cuantitativa, *Coelho F* afirma que “la metodología cuantitativa procede mediante cálculos estadísticos, identificación de variables y patrones constantes, a partir de

los cuales elabora los resultados y las conclusiones del trabajo de investigación”. (2011, párr.9) en este caso, esta metodología no es aplicable a esta investigación, debido a que no se van a dar datos exactos, y tampoco se van a utilizar datos estadísticos para dar resultados a esta investigación. Por el contrario, en este caso se va a usar el método analítico y de observación en el momento de la elaboración de las diferentes actividades con los alumnos de la Universidad Pontificia Bolivariana.

Ahora bien, el método que se va a usar es el método cualitativo. *Coelho F* dice que “*metodología cualitativa se conoce aquella que trata de temas y materias que no pueden ser cuantificados, es decir, que no pueden ser trasladados a datos numéricos*”. (2011, párr.11). como anteriormente se decía, los datos recolectados en este sentido se hacen a partir de la observación, a través de actividades, espacios hechos para la conversación, análisis, entre otros. En este sentido, se pueden aplicar procedimientos interpretativos para llegar al resultado de la investigación.

De esta manera, la metodología de investigación elegida es la que determina de qué manera el investigador organiza, analiza, y recoge los datos obtenidos. Por lo tanto, en este caso la metodología que se va a usar es *la metodología participativa*.

Ahora bien, ¿qué es la metodología participativa? Para *INTGRAL* “*son herramientas sociales, para el desarrollo de temas con grupos de personas para discutir problemas, temas de importancia y puntos focales impulsando el desarrollo*” (2020, párr.1). En este caso, es la metodología que se usará para hacer esta investigación sobre las emociones. Tal como lo define *Intgral*, se van a utilizar espacios adecuados para realizar actividades, las cuales involucran la participación de los sujetos a investigar.

En esta metodología se va a trabajar lo siguiente:

- Saber = conocimiento
- Saber ser = autoconocimiento y crecimiento personal
- Saber hacer = poner en práctica lo aprendido
- Aprender a vivir con los demás = convivencia

Además, estos pueden ser asumidos como los 4 pilares de la educación, por lo tanto, los sujetos a analizar estarán familiarizados con estos 4 conceptos. En cuanto a lo participativo, se harán varias actividades las cuales involucrarán algunos de estos 4 conceptos, como, por ejemplo: las dinámicas en grupo, dibujos, videos, escritos, y cualquier otra actividad que tenga como fin la participación, el análisis, y la reflexión.

Ahora, en este punto es muy importante la observación en la metodología cualitativa, debido a que se debe tener en cuenta que no va a ser una observación en la cual haya juicios de valor, o en la cual no se haga de manera objetiva. ¿Qué se quiere decir con esto? cada alumno va a pasar por los diferentes talleres participativos, va a ser observado para tener en cuenta resultados importantes que aporten al análisis de las emociones en el aula. Pero, no se hará con el único objetivo de solo obtener dichos resultados, sino que este espacio estará apto para aquellos estudiantes, para las investigadoras, y para futuros lectores, para aprender y reconocer este tema de las emociones.

Para tener más claridad en este asunto es necesario tener en cuenta las estrategias de la observación.

- Registro de lápiz y papel: se va a realizar una bitácora en la cual queden registrados todos los encuentros que se hagan en el aula, estos registros ayudan a los investigadores a tener una visión clara sobre la problemática, y se puede abordar de una mejor manera en este texto. Tal como lo afirma Guerra “Se trata de observar directamente y anotar lo que resulte significativo para comprender el fenómeno que se está estudiando” (1999, pág.3) si no se hacen estas anotaciones, toda la investigación y análisis no tendrían credibilidad, valor, justificación y no habría resultados. Además, es importante que cuando se haga esta observación se realice de tal manera que no interrumpa el proceso de los investigados. Esto es relevante ya que se van a sentir incómodos, y no van a expresar sus emociones como deberían hacerlo; de una manera natural.
- Grabación de video: *“El modo de explorar el mundo descansa, fundamentalmente, sobre los sentidos de la vista y el oído. El hombre posee ampliaciones, extensiones de esos sentidos en los llamados medios audiovisuales”* Guerra (1999, Pág.3) Estas grabaciones le permiten al investigador analizarlas después del proceso en el aula, es decir, el investigador va a participar en todas las actividades y no puede estar concentrado en muchas cosas a la vez, entonces al momento de redactar lo que pasó en el encuentro el video será de gran ayuda para identificar sucesos que hayan pasado desapercibidos en las reuniones. Tendrá la

oportunidad de evidenciar en el texto, los hechos más importantes en el aula a investigar. Además, en la cámara se ven evidenciados sucesos objetivos, más no subjetivos, en los cuales la interpretación del investigador puede estar en todo momento.

- Fotografía: las imágenes transmiten algo que las palabras no pueden, y es por esto por lo que es necesario e importante tener una secuencia de imágenes las cuales sean producto de la investigación. En ellas se pueden evidenciar posturas, acciones, espacio, de las personas a investigar. *Guerra* afirma que la fotografía es *la congelación del tiempo y del espacio, la fragmentación de la realidad, la descontextualización que suponen, la intencionalidad ideológica/psicológica/sociológica/técnica que tiene el fotógrafo ponen en tela de juicio esa pretendida objetividad (que frecuentemente se hace equiparable a verdad) de las fotografías. (1999, pág.5)*

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Hoy día los docentes y estudiantes en formación se han visto en la necesidad de pensar y replantear la visión sobre las emociones en el ámbito educativo. Por esa razón, las autoras de este trabajo, como docentes en formación, tomaron la iniciativa de investigar sobre el tema de las emociones en el aula y ponerlo en práctica con sus compañeros de clase. Además, para poder llevar a cabo este proceso, las investigadoras decidieron hacer encuentros con sus compañeros para así poder sacar sus respectivas conclusiones las cuales se encontrarán más adelante.

Protocolo procedimental

Estas intervenciones se llevan a cabo durante el semestre 2022-2 y el año 2023 y están enfocadas en estudiantes universitarios quienes van a ser futuros docentes. Consta de 8 encuentros los cuales se realizan cada 15 días y también están organizados cronológicamente, los cuales hemos dividido por etapas. Primeramente, encontramos la etapa de la educación emocional, seguido el trauma, después relación alumno-maestro y por último, y para el cierre de las intervenciones, se abordará el tema de la educación emocional desde la pedagogía. Cada una de las actividades planteadas serán flexibles, es decir se adaptarán a las necesidades de los estudiantes que nos acompañen.

Refiriéndonos a la evaluación, estas intervenciones serán evaluadas de manera global y formativa. Debido a que estas hacen parte de un proceso de observación y que, de acuerdo con las autoras de este trabajo, las emociones no son algo que se pueda calificar de manera cuantitativa. Además, para soportar cada una de las observaciones que se van a

hacer, se tomaron fotografías, videos, se realizó una bitácora en la cual quede registro de cada intervención las cuales ya se les ha pedido la autorización a las personas que van a estar participando en las sesiones. En cada sesión vamos a contar con 10 participantes entre ellos 4 mujeres y 6 hombres los cuales se encuentran en un promedio de edad entre los 20 a los 25; quienes también se encuentran cursando el octavo semestre de la licenciatura en inglés y español en la Universidad Pontificia Bolivariana.

**CONSENTIMIENTO PARA LA TOMA DE IMÁGENES Y AUTORIZACIÓN
PARA SU USO, LOS CUALES SE ANEXARÁN A ESTE DOCUMENTO YA
DILIGENCIADOS POR CADA UNO DE LOS ASISTENTES**

Nombre de la persona:

_____ Teléfono:

_____ Dirección: _____

Nombre del padre, madre o tutor si lo requiere:

CONSENTIMIENTO PARA LA TOMA DE IMÁGENES Por la presente, doy mi consentimiento para que se me tomen fotografías. El término “imagen” incluye video o fotografía fija, en formato digital o de otro tipo, y cualquier otro medio de registro o reproducción de imágenes. Por la presente, autorizo el uso con fines didácticos o educativos.

PROPÓSITO Por la presente, autorizo el uso de la(s) imágenes(s) para el propósito de difusión al personal de las autoras de esta investigación con fines educativos, de tratamiento, de investigación y científicos. Doy mi consentimiento para que se tomen imágenes mías o de mi hijo/a o tutorizado/a y autorizo el uso o la divulgación de tal(es) fotografía(s) a fin de contribuir con los objetivos científicos, de tratamiento, educativos, y por el presente renuncio a cualquier derecho a recibir compensación por tales usos en virtud de la autorización precedente.

RESCISIÓN Si yo decido rescindir esta autorización, no se permitirá posteriores usos de mi fotografía o la de mi hijo/a, tutorizado/a, pero no podrá pedir que se devuelvan las fotografías o la información ya utilizadas.

DERECHOS

Puedo solicitar que cese la filmación o grabación en cualquier momento.

Puedo rescindir esta autorización hasta una fecha razonable antes de que se utilice la imagen, pero debo hacerlo por escrito, remitido a

Puedo inspeccionar u obtener una copia de las imágenes cuyo uso estoy autorizando.

Puedo negarme a firmar esta autorización. Mi negativa no afectará a las posibilidades de mi hijo de recibir atención.

Tengo derecho a recibir una copia de esta autorización. Entiendo que no recibiré ningún tipo de compensación financiera.

FIRMA Fecha: _____ Firma: _____ Firma:

_____ Firma: _____

1.5.1 Justificación

Tras esta investigación, análisis realizado sobre el comportamiento de los estudiantes y la reacción que ellos tienen ante las distintas situaciones que se le presentan día a día y la gran influencia que estas tienen en el ámbito educativo, se ha evidenciado que por la alta eficacia que tiene los programas sobre la educación emocional, además es necesario destacar la influencia que tiene la colaboración de los padres, docentes, y el personal educativo; para así lograr obtener una mejora por parte de los estudiantes y sus procesos de aprendizajes.

En este sentido, estas intervenciones sobre la importancia de la educación emocional a los estudiantes de octavo semestre de la licenciatura en inglés y español en la Universidad Pontificia Bolivariana, esta propuesta está basada en Bisquerra quien es uno de los autores más importantes que ha hablado sobre este tema, entonces, quien además define la educación emocional como *“Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral”* (2000, pág. 243)

Asimismo, hablando un poco sobre cómo son las intervenciones estas más que todo son sensorial, donde los estudiantes expresen o hagan cosas que no hacen comúnmente durante la carrera y que en algunos casos se tienen muy poco en cuenta. Será un espacio en el tanto los asistentes como nosotras, que vamos a dirigir las intervenciones, aprenderemos, todo será recíproco.

1.5.3 Temporalización

Cronograma								
Fases	Actividades	Fechas	1	2	3	4	5	6
Educación emocional	Bienvenida - breve conversatorio ¿Qué son las emociones y sus tipos?	22/09/2022	<u>x</u>	<u>x</u>				
Trauma	¿Qué estoy sintiendo? Momentos de emoción	29/09/2022			<u>x</u>	<u>x</u>		
Relación alumno-maestro	¿Qué soy capaz de hacer con mis alumnos?	06/10/2022						
	¿Cómo me siento y los alumnos se sienten?	13/10/2022						
La educación emocional desde la pedagogía	Emociones en el aula de clase - agradecimientos	20/10/2022						
	Reflexión sobre los encuentros por parte de las autores - Encuentro final	27/10/2022						

Intervenciones

Orden que ocupa	1° Actividad
Nombre	Bienvenida y conversatorio sobre las emociones
Fecha	22/09/2022
Tiempo	1 hora
Tipo de actividad	Desarrollo
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ● Analizar de manera general las emociones ● Expresar lo que sentimos en ciertos momentos de lo que llevamos de la carrera ● Analizar de manera detallada cada una de las emociones ● Contextualizarse con cada emoción
Contenido	<ul style="list-style-type: none"> ● Introducción sobre las intervenciones y hablar de los tipos de emociones
Descripción	

	<p>Primera fase: Explicar de qué van a tratar los encuentros, en esta primera sesión se va a analizar un tema de manera superficial, la pandemia. En esta sesión se harán preguntas como: qué ha sido la carrera para cada uno, cuál emoción es la que más se destaca en todo este proceso, cómo han sido las entregas finales, cómo fue la experiencia en pandemia, en qué momento sentiste alegría, tristeza o alguna otra emoción</p> <p>Segunda fase: En los papeles se van a escribir varias emociones y luego se depositarán en una bolsa. Cada estudiante va a sacar un papel en el cual estará escrito una emoción y va a decir una situación en la que ha evidenciado la emoción y cómo actúan frente a ella.</p> <p>Actividad de cierre: se hará un breve compartir con los compañeros en el que hablaremos un poco sobre lo hecho en esta sesión y comeremos algo.</p>
Materiales	Papel, lápiz, lapicero, colores

Orden que ocupa	2° Actividad
Nombre	¿Qué son las emociones y sus tipos?
Fecha	06/10/2022
Tiempo	1 hora
Tipo de actividad	Desarrollo
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ● Analizar de manera detallada cada una de las emociones ● Contextualizarse con cada emoción ● Observar y analizar cómo ha sido nuestro comportamiento en distintos escenarios ● Aprender a qué hacer cuando sentimos algún tipo de emoción
Contenido	<ul style="list-style-type: none"> ● Las emociones y el proceso de formación (licenciatura en inglés y español)
Descripción	<p>Primera fase: como se está hablando del sentir, es necesario conversar con los compañeros sobre los tipos de emociones, darle la definición según la RAE y traer la clasificación de esta basado en distintos autores.</p> <p>Segunda fase: se hará una actividad llamada “Domino de las emociones” en la que los compañeros tendrán que armar el domino basado en las situaciones y emociones que este tiene (teniendo en cuenta las reglas de este).</p> <p>Tercera Fase: Se hablará un poco de lo experimentado durante la actividad y organizar bien el domino por si no se logra hacer de la manera correcta, ya que este es igual a él domino regular y viene diseñando de tal forma que cuando se completa todo de manera correcta se cierra.</p>

Materiales	NO
-------------------	----

Orden que ocupa	3° Actividad
Nombre	¿Qué estoy sintiendo que sienten los estudiantes?
Fecha	13/10/2022
Tiempo	1 hora
Tipo de actividad	Desarrollo
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> identificar cómo o qué hacemos cuando sentimos cierta emoción
Contenido	¿Qué se siente y como se sienten las emociones en los estudiantes?
Descripción	<p>Como se está hablando del sentir, es necesario conversar con los compañeros sobre los tipos de emociones y cuando nos sentimos o en qué parte de nuestro cuerpo lo sentimos.</p> <p>Primera fase: Observaremos un video llamado “Las emociones son las guardianas del aprendizaje” en la que se explica como las distintas emociones influyen en el proceso de aprendizaje o de enseñanza.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=r1MJhLtggk&t=214s</p> <p>Segunda fase: se hará una actividad llamada “Globo de las emociones negativas” en la que los compañeros mientras escuchan las distintas emociones negativas irán inflándolo, además estas situaciones irán acompañadas de situaciones en las que las han sentido. Después de haberlo inflado, le hacen un nudo al globo y lo explotaran. Esto se hace a manera simbólica para ir manejando un poco más el temas de las emociones e irlas controlando. (En este caso se hará con estudiantes universitarios, pero también los compañeros la podrán poner en prácticas cuando estén en el aula de clase con sus estudiantes.</p> <p>Tercera Fase: Se hablará un poco de lo experimentado durante la actividad y como esta les puede ayudar en el aula de clase.</p>
Materiales	Globos, alfiler

Orden que ocupa	4° Actividad
Nombre	Mmentos de emoción
Fecha	27/10/2022
Tiempo	1 hora
Tipo de	Desarrollo

actividad	
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> tipos de emociones y reaccionamos frente a estas
Contenido	cómo actuamos cuando se presenta una emoción en específico.
Descripción	<p>https://youtu.be/KdGblKHmV2Q</p> <p>Primera fase: se elegirán varios cortos de la película llamada “intensamente” y se le presentarán los asistentes, el propósito de esta actividad es observarlos todos de manera detenida y que entre todos podamos analizarlos bien.</p> <p>Segunda fase: Después de haberlos analizado de manera detenida, hablar sobre los cortos de la película, cada una de las situaciones vistas, los pros, contras y cómo reaccionan cada uno de los asistentes a la sesión a las distintas emociones y si en algún momento han actuado como se presentó en los cortos.</p>
Materiales	No

Orden que ocupa	5° Actividad
Nombre	Actividad de cierre
Fecha	NA
Tiempo	1 hora
Tipo de actividad	Análisis
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> Analizar y hacer una evaluación de todo lo aprendido en las sesiones, además realizar una evaluación tanto a las autoras como las sesiones
Contenido	Resumen de todo lo visto en las sesiones sobre las emociones en los niños en pro de un buen aprendizaje.
Descripción	<p>Primera fase: Analizar cada una de las sesiones anteriores, que se llevó a cabo en cada una.</p> <p>Segunda fase: Mirar detalladamente cada uno de los ejercicios propuesto para casa sesión y como fue la participación de cada uno de los asistentes a las sesiones.</p> <p>Tercera fase: Para cerrar previamente, miraremos como el tema de las emociones se ve reflejado en cada una de las actividades y como esta se ven reflejadas en el proceso de los docentes en formación.</p>
Documento	NA

Materiales	NA
-------------------	----

6.1 Diario de campo

Primer encuentro

Primero le dimos la bienvenida a todos los que pudieron asistir, estuvimos reunidos con 7 personas de la carrera. Todos los alumnos que estuvieron en la actividad tuvieron toda la disposición de participar, y estar en el aula de una manera agradable. Además, cabe resaltar que varios de ellos tenían otras responsabilidades por hacer, por lo que tuvieron que salirse de clase. Hubo un caso en particular de una compañera, que tenía sueño, pero aun así tenía la disposición de estar en el proyecto de las emociones.

¿Por qué se mencionan cosas como lo del sueño de la compañera?

Esto es debido a que se evidencia el cansancio que deja la universidad y según su experiencia no le queda tiempo para hacer otras actividades, entre esas su vida personal. Esto es algo preocupante a nuestro parecer, y más porque no solo es ella la que ha pasado por dicha situación, sino que los demás compañeros también. Además, algo que es particular que los estudiantes comparten es el estrés y la presión que hace que quizá colapsen o tengan problemas con su salud. También, la universidad o trabajos educativos no son la única preocupación de los estudiantes, ellos también expresaron su parte amorosa, familiar, sus responsabilidades externas al estudio, lo que les gustaría hacer, problemas personales, entre otras razones.

Retomando, después de darle la bienvenida al grupo y compartir experiencias personales, explicamos brevemente sobre qué trata el proyecto de grado y que asimismo las intenciones de los encuentros no solo eran cumplir, sino también, disfrutar el espacio que está diseñado para las investigadoras y los estudiantes. También, se entregó el consentimiento para utilizar su imagen en esta investigación, a lo que todos estuvieron de acuerdo y lo firmaron.

Además, se explicó el tema de las emociones y la concientización de que es necesario reconocer las emociones, a lo que escribimos en el tablero cuales eran las maneras en la que los estudiantes trataban de controlar las emociones y este fue el resultado:

- Tratar de controlar la situación
- Empatía
- Predisponerse
- Reflexión
- Ejercicios como contar números y respirar
- Reconocerlas, cómo me comporto cuando paso por una emoción
- Cambios de rol
- Reacción del cuerpo

Además, llegaron a la conclusión de que muchas veces el sujeto no es consciente de cómo es la reacción del cuerpo a diferentes emociones, o ni siquiera saben por qué tipo de emociones está pasando o simplemente no las identifica.

También se plantearon situaciones hipotéticas en el aula de clase, es decir, ¿qué haría el maestro si se le presenta determinada situación en el aula que altere sus emociones? Muchos de los investigados tienen la ventaja de una experiencia teórica o práctica por la educación que están recibiendo en la Universidad Pontificia Bolivariana, por lo tanto,

tienen un nivel de entendimiento más avanzando. Además, las posibles situaciones que se pueden presentar en el aula de clase. De cierta manera, son estudiantes que tienen un recorrido significativo en el ámbito educativo y que sus conocimientos son útiles para la investigación.

Por último, después de explicar el tema de las emociones y socializar diferentes preguntas como: por qué consideras las emociones importantes, creen que es necesario reconocer las emociones, cómo controlas tus emociones, entre otras, se realizó una actividad la cual consistía en:

Entregarles una hoja de block por cada canción que se iba a poner en el aula, es decir 3 canciones. Cada canción era totalmente diferente, y la intención era que dibujaran en las hojas de block lo que la canción les transmitía, así mismo se hizo el ejercicio con las otras dos canciones. Este ejercicio duró aproximadamente 15 minutos el cual se hizo con éxito. En este punto, solo pudimos tener 3 alumnos de 7 ya que solo 3 pudieron quedarse hasta el final del encuentro, los demás tuvieron que irse, pero aun así se cumplió el objetivo.

Canción 1 – música relajante antiestrés y liberar emociones atrapadas

<https://youtu.be/JJozGVK-X1M>

- **Estudiante 1:** la primera canción le genera paz, tranquilidad y calma por lo que dibujó la naturaleza; arboles, plantas, tierra, pinos.
- **Estudiante 2:** le genera paz y dibujó una flor, en un jardín y agua.
- **Estudiante 3:** relajación y esto lo representa a través de un pájaro.

Se llega a la conclusión que a los estudiantes les genera tranquilidad y que sus emociones y pensamientos cambian dependiendo de las canciones, quizá les llegan pensamientos de situaciones que han tenido que pasar a lo largo de su vida o situaciones actuales, y esto hace que lo plasmen en dibujos.

Dibujos

Figura # 1

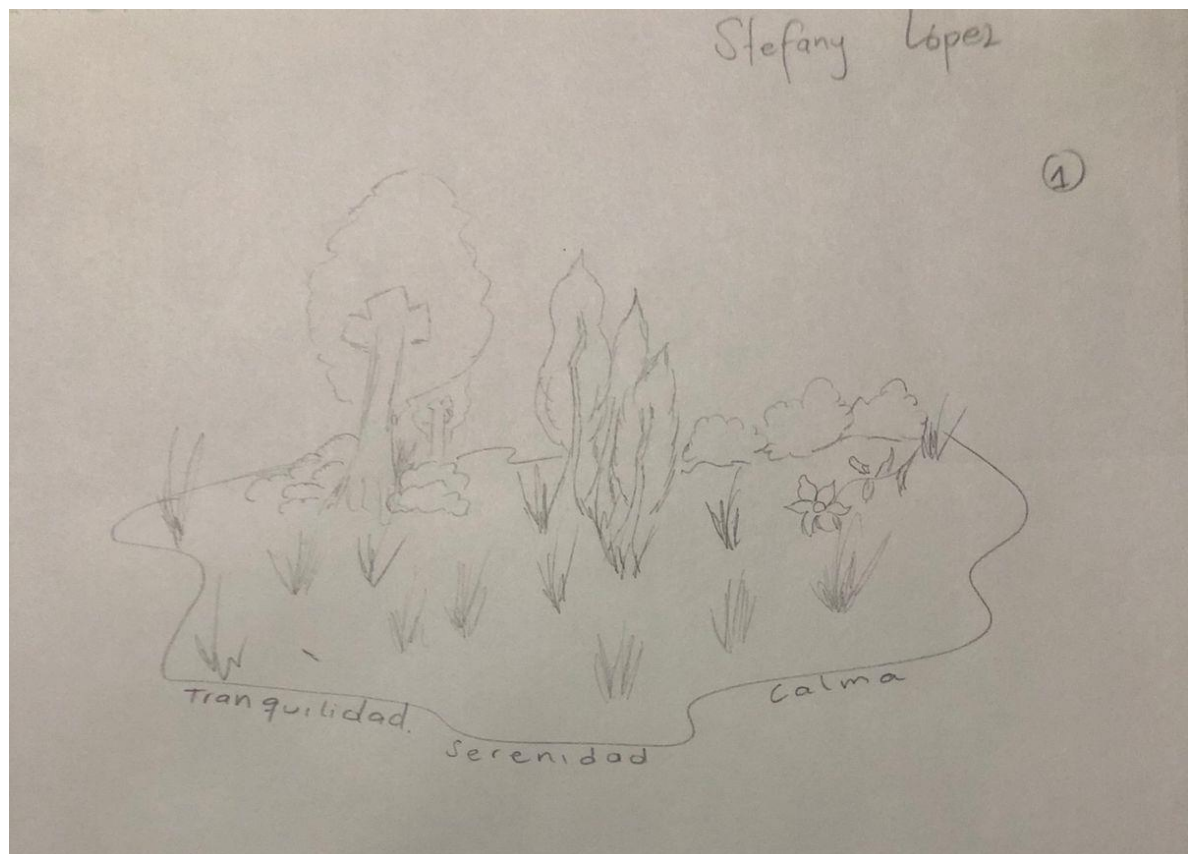
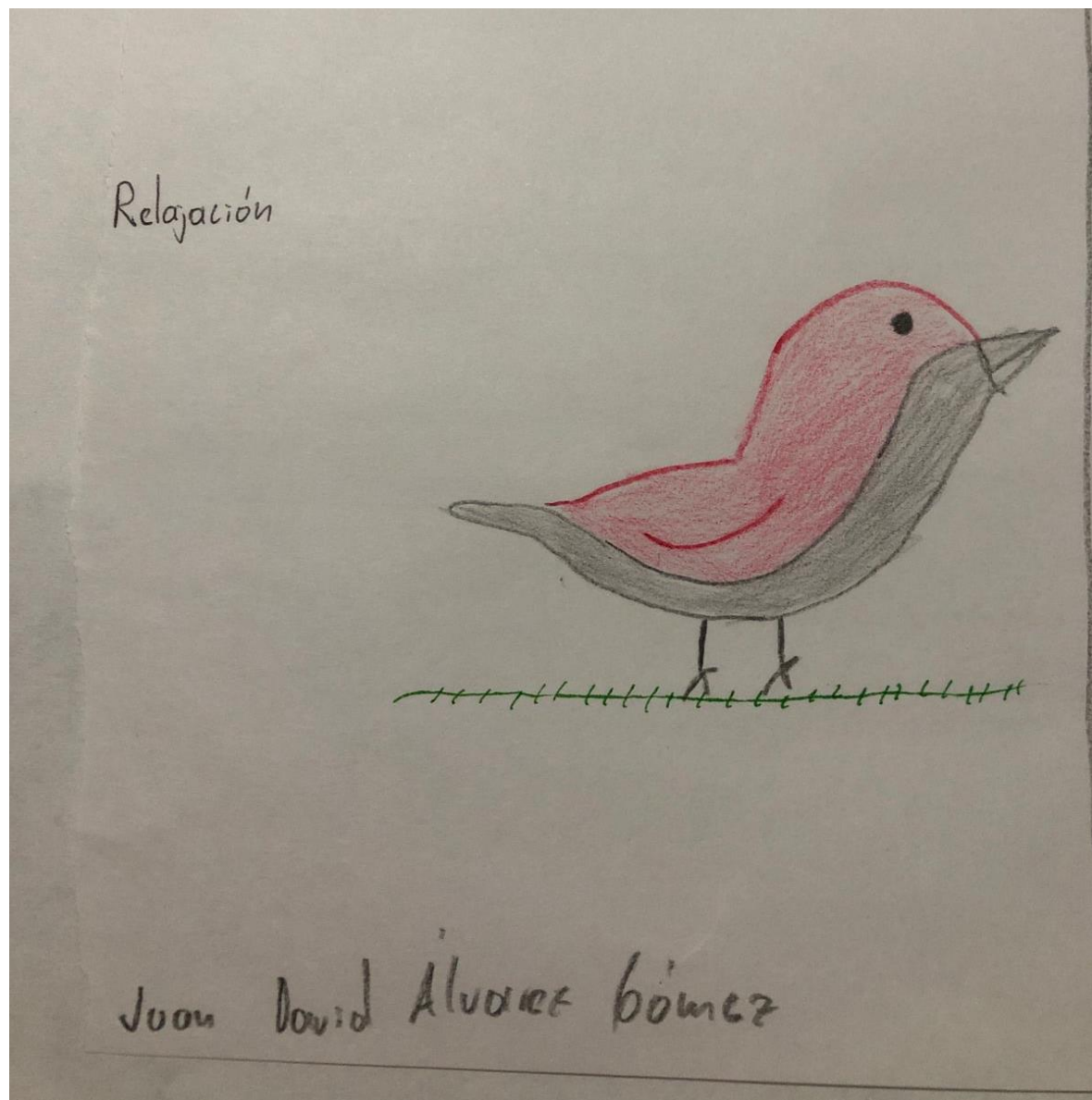


Figura # 2



Figura # 3



Canción 2 – Get you the moon <https://youtu.be/PKkZJSmYPVg>

- **Estudiante 1** para el segundo dibujo hace la silueta del cuerpo humano, estrellas, el cielo y una nube
- **Estudiante 2** dibuja una especie de juego artificial y colores al redor y en su escrito aparece la palabra nostalgia
- **Estudiante 3** hace la silueta de dos personas que se encuentran se paradas por la distancia
-

Esta es una pista motivadora evidentemente para todos, y por lo que contaron en clase su experiencia con la pista fue agradable para ellos por lo que experimentaron sensaciones de éxito. Además, nos contaron en qué ámbito las utilizaban, es decir, para motivarse, en la ducha, de camino al trabajo o a la universidad, cuando quieren sentirse motivados etc.

Figura # 4

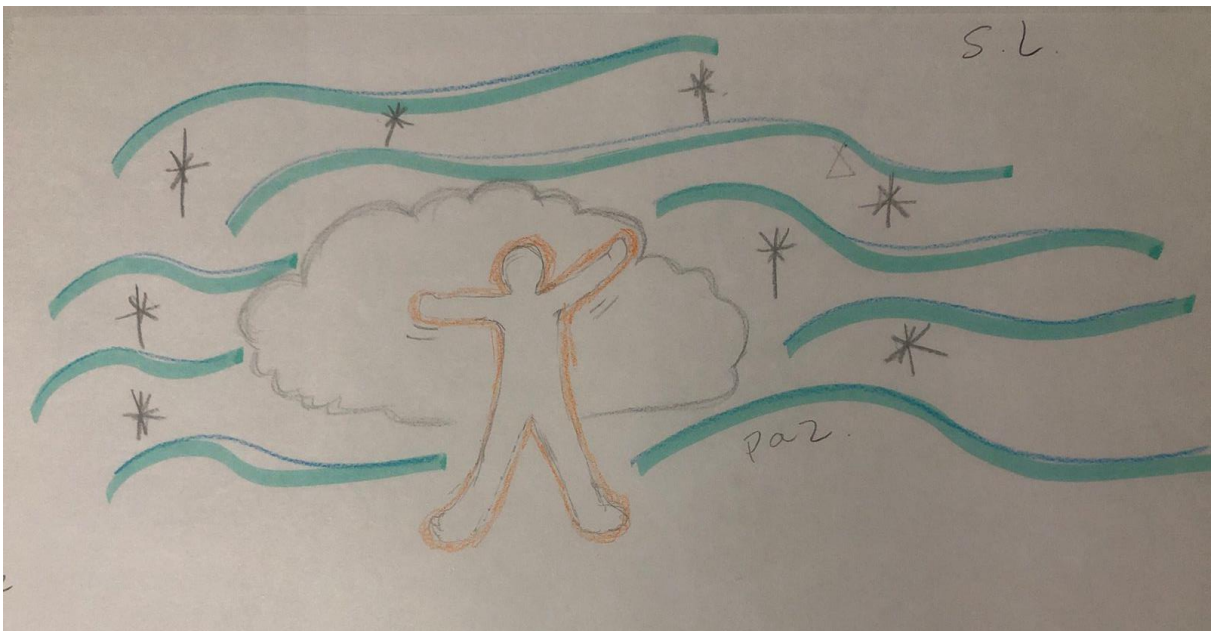


Figura # 5

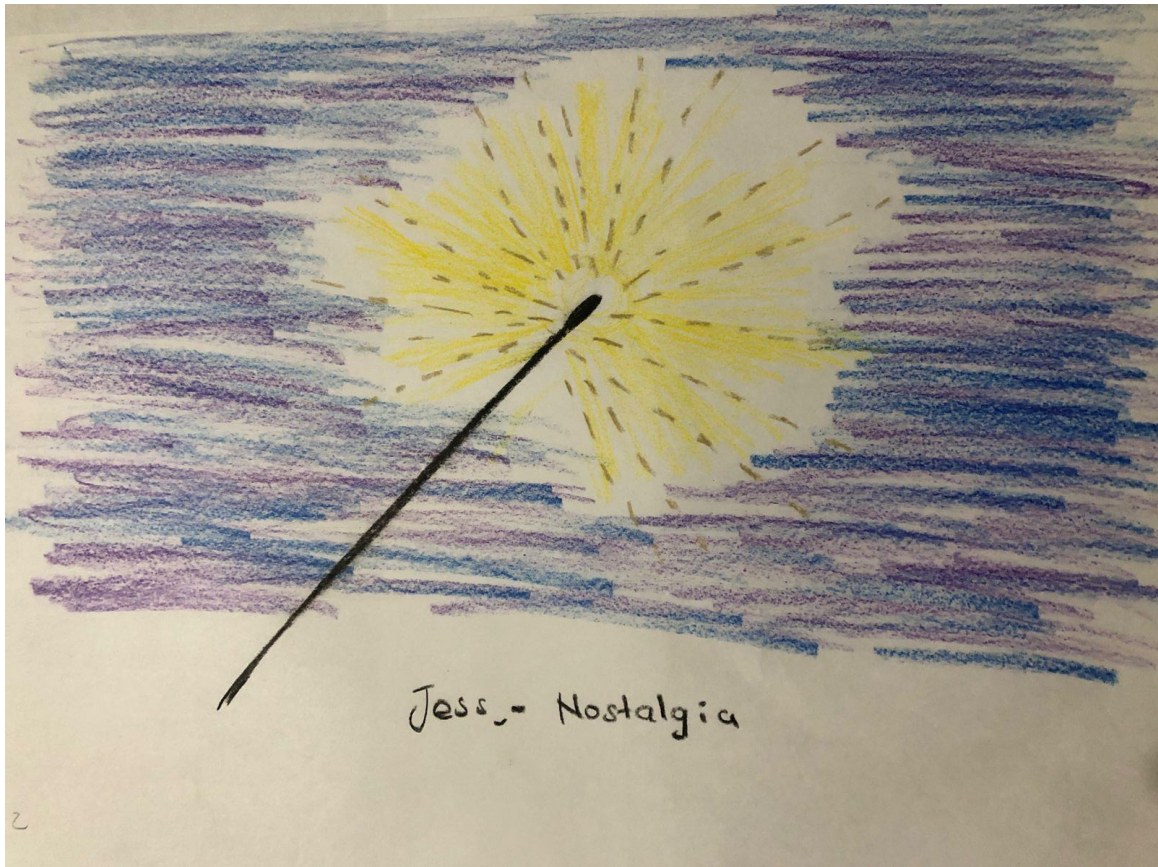
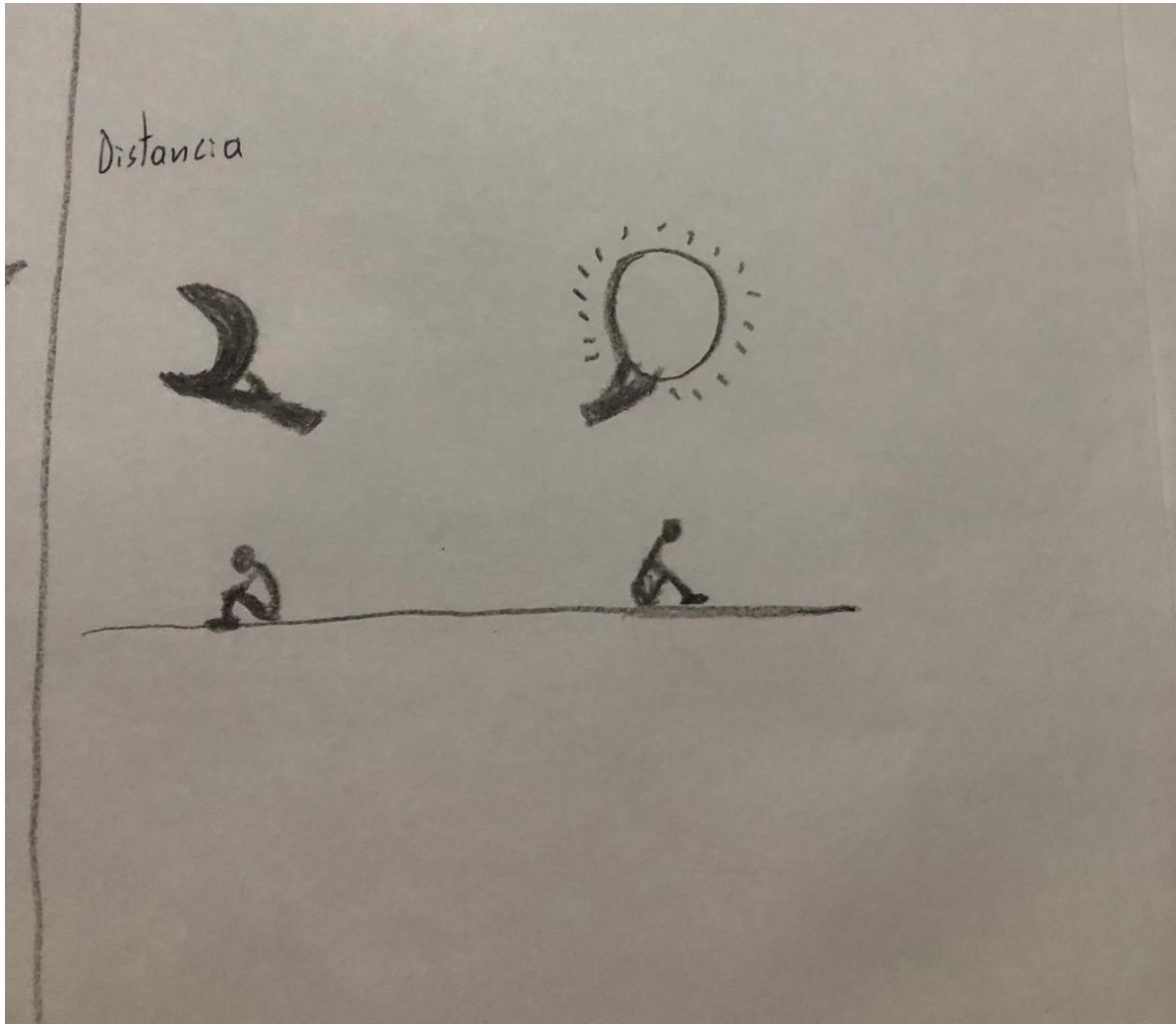


Figura # 6



Canción 4 – música para la mañana <https://youtu.be/Q9rRm4Sup1A>

- **Estudiante 1:** En el primer dibujo se puede observar un parlante en cual también da la sensación de que está en su máximo volumen
- **Estudiante 2:** dibuja a una mujer en una discoteca y detrás de ella más personas, se asume que es una discoteca por una luz que generalmente está en estos lugares.
- **Estudiante 3:** dibuja el cuerpo de un ser humano, quien a su vez también se encuentra de pie sobre el mundo.

Este tipo de canciones suelen ser muy alegres y generan en la persona una serie de emociones en las cuales él se siente activo y por lo general son escuchadas al principio del día para empezarlo con toda la actitud y la mejor energía, además en clase se habló de lo mucho que están canciones le transmiten al ser humano tanto que puede hacer que cambie de estado de ánimo, por ejemplo, si se encuentra triste o agostado, aburrido puede que estas logren que este feliz y se sienta activos.

Figura #7

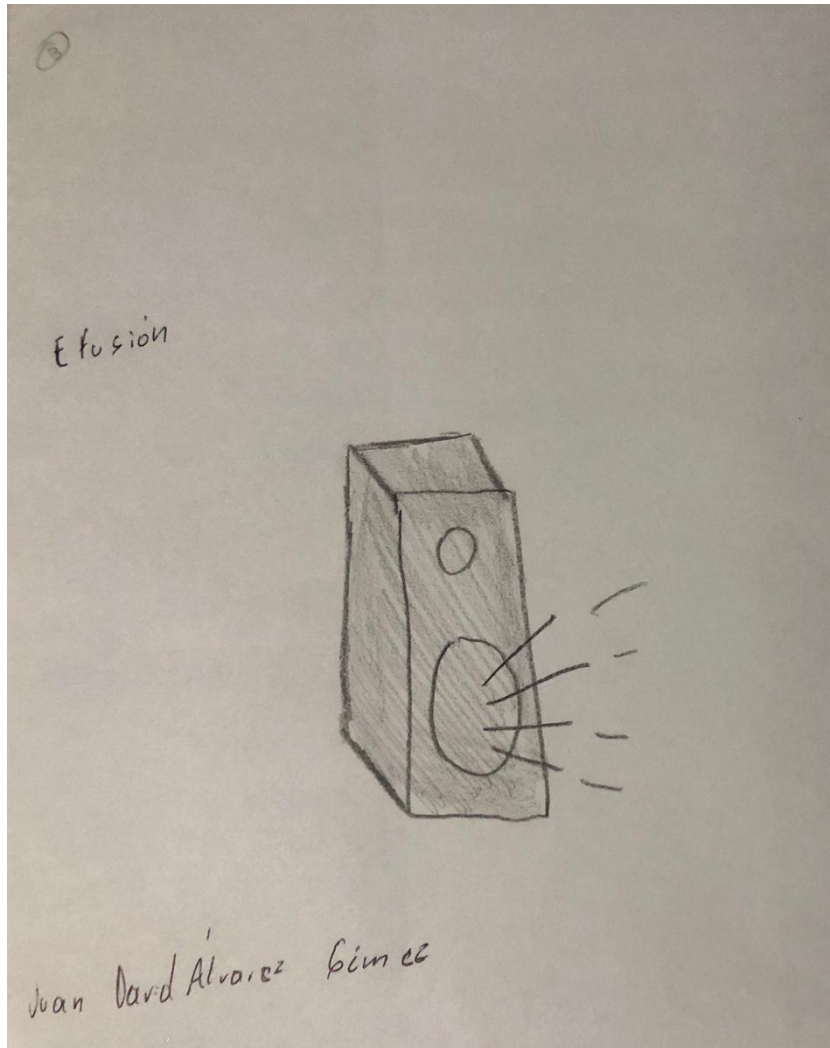


Figura # 8



Figura # 9



Canción 4 – Slipknot - Psychosocial <https://youtu.be/5abamRO41fE>

- **Estudiante 1** considera que le genera motivación por lo tanto dibuja una carretera, el sol, montañas y una persona que va por esa carretera escuchando música
- **Estudiante 2** dibuja a una mujer y un hombre, quienes al parecer se encuentran de viaje en su carro

Este tipo de canciones son pesadas pero que generan diferentes sensaciones en las personas, se habló de que era complicado concentrarse con este tipo de música a la hora de hacer trabajos, pero también hablaron de sus gustos por este género.

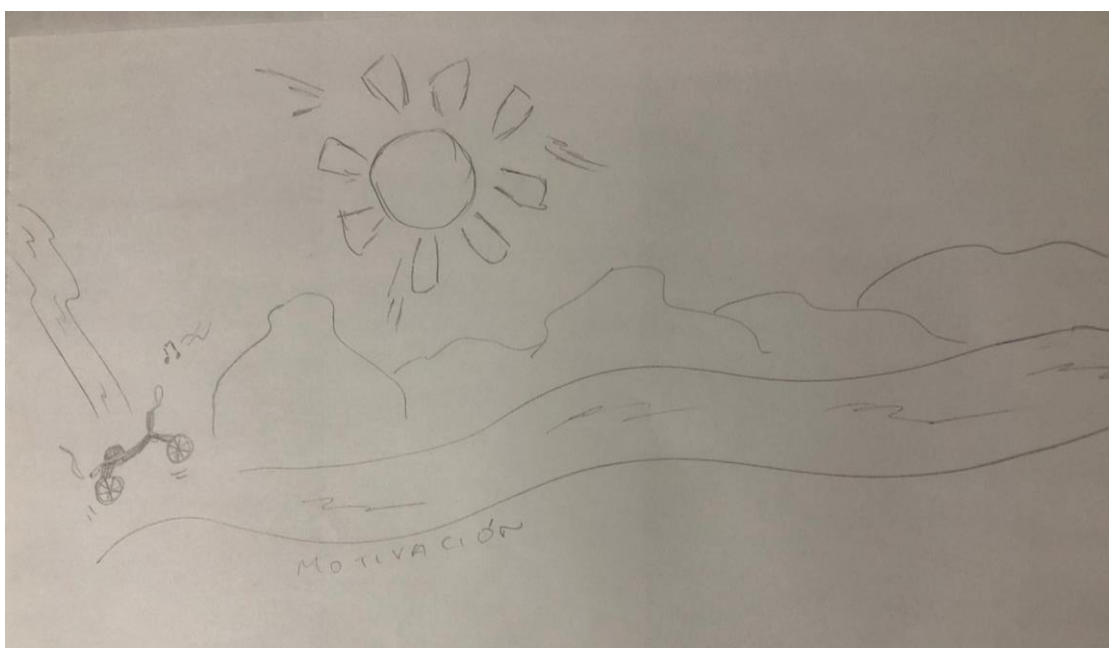
Figura # 10

Figura # 11



Segundo encuentro

Para empezar, estuvimos con 4 estudiantes las cuales tuvieron una participación y beneficiosa para la investigación. Claramente, como se está manejando el tema de las emociones, la idea es preguntar a los estudiantes investigados ¿Cómo va su día? Quizá su preocupación, pero todo entorno a ¿Cómo se sienten el día de hoy? Esto lo consideramos importante, debido a que es valioso que ellos se sientan en un espacio en el cual puedan estar tranquilos y desahogarse sobre su día.

Después de haber dialogado un poco sobre sus preocupaciones, las cuales son todas académicas; que el semestre está muy pesado, que hay muchas actividades y trabajos por hacer, que sentían estrés debido a todo lo que debían entregar y hacer, entre otras, le dimos paso al tema de las emociones, y se trabajó lo siguiente:

1. Definimos que son las emociones
2. No somos conscientes cuando pasamos por una emoción
3. En la sociedad tiene más importancia la razón que la emoción
4. Reconocimiento de las emociones básicas (primarias, secundarias o complejas, clasificación, y autores como Bisquerra (2004) y quienes hablan sobre el tema)
5. Contextualización de las emociones básicas y de su particularidad dependiendo de la persona y situación.
6. Cuáles son las emociones y video sobre las emociones; con el fin de identificarlas.

Se anexará el enlace para que pueda ver el contenido de las diapositivas



Encuentro # 2.docx

La idea de los encuentros es dar definiciones sobre las emociones y todas sus connotaciones según referentes académicos, por ejemplo, para la segunda sesión se utilizó la referencia de *La Real Academia Española* la cual expone lo siguiente:

- Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática.
- Interés, generalmente expectante, con que se participa en algo que está ocurriendo.

En cuanto a esta definición tuvieron dudas, por lo cual, fueron aclaradas sobre esta definición que da la real academia sobre las emociones. Asimismo, tuvieron preguntas sobre las emociones básicas, cómo se identificaban y cómo están clasificadas, por lo que, fue un tema que se analizó de la manera más profunda posible.

Después de haber hablado sobre el tema de las emociones, su definición, clasificación, y opinión de autores, se llevó a la práctica lo visto en clase y se realizó un juego el cual se llama “*dominio d* este contiene distintas emociones con situaciones diferentes. El objetivo de la actividad se basó en que las estudiantes relacionaran a la emoción con la situación presentada en papeles. Además, este juego es de gran ayuda en la educación emocional, en el vocabulario de las emociones, y en la identificación de estas.

Para realizar el juego, se forman grupos de 4 o 5 personas, y a cada grupo se les da un juego llamado *Dominó*. A continuación, se les indica las siguientes instrucciones:

- Este juego es similar al clásico dominó.
- Cada ficha tiene dos entradas que coinciden con una ficha por la izquierda y otra por la derecha.
- Para saber que si se hecho bien, se debe saber que el juego de fichas se cierra sobre sí mismo y no sobra ninguna.

Evidencias

Figura # 12



La Imagen # 1 fue tomada al inicio de la sesión en la cual nos encontrábamos explicando teóricamente la definición de las emociones según la *RAE real academia española*, definición la cual está adjunta en la diapositiva anteriormente adjunta. Así

mismo, brindándole a los estudiantes los tipos de emociones y ejemplos de cada una.

Figura # 13



En la figura #2 estábamos proyectando un video en base a lo que nosotras como maestras les estábamos enseñando a los estudiantes sobre las emociones, sus tipos, y cómo estas intervienen en los seres humanos o que causan en ellos.

Figura # 14

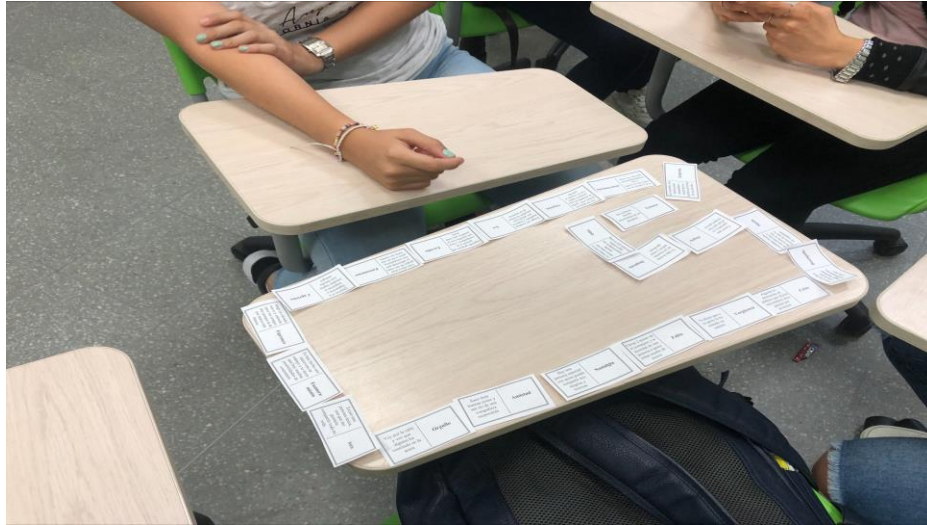


En esta figura queda evidenciada la actividad planeada para el encuentro *Dominó*. Esta actividad nos aporta positivamente a la investigación ya que las estudiantes podían entender de una mejor manera las emociones y que se relacionaran con situaciones cotidianas. Además, las estudiantes debían unir la emoción con la situación, y que estas tuvieran lógica, aunque la lógica es subjetiva ya que, fue evidente que cada persona percibe la emoción de una manera totalmente diferente a la otra, así mismo su manera de actuar frente a esta.

Figura # 15



En esta imagen se puede observar como las estudiantes están tratando de buscar la situación que concuerde con la emoción, teniendo en cuenta que varias situaciones eran similares, por lo tanto, encajaban con la emoción y, desde el punto de vista de las estudiantes, estaba correcto el ejercicio.

Figura # 16

En esta figura se evidencia que las estudiantes lograron armar el dominó, aunque al principio era “fácil”, al final se puso un poco complejo ya que, si ponían una ficha en el lugar incorrecto, el juego no se podía cerrar. Después de leer, pensar, y realizar varios intentos lograron desarrollarlo de manera correcta.

Figura # 17

Esta última foto no hace parte de lo planeado para la sesión, pero quisimos incluirla porque este es un espacio formativo y didáctico para las compañeras. En este espacio se puede reflexionar sobre cómo ha sido su día, cómo se han sentido, entre otras reflexiones que deseen hacer.

Además, también hablamos sobre el ámbito educativo, sobre cómo ha sido el proceso de las prácticas profesionales, ya que la mayoría no encontramos realizándolas; por lo tanto, en este punto empezamos a practicar nuestra escritura en el tablero y algunas de las asistentes comentaron su experiencia escribiendo en el tablero en letra cursiva, esto debido a que en el colegio les pidieron obligatoriamente escribir de esta manera en el aula de clase.

Tercer encuentro

Teniendo en cuenta todos los encuentros realizados pensamos que este ha sido de los más complejos debido a que lo que teníamos planeado no se pudo llevar a cabo. Primero, teníamos planeado invitación de un profesional y quien también ejerce su labor en el ámbito académico, pero no había suficientes alumnos para llevar a cabo el encuentro y por respeto a la invitada decidimos cancelar la sesión. Se habla de respeto a la invitada ya que ella estaba prestando sus servicios de manera voluntaria y no había suficientes estudiantes para llevar a cabo una sesión sustanciosa.

Primero, al ser un día tan complejo lo primero que decidimos hacer fue darles las gracias a los estudiantes por asistir una vez más y tener disposición para cada una de las sesiones.

Segundo, hemos hablado del sentir en cada uno de los encuentros anteriores, por lo que consideramos importante realizar una charla formativa y así mismo mostrarles un video formativo en el cual se habla de las emociones en un ámbito académico y cómo estas pueden influir en el proceso de aprendizaje de los estudiantes o en nosotros como docentes en formación.

Tercero, decidimos hacer una actividad llamada “globo de las emociones” la idea de esta actividad era la siguiente: las investigadoras iban mencionando diferentes situaciones que podrían causar alteraciones de las emociones de manera negativa, y los estudiantes con los ojos cerrados iban inflando el globo imaginando que estaban poniendo todos esos

pensamientos negativos en el globo. Finalmente, cuando el globo estaba inflado, los estudiantes debían estallararlo y “liberarse” de todas esas emociones negativas con las cuales cargan.

Por último, decidimos hablar con los estudiantes para que nos aportaran en las sesiones, es decir, hicimos preguntas como: ¿Qué nos recomendarían para las próximas sesiones? ¿Cómo se han sentido? ¿Sobre qué tema les gustaría saber? Para lo cual respondieron.

Estudiante 1: las actividades que han realizado hasta el momento han sido muy buenas, pero me gustaría que fueran más didácticas, es decir, incluir más actividades.

Estudiante 2: nos incentivó a invitar a más personas, y así mismo fue triste para ella que de tantos estudiantes de la carrera solo asistieran 4.

EVIDENCIAS

Figura # 18



En esta figura se muestra como evidencia lo dicho anteriormente, estuvimos conversando con los estudiantes sobre la sesión, su cotidianidad y cómo estaban sus emociones estas semanas que son cruciales en el semestre.

Figura # 19



<https://youtu.be/r1MJhLtggk>

En esta parte de la sesión, decidimos mostrar un video “*las emociones son las guardianas del aprendizaje*” el cual habla sobre la importancia de las emociones y cómo estas afectan a los estudiantes, en esta ocasión, la entrevistada hablaba sobre la importancia de las emociones y cómo estas nos afectan. Para eso, Begoña expuso el tema del miedo y afirmó lo siguiente el caso de que muchas veces los niños se preparan para un examen, las emociones juegan una mala pasada y al momento de presentar dicha prueba, el estudiante se bloquea y olvida todo.

Cuarto encuentro

Este día, como ya lo teníamos planeado en el cronograma inicial, decidimos proyectarles a los asistentes fragmentos de la película llamada “Intensamente”, la cual hace alusión al retrato de ver lo que está dentro de nuestra mente y cómo ésta funciona. Además, pudimos observar los personajes principales de esta película que son las emociones, pero también pudimos observar que la película tiene otros elementos muy importantes que estructuran el pensamiento y la mente humana como: la memoria a corto plazo, la memoria a largo plazo, los sueños, el subconsciente, el olvido y el amigo invisible. También, esta película muestra las 5 emociones que consideran más básicas: la alegría, la tristeza, la ira, el miedo y el asco.

Así mismo, encontramos que los elementos más importantes utilizados en la película para explicar los fenómenos de nuestra mente son:

1. **Las esferas de los recuerdos:** cuando hablamos de recuerdos estos dominados por una emoción o varias emociones que son guardados en una “biblioteca” de recuerdos donde existen trabajadores que limpian y son los encargados de ir borrando aquellos recuerdos que no están siendo usados.
2. **Islas de pensamiento central:** son las bases de nuestra personalidad creadas por las emociones que definen nuestra personalidad.
3. **El tren del pensamiento:** funciona como nuestra parte racional donde ligamos las ideas y emociones creando sentimientos.
4. **La consola de control de las emociones:** La consola va aumentando según la complejidad de las emociones.
5. **Amigo invisible Bong-Bong:** Quien nos introduce al mundo de la 'Imaginolandia' y al mundo del olvido.

Evidencias

Figura #20



Figura#21



Este fue un día que, como todo proceso de investigación fue un poco estresante para los asistentes y autoras, debido a que hubo problemas con el aula en la cual ya veníamos haciendo los encuentros, después nos dieron otro salón de clases y resuelta que en este el video bean y el computador no estaban funcionando lo cual a nosotras no nos servía ya que teníamos que presentar fragmentos de la película, después de un largo tiempo que el personal encargado de la universidad lo revisara y viera que no funcionaría definitivamente nos dieron otro salón el cual también tenía un problema con el video bean pero nosotras, para no cancelar el encuentro y llevarlo a cabo, decidimos verlo desde el computador y por esos es que las asistentes se ven cerca al monitor. Dejando al lado todos esos inconvenientes, este día fue muy agradable en el que se pudo conversar de manera muy fluida con las asistentes sobre los procesos de las emociones y lo que ellas causan en nosotros los seres humanos.

Además, en este encuentro, cuando nos encontrábamos conversando acerca de los fragmentos; la compañera Estefany López nos decía *“Es fascinante el hacerse vulnerable mas no exponer nuestra vulnerabilidad”* y eso lo dice debido a que piensa que Riley, el personaje principal de la película, en la escena en la que ella se encuentra en el colegio, conociendo a sus compañeros y docentes por primera vez y en el que le toco hablar sobre su lugar seguro al que ya estaba acostumbrada que era en Minnesota, Estados Unidos y mudarse a otro totalmente distinto, en ese momento el personaje estaba en un estado muy vulnerable en el que sus emociones le jugaron una mala pasada. Y Estefany López también dijo *“un día yo estuve en la misma posición Riley”* y eso lo dijo debido a que ella no es de Medellín, Colombia (la ciudad donde se está llevando a cabo esta investigación) y para ella el mudarse a esa ciudad ha implicado muchas cosas las cuales han marcado su vida.

Asimismo, más delante de la conversación, cuando nos encontrábamos hablando sobre las emociones, la vulnerabilidad que genera en nosotros la compañera Tatiana Rivera complementa lo dicho por Estefany López diciendo *“cuando hablamos de vulnerabilidad es necesario saber con quiénes somos vulnerables porque no podemos ir siendo vulnerables ante todo el mundo, debemos tener personas con la cual tengamos mucha confianza, con la que podamos llorar, reír, hablar, escuchar entre otras cosas más”* con lo cual las demás asistentes estuvimos de acuerdo. Después de haber hablado de muchos temas por un buen rato, decidimos dejar la conversación hasta allí porque las compañeras tenían otros compromisos y se nos hizo tarde.

Para finalizar el encuentro, les agradecemos su asistencia y nos disculpamos sobre los inconvenientes presentados para este encuentro, pero esto fueron cosas que a nosotras las autoras de la investigación se los salían de las manos, ellas muy amablemente nos entendieron y nos dijeron que no había ningún problema que estas eran situaciones que se le podían presentar a cualquier persona en nuestra posición.

Quinto encuentro

Este fue un encuentro que no estaba dentro de lo planeado, debido a que habíamos propuesto otra serie de actividades para llevar a cabo con cada uno de los asistentes y además agradecerle su participación en este proyecto de investigación, pero debido a los muchos inconvenientes que existieron por el tiempo, ya que nos encontrábamos a final de semestre se decidió que era mejor que este encuentro tuviera como finalidad un análisis por

parte de las autoras de este trabajo de grado. Asimismo, este encuentro tenía como finalidad hacer un análisis profundo de todo lo que se llevó a cabo en cada una de las sesiones, además se pudo evidenciar el propósito que tenían cada una de estas intervenciones que era analizar la influencia de las emociones en el proceso de aprendizaje de estudiante.

Del mismo modo, durante cada una de las intervenciones surgió como evidencia que las emociones cumplen con un papel fundamental en la vida del ser humano, de tal forma que estas pueden beneficiar o afectar la motivación, la capacidad de concentración de una persona y su disposición al momento de procesar o adquirir información. Además, las emociones pueden tener una gran influencia en el ser humano que en muchos casos, y cuando no se tiene mucho conocimiento sobre estas y su manejo, se vuelve complejo su concentración al momento de aprender cosas nuevas, la motivación y la toma de decisiones.

Por lo tanto, se de gran importancia que como futuros maestros tengamos muy en cuenta las emociones de los estudiantes y la de nosotros mismos, creando un ambiente que permita promover un ambiente de aceptación de las emociones para que los estudiantes puedan aprender de manera afectiva teniendo en la cuenta al otro y así maximizar su potencial de aprendizaje.

CONCLUSIONES

Para finalizar, cabe resaltar que la experiencia en las sesiones y encuentros realizados fue realmente significativa para nosotras cómo investigadoras. Esto es debido a que adquirimos experiencia en temas de las emociones, cómo darle un manejo adecuado en el aula de clase, hacernos y hacer conscientes a los demás de la manera más profesional posible. Estas sesiones tuvieron éxito debido a que se realizó una investigación profunda y ardua sobre el tema para realizar actividades según lo investigado, y esto tuvo resultados positivos según el punto de vista de los alumnos, y nuestro punto de vista como investigadoras. De la misma manera, hablar sobre el tema de las emociones, investigar e implementar estas actividades, nos ayuda tanto a nosotras como investigadoras como a los asistentes, para así, basado en lo investigado, darles un manejo adecuado a las emociones al momento de estar en un aula de clase, frente a seres humanos que son y sienten igual que nosotras.

Asimismo, el objetivo de realizar esta investigación fue vivenciar cuál era la posible realidad que enfrentan los estudiantes de la licenciatura en la dimensión emocional y cómo afecta esta en el aula de clase. Evidentemente, pudimos darnos cuenta cómo era la realidad que los estudiantes enfrentaban ya que en las sesiones tuvieron la oportunidad de expresar lo que sentían o pudieron haber sentido en algún momento en el aula. También, los aportes de los estudiantes y las investigaciones que realizamos hicieron consciente a los colegas

que se debe prestar más atención al ámbito emocional en el momento que se enfrenten a un salón.

Del mismo modo, cada uno de los encuentros fue de gran ayuda en lo personal y profesional, debido a que nos enseñó a reconocer cada una de las emociones y ver estas como algo normal que todos los seres humanos tienen, mas no como algo negativo, es decir, las emociones que alteran el estado de ánimo y llevan al llanto, a la ira, a la rabia, generalmente son vistas como algo negativo, y no se analiza cómo estas influyen en la vida de la persona y, lo más importante, por qué el cuerpo reacciona de tal manera cuando pasa por determinada emoción; así que no se habla de emociones negativas o positivas sino de emociones en general y cómo estas se ven evidenciadas en el aula de clase.

Teniendo en cuenta lo anterior, es necesario hablar sobre el aprendizaje colaborativo ya que la interacción con otro es realmente importante y necesaria en el contexto escolar. Además, cuando se interactúa con el otro, en el mismo ámbito escolar, el aprendizaje es más significativo. Y es por esto que *“en el proceso de producción de textos, el estudiante debe poner en juego una serie de estrategias cognitivas y lingüísticas que ha ido adquiriendo con el paso del tiempo y con su participación en actividades de aprendizaje significativo en un ambiente informal de instrucción formal”* Ríos (s/f, párr.1) Por tal motivo, el aprendizaje colaborativo es bastante significativo en los encuentros que hicimos con los estudiantes para que interactúen, se expresen, se conozcan y, así mismo, reconozcan las emociones propias y las del otro.

Para nosotras como futuras maestras, el reconocimiento de las emociones debe ser algo primordial al momento que estemos en un aula de clase, ya que el reconocimiento de

estas nos permite entender y responder adecuadamente a las emociones de los demás, lo que a su vez también ayuda a mejorar nuestra capacidad al momento de resolver conflictos, las relaciones interpersonales y mejorar la capacidad de regular nuestras emociones. De la misma forma, cuando nosotros, como seres humanos, somos capaces de reconocer las emociones nuestras y las de los demás, podemos ser más empáticos y compasivos con el otro y esto es de gran ayuda cuando se está hablando de aprendizaje y enseñanza, ya que nosotras somos esa guía para el otro en su proceso.

REFERENCIAS

- A. (2015, 13 enero). La responsabilidad educativa de los maestros y la familia. Primero Familia. <https://primerofamilia.com/la-responsabilidad-educativa-de-los-maestros-y-la-familia/#:%7E:text=Los%20maestros%20tienen%20la%20responsabilidad%20en%20primera%20instancia%2C,la%20escuela%20y%20por%20consiguiente%20a%20sus%20hijos.>
- A. J. (2021, 19 abril). «Las emociones son las guardianas del aprendizaje». Begoña Ibarrola, psicóloga y escritora [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=r1MJhLtggk&feature=youtu.be>
- Asociación española contra el cáncer. (s/f). las emociones comprenderlas para vivir mejor. 2022, abril 18, de aecc Recuperado de <http://sauce.pntic.mec.es/falcon/emociones.pdf>
- American Psychological Association (2015). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – 5th Edition. APA Publishing; Washington, DC. Recuperado de APA - DSM - Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (appi.org)
- Camacho R. (2019). para qué sirve el miedo. 2022, abril 18, de psicología y mente Recuperado de <https://psicologiymente.com/psicologia/para-que-sirve-miedo>

Coelho, F. (2020, 26 octubre). Significado de Metodología de la investigación.

Significados. <https://www.significados.com/metodologia-de-la-investigacion/>

Consciente, C. (2021, 12 diciembre). Intensamente ~ Película Completa en español CLUB

CONSCIENTE [Vídeo]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=KdGblKHmV2Q&feature=youtu.be>

Cómo Influye El Trauma en El Rendimiento Escolar. (2022). Mental Health America.

Recuperado 5 de mayo de 2022, de <https://mhanational.org/como-influye-el-trauma-en-el-rendimiento-escolar>

Díaz, Eduardo. “Medicina, biotecnopolítica y bioética de la anatomía a la autonomía”. Eä journal. Dic. 2009: 1-35. Impreso.

E. (2009, 11 agosto). La relación profesor-alumno en el aula. Entre Educadores.

<https://entreeducadores.com/2009/08/01/la-relacion-profesor-alumno-en-el-aula/>

E. (2009, 11 agosto). La relación profesor-alumno en el aula. Entre Educadores.

<https://entreeducadores.com/2009/08/01/la-relacion-profesor-alumno-en-el-aula/>

EMOCIÓN. (s. f.). Etimologías de Chile - Diccionario que explica el origen de las palabras.

<http://etimologias.dechile.net/?emocio.n>

GUERRA, S. (1999, 31 de octubre) La observación en la investigación cualitativa. Una experiencia en el área de salud La observación en la investigación cualitativa. Una experiencia en el área de salud (cut.edu.mx)

Lanz, C. (2012). El cuidado del sí y del otro en lo educativo | Portal Internacional de Educación y Formación Docente. Instituto MOFET. Recuperado 2022, de <http://education.esp.macam.ac.il/article/500>

Lanz, César. “El cuidado de sí y del otro en lo educativo”. Utopía y Praxis Latinoamericana. Ene. 2012: 39-46. Impreso.

Medrano, L., & Vilte Ferrero, E. (s. f.). Análisis de factores asociados a emociones positivas y negativas en estudiantes universitarios. Academia.org. Recuperado 20 de octubre de 2021, de [PDF] ANÁLISIS DE FACTORES ASOCIADOS A EMOCIONES POSITIVAS Y NEGATIVAS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. | Semantic Scholar

Ortega, Virgilio, Sierra, Juan Carlos, Zubeidat, Ihab Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Revista Mal-estar E Subjetividade [en línea]. 2003, 3(1), 10 - 59[fecha de Consulta 26 de Agosto de 2022]. ISSN: 1518-6148. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27130102>

Patricia A. Jennings Verano (2019) recuperado de Enseñanza en un aula sensible al trauma

| Federación Americana de Maestros (aft.org)

Retamal, P. (1998, agosto 13) depresión Depresion - Pedro Retamal C. - Google Libros

Revista Educación y Pedagogía, vol. 21, núm. 53, enero-abril, 2009 La relación entre maestro y alumno. Contribuciones realizadas desde el psicoanálisis: 1986-2006.

Unir, V. (2020, 6 octubre). Desarrollo del pensamiento en niños: importancia y

metodologías. UNIR. <https://www.unir.net/educacion/revista/desarrollo-del-pensamiento-en-ninos-importancia-y-metodologias/>

UTADEO. (2021). la alegría es sinónimo de salud. 2022, abril 18, de UTADEO

Recuperado de <https://www.utadeo.edu.co/es/noticia/programese-en-la-utadeo/bienestar-universitario/72301/la-alegria-es-sinonimo-de-salud>

Vivas, M. (2003). LA EDUCACIÓN EMOCIONAL: CONCEPTOS

FUNDAMENTALES*. Redalyc.org. Recuperado el 27 abril 2022, de <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Vivas, M. (2003). LA EDUCACIÓN EMOCIONAL: CONCEPTOS

FUNDAMENTALES*. Redalyc.org. Recuperado el 27 abril 2022, de <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Ríos, C. G. B. (s. f.). *El trabajo colaborativo como estrategia didáctica para la producción de textos escritos*. <https://www.redalyc.org/journal/4772/477274343012/html/>

PDF de las diapositivas

[Encuentro](#)

|