

Consejo de Formación en Educación

Instituto de Formación Docente de Minas "Brigadier General Juan Antonio Lavalleja"

Análisis Pedagógico de la Práctica Docente

Ensayo Académico



Maestros y niños emocionales



Estudiante magisterial (EM): Antonela Barreto García

Docente: Verónica Gutiérrez Marmolejo

Tutor: Patricia Dávila Acosta

Año 2021

Gmail EM: barretogarciaantonela@gmail.com

El educador no es un ser invulnerable. Es tan gente, tan sentimiento y emoción como el educando.

Paulo Freire, 2002

Índice

1. Introducción	3
2. Marco teórico	5
2.1. Partiendo de la emoción.....	7
2.2. Inteligencia emocional y educación emocional	8
2.3. Contemplando el autoconocimiento	15
2.4. Rol docente	17
2.5. Potencialidades de la educación emocional	20
3. Reflexiones finales.....	25
4. Referencias bibliográficas	30

1. Introducción

Tener presentes las emociones en el siglo XXI, donde nos encontramos en un mundo complejo, lleno de incertidumbres, más violento, poco empático, un mundo acelerado, donde existe poco tiempo para dedicarle a nuestro ser emocional, viene siendo un aspecto clave para el cambio en la sociedad. Por lo tanto se necesitan sujetos capaces de identificar y manipular dichas emociones, tanto internas como externas. Con externas me refiero a las emociones ajenas, es decir, aquellas emanadas del resto de los individuos. De aquí provienen las consideraciones de reinventar la escuela, como lo plantea el autor Francesco Tonucci, teniendo en cuenta que esta es la clave para la formación de los sujetos. A su vez, considero oportuno destacar lo expuesto por Zubiría (2013):

La escuela que todos conocemos no nos ha enseñado a conocer a los otros, a favorecer la tolerancia y el respeto por la diferencia, y mucho menos a conocernos a nosotros mismos y a expresar nuestros sentimientos. Es una escuela que sobrevalora lo cognitivo y que casi ha abandonado la dimensión socioafectiva. Por ello somos tan frágiles en la vida afectiva y en el mundo del amor y los sentimientos. (p.14)

Es por esto que en los últimos tiempos la educación emocional (EE), ha cobrado gran relevancia, considerándola como la nueva herramienta primordial en las prácticas educativas. Pero para poder desarrollarla con eficacia se necesita un maestro que pueda dominarlas, es decir, se necesita un maestro educado emocionalmente (Extremera y Fernández, 2004). Es a partir de esas ideas que enfoco la temática de este ensayo, con la mirada hacia el docente, destacando su formación en aspectos emocionales.

Esta temática comenzó a despertar interés en mí siendo estudiante magisterial de tercer grado. Ese año, en la asignatura de “Educación e Integración de Tecnologías Digitales”, abordamos un contenido sobre una metodología educativa alternativa. Dicha metodología apunta a una enseñanza basada en el autoconocimiento, siendo también participe la educación emocional, la cual despertó en mí la curiosidad por investigar. Si bien reconozco que esta temática se viene abordando en otros trabajos, decidí continuar profundizando en la misma, ya que no solo es de mi interés, sino que también, la considero innovadora y contribuyente para la formación del individuo.

Del mismo modo, estos planteos son un reflejo de la influencia que ha cobrado su estudio e investigación en los últimos tiempos. Puesto que, como se mencionó en los primeros párrafos, en el transcurso de los años los individuos son cada vez más conscientes de la importancia de desarrollar aspectos socioafectivos. Ya que todos nos encontramos al tanto de la sociedad poco empática y el mundo violento que venimos transitando. Personas que se encuentran sin saber manejar sus sentimientos, afectando su salud mental, y la de su entorno. Sabemos que es hora de un cambio y qué mejor que partir de la educación a temprana edad, o mejor aún, partir desde ya de la formación docente. Por ende, desde mi perspectiva esta es la razón que conlleva que la EE se encuentre cada vez más inmersa en este último siglo, por lo tanto, no resulta extraño que se continúe atendiendo a esta temática. Al escribir estas líneas se me viene a la mente una frase célebre de Nelson Mandela que sostiene lo escrito: “La educación es el arma más poderosa para cambiar el mundo ”.

En base a lo mencionado, referido a mi elección, me planteo como objetivo poder despertar el interés sobre este tema en otras personas vinculadas al ámbito educativo, y a su vez, utilizarlo para generar nuevos conocimientos que contribuyan en mi formación docente. Esto me permitirá obtener una base teórica, para poder aplicarla ejerciendo la docencia. Al mencionar estos objetivos, me parece importante continuar destacando la hipótesis de este ensayo: los maestros deben formarse emocionalmente para poder educar emocionalmente. De esta hipótesis se desprenden diferentes interrogantes como: ¿por qué desarrollar inteligencia emocional en los docentes?; un docente educado emocionalmente ¿de qué forma favorece a sus alumnos?; ¿puede contribuir en el aprendizaje del niño?; ¿cuáles son las experiencias en Uruguay sobre esta práctica?

Para poder dar respuesta a las interrogantes planteadas, se hará mención a aspectos referidos a las emociones, es decir, la conceptualización de su terminología; diferencia entre inteligencia emocional (IE) y educación emocional, autoconocimiento, rol docente y potencialidades de la mencionada EE. Teniendo en cuenta autores tales como: Mayer y Solvey, Daniel Goleman, Rafael Bisquerra, Francisco Mora, Paulo Freire, entre otros. Finalmente, se culmina el presente ensayo presentando conclusiones y reflexiones de la temática expuesta, tanto desde consideraciones académicas como reflexiones personales.

Cabe destacar, que si bien se buscarán respuestas a las inquietudes planteadas, no hay que dar por sentado que se obtendrán todas. Ya que es un tema amplio que viene emanando en la sociedad, y desde mi perspectiva, el mismo conlleva mayor profundidad. Por eso, el presente ensayo será una herramienta que considero me abrirá nuevas puertas en este campo, ya que me autodefiniría como una “analfabeta emocional”, término establecido por el autor Daniel Goleman, de modo que me propongo, como tal analfabeta, nutrirme sobre este nuevo conocimiento para mí.

Palabras clave: Emociones, inteligencia emocional, educación emocional, autoconocimiento, rol docente.

2. Marco teórico

Con el propósito de profundizar en la temática seleccionada, comenzaré mencionando que recurriré a diversas fuentes de información, las cuales me permitirán investigar y analizar sobre la misma. A su vez, pretendo obtener resultados sobre la hipótesis planteada, dar respuestas a algunas interrogantes, y del mismo modo, ampliar mi horizonte de conocimientos referidos a la educación emocional. Previo a profundizar en dichas fuentes, con respecto al recorrido a realizar, es necesario indicar que aludiré a la conceptualización. Ya que para hablar de la educación emocional, es importante tener presente el término emoción.

Antes de desarrollar las ideas planteadas, retomo nuevamente el enfoque de este estudio, siendo este la formación docente con respecto a las emociones. A partir de esto, me parece relevante destacar que el lector de estas líneas, deberá tener en cuenta todo el recorrido que ha realizado dicha formación a lo largo de la historia, es decir, su avance, logrando así ahondar en todas las condiciones y aspectos necesarios que requiere el niño para obtener un eficaz aprendizaje.

La razón por la cual consideré oportuno hacer esta mención, es por el hecho de destacar que el presente ensayo se enfocará directamente en esta nueva metodología emocional. Sin embargo, como ya se aludió anteriormente, es necesario que el lector tenga en cuenta todo el recorrido que han transitado y profundizado los maestros a lo largo de la historia, hasta llegar a considerar hoy en día estos aspectos, como lo son las emociones.

Con respecto a lo ya señalado, desde mi experiencia, en estos años de carrera, luego de tener acceso a la lectura de diversas fuentes de información, uno de los aspectos que puedo destacar, es que en el pasado los maestros se preocupaban por la adquisición de los contenidos curriculares, dejando de lado al estudiante como un ser integral. Por lo contrario, hoy en día el progreso de los conocimientos referidos a la formación docente, ha comprendido que para un aprendizaje efectivo este requerirá de otras condiciones, como lo es un estado anímico favorable.

Siguiendo las mismas líneas, otro aspecto que puedo interpretar al realizar diversas lecturas para profundizar en la EE, es que el niño debe encontrarse bien

anímicamente para poder adquirir los nuevos conocimientos. Esto lo podemos verificar en carne propia, donde muchas veces no nos encontramos emocionalmente bien y nos resulta difícil poder llevar a cabo cualquier tarea que pretendemos realizar. Es así que actualmente, los maestros han ido contemplando el estado emocional en el aula, y al mismo tiempo, es necesario contemplar ese mismo estado en dichos maestros, para poder aplicar una práctica pedagógica generadora de aprendizajes valiosos, adecuada, oportuna, y disfrutable para todos.

2.1. Partiendo de la emoción

Como se detalló en un principio, y como lo refiere este subtítulo, comenzaré por el concepto de emoción. Para eso seleccioné dos de los autores que aluden a este, para unificar ambas posturas en un punto en común. Daniel Goleman (1995), describe el término emoción de la siguiente manera: “[...] se refiere a un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan” (p.242). Continuando con dicha concepción, Rafael Bisquerra (2009), afirma en su libro “Psicopedagogía de las emociones”, que la emoción es “un concepto multidimensional que se refiere a una variedad de estados, muchos de ellos solapados pero con distintos contenidos” (p. 20).

A partir de estas y otras lecturas tomadas en cuenta, se puede inferir que el término emoción es complejo y amplio a la hora de definirlo, ya que este consta de varios factores, como nuestros pensamientos, sensaciones y sentimientos, que transitan en nuestro cuerpo y lo atraviesan. Por lo tanto, se puede contemplar desde un ámbito subjetivo, si bien cuando hablamos de alegría, tristeza, enfado, miedo, etcétera, cada individuo puede llegar a comprender de lo que se habla, es una tarea difícil asignarle a este una conceptualización precisa, ya que todos los sujetos somos distintos y se puede interpretar o manifestar de diferentes maneras.

La clave aquí, está en saber manejar nuestras emociones, independientemente de un significado específico. Igualmente, es indispensable que cada uno de nosotros pueda adjudicar un nombre a cada sensación. Lograr que nuestros alumnos reconozcan lo que les pasa y le pongan nombre a lo que sienten, es sin dudas la base de la educación emocional. (Zuffo, 2020, p.78). Es por eso que surge la inteligencia

emocional y con ella la educación emocional; aspectos claves que continuaré profundizando en este recorrido.

2.2. Inteligencia emocional y educación emocional

Por lo tanto, tal como se mencionó en la introducción, el camino a recorrer es resaltando la diferencia entre inteligencia emocional y educación emocional; considerando desde ya que ambas son diferentes, aunque con puntos en común y retroalimentadas. La concepción de la IE es postulada por los autores Salovey y Mayer (1990), siendo Daniel Goleman (1995) el encargado de promoverla años más tarde. En la primera postulación se destaca: la inteligencia emocional consiste en la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones. (Mayer y Salovey, 1997, como citó Bisquerra, 2009). A partir de dicha postulación es que Goleman (1995), alude a la:

[...]capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimos, de evitar que la angustia infiera en nuestras facultades racionales y [...] la capacidad de empatizar y confiar en los demás. (p.36)

Desde esta perspectiva, podemos considerar que la IE consiste en brindar determinadas herramientas, las cuales nos permiten manejar las emociones de acuerdo a nuestros intereses. A estas herramientas se las conoce como competencias, conllevando a una regulación emocional si se utilizan inteligentemente. Por competencia se entiende: la capacidad para movilizar adecuadamente un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia (Bisquerra y Pérez, 2007, citado por Bisquerra, 2009, p. 143).

En cuanto a la IE abarca cinco competencias que apuntan a conocer nuestras propias emociones, controlarlas, motivarse a uno mismo, reconocer las emociones ajenas y el control de las relaciones (Goleman, 1995, p. 44). Creo conveniente continuar analizando a cada una de estas en específico, para que el lector de estas

líneas pueda comprender de una manera más precisa a qué refieren y cómo llegan a introducirse al ámbito educativo.

La primera competencia postulada por Goleman (1995), se denomina *El conocimiento de las propias emociones*. Esta consiste en “el conocimiento de uno mismo, es decir, la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en el que aparece, constituye la piedra angular de la inteligencia emocional” (p.44). La segunda competencia es: *la capacidad de controlar las emociones*, siguiendo con Goleman (1995), esto significa:

La conciencia de uno mismo es una habilidad básica que nos permite controlar nuestros sentimientos y adecuarlos al momento. [...] las personas que carecen de esta habilidad tienen que batallar constantemente con las tensiones desagradables mientras que, por el contrario, quienes destacan en el ejercicio de esta capacidad se recuperan mucho más rápidamente de los reveses y contratiempos de la vida. (p.44)

Como tercera competencia se presenta la siguiente: *la capacidad de motivarse a uno mismo*, es decir: “[...] el control de la vida emocional y su subordinación a un objetivo resulta esencial para espolear y mantener la atención, la motivación y la creatividad” (p.44). Continuando con la cuarta, denominada: *el reconocimiento de las emociones ajenas*: “La empatía, otra capacidad que se asienta en la conciencia emocional de uno mismo, constituye la ‘habilidad popular’ fundamental” (p.44). Por último, culminando con las competencias resaltadas por este autor, se puede aludir al *control de las relaciones*: “El arte de las relaciones se basa, en buena medida, en la habilidad para relacionarnos adecuadamente con las emociones ajenas” (p.44).

Se apunta a que dichas competencias sean ejercitadas en la educación, denominándose como Educación emocional. Esta se considera desde hace varios años, como un nuevo método pedagógico y surge con el fin de prevalecer en el tiempo. Por lo tanto, adicionando a lo escrito y continuando con el recorrido del ensayo, se retoma la idea expuesta de cómo se introduce la IE al ámbito educativo por los autores Salovey y Mayer (2007):

[...] proponen que la inteligencia emocional se desarrolle a través de procesos educativos en la familia, en la escuela, en las organizaciones y en todo lugar. La responsividad emocional es la tendencia a reaccionar emocionalmente de cierto modo y esto se aprende en las interacciones con los demás. A través de la educación se puede desarrollar una responsividad emocional apropiada según las circunstancias. (p.130)

Será a partir de esta consideración, en conjunto con la reafirmación de Daniel Goleman frente a esta idea, que surgirá la EE. Puesto que, años más tarde el autor Bisquerra (2009), al tener en cuenta esto, adjudica un concepto a la educación antedicha siendo este el “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como el elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social.” (p. 158).

Reafirmando lo expuesto en párrafos anteriores, se puede considerar a la EE como una práctica pedagógica encargada de regular las competencias expuestas en la IE, favoreciendo al individuo tanto en aspectos cognitivos, como individuales y sociales. A su vez, al continuar con las diversas lecturas, en los estudios expuestos en los distintos textos analizados, se puede reconocer que las emociones repercuten fuertemente en las condiciones biológicas de los individuos. Por condiciones biológicas, se quiere decir desde aspectos fisiológicos, por lo tanto, para poder clarificar, considero oportuno citar lo siguiente dispuesto en una tesis doctoral contando como director de la misma al autor Bisquerra:

La emoción incrementa el nivel basal de activación de los mecanismos cerebrales que regulan el aprendizaje facilitando el almacenamiento de la información que se da conjuntamente con la emoción. Además, los sentimientos producidos por los elogios externos de lo bien que se ha hecho la tarea, primero, y de autosatisfacción por el trabajo hecho, después, no solo mejoran el autoconcepto y la autoestima, también asocian sentimientos positivos a los contextos de aprendizajes, por lo que el niño mejora sua actitud hacia el aprendizaje y consecuentemente su rendimiento. (Abarca, 2003, p. 113)

Notoriamente se deja presente cómo el desarrollo de las competencias mencionadas anteriormente, junto a la influencia de un docente que estimule constantemente a su estudiante, fortalecen aspectos cognitivos, personales y neuronales. A su vez, debemos estar al tanto de lo opuesto, es decir, si un docente carece de un buen desarrollo y se encuentra mal anímicamente, presentando constantemente un desequilibrio emocional, también esto repercutirá en su cerebro a nivel neuronal, hasta llegar a desencadenar un estado de depresión. Aunque no me detendré en aspectos biológicos, es oportuno referirse a estos, ya que se debe tener presente que nuestros sentimientos se originan en nuestra mente. Esto se puede verificar por lo expuesto por el autor Francisco Mora (2012):

La emoción es ese motor que todos llevamos dentro. Una energía codificada en ciertos circuitos neuronales localizadas en zonas profundas de nuestro cerebro (en el sistema límbico) que nos mueve y nos empuja ‘a vivir’, a querer estar vivos en interacción constante con el mundo y con nosotros mismos. Circuitos que, mientras estamos despiertos, se encuentran siempre activos, en alerta, y nos ayudan a distinguir estímulos importantes para nuestra supervivencia. (p.14)

Volviendo al tema central que se aborda, luego de alegar su concepto y referirse a un conciso referido a condiciones biológicas, se continúa profundizando en dicho tema central el de la EE. Entonces, es importante avanzar sobre los objetivos que se logran al contemplar el desarrollo de cada competencia, y estos son los siguientes:

[...] adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones y una comunicación efectiva y afectiva con los demás; identificar y aceptar las emociones propias y la de los demás; expresarlas de manera adecuada; desarrollar la regulación emocional y la habilidad de generar emociones positivas y competencias socioemocionales que favorezcan el bienestar personal y social.

Estos objetivos únicamente pueden alcanzarse en un clima de confianza, respeto y apertura. Solo así nuestros alumnos se sentirán libres para expresar sus emociones tanto positivas como negativas. Buscar en el aula conservar la calma, nos va a posibilitar afrontar las situaciones difíciles que se presenten y desarrollar virtudes como la tolerancia y la perseverancia, buscando aprender de nuestros errores, con la meta de lograr una convivencia armónica en la vida cotidiana escolar. (Zuffo, 2020, p. 79)

Dentro de este marco, podemos comprender que cada objetivo no apunta únicamente a la individualidad, sino también a pensar en el bienestar social y por consiguiente, este es tema de todos. De la misma forma, adicionando a lo escrito por la autora, también se refleja cómo el niño irá construyendo su perfil para la vida adulta, ya que no debemos olvidar que la escuela educa y prepara para el futuro. Esto mismo también lo considera Bisquerra (2009):

La educación debe preparar para la vida. [...] la educación tiene como finalidad el desarrollo humano para hacer posible la convivencia y el bienestar. En este sentido, las competencias emocionales son competencias básicas para la vida y, por lo tanto, deberían estar presentes en la práctica educativa. Pero no de forma ocasional, como a veces es el caso, sino de manera intencional, planificada, sistemática y efectiva. (p.158)

Estas últimas líneas son otro punto clave a destacar, las referidas a la planificación. La EE se debe estudiar, comprender, aplicar a nosotros mismos como profesionales de la educación, para luego planificar, transmitir, orientar y estimular al educando. Desde esta perspectiva, existen ciertos criterios que se deben tener en cuenta para seleccionar los contenidos de la educación emocional, así lo menciona Bisquerra (2009) y estos contenidos son:

[...] adecuarse al nivel educativo del alumnado al que va dirigido el programa. Deben ser aplicables a todo el grupo o clase. Deben favorecer el proceso de reflexión sobre las propias emociones y las emociones de los demás. Deben enfocarse al desarrollo de competencias emocionales (p. 163).

Luego de tener clarificado estos criterios, teniendo presente el contexto predominante en el cual se implementaría, se abordan los contenidos. Dichos contenidos serán expresados a continuación, prosiguiendo con el tipo de metodología a ser aplicada. Sobre este punto, se debe tener presente que los criterios se abordan desde una metodología práctica. Es así que:

La educación emocional sigue una metodología eminentemente práctica (dinámica de grupos, autoreflexión, razón dialógica, juegos ...) con objeto de favorecer el desarrollo de competencias emocionales. Con la información no es suficiente” (Bisquerra, 2012, p. 28).

Continuando con esta línea de ideas, una de las autoras del libro *“La educación de las emociones en el ámbito escolar: miradas y experiencias”* (2020), sintetiza y expresa cómo se ha implementado la EE paulatinamente en la institución donde se encuentra inmersa. Esta fuente de información me permite orientarme hacia una de las interrogantes planteadas en un principio en este trabajo. Este es un cuestionamiento que plantea cuáles son las experiencias de la EE en Uruguay. Para lo cual se puede estipular cierta respuesta teniendo presente la alusión destacada en el libro, en conjunto con otras lecturas. Este punto se tendrá en cuenta nuevamente al retomar las inquietudes manifestadas al inicio de este trabajo.

Por consiguiente, se continúa con la primera idea de este párrafo, enfatizando en cómo se incorpora la práctica emocional expresada por la autora. Esta se realiza mediante ciertos principios generales, estos son los siguientes:

- Generando dentro de la institución, espacios de reflexión e intercambio entre docentes sobre la temática y alcanzando acuerdos básicos.
- Comprendiendo la importancia del principio de educación entre familia y escuela. La EE es una responsabilidad compartida.
- Planificando secuencias de enseñanza explícitas, graduadas, pertinentes a la etapa evolutiva de los estudiantes.
- Haciendo foco en la enseñanza de habilidades de interacción social.
- Promoviendo actividades y oportunidades de encuentro entre pares que privilegien la mirada singular, personal y el diálogo. (p.17)

Dejando explícito los contenidos y el tipo de método que se implementa, dentro de este orden de ideas se puede destacar que la EE requiere de una evaluación. Por consiguiente esta evaluación con respecto a la adquisición de las competencias emocionales, se llevarán a cabo de la misma manera que se implementan, es decir, que predomina una evaluación práctica. Entonces, esta idea se manifiesta de la siguiente manera:

La forma de hacer una evaluación auténtica es basándose en los comportamientos manifestados por el alumnado en las situaciones de la vida cotidiana.

Hay que reconocer que establecer patrones de comportamiento correcto conlleva serias dificultades y problemas metodológicos, que se tendrán que afrontar en un futuro. Las aportaciones del construccionismo social, bien orientadas, pueden aportar luz sobre este problema (Bisquerra, 2009, p.167)

Con respecto a estos planteos, se puede interpretar que la evaluación tiene que ser incorporada a las situaciones que se presentan y prever cómo se actúa. En relación a esto, desde una perspectiva personal, se puede partir primeramente de las pequeñas situaciones surgidas dentro del aula. Esto da lugar a poder recurrir a la observación, con respecto a las actitudes de los educandos frente a diversas situaciones, y así poder trabajar en ellas, en base a las competencias mencionadas en el desarrollo de este apartado. A partir de esto, se obtendrá como resultado no solo el manejo dentro del ámbito educativo, sino del mismo modo, contribuyendo en la persona a lo largo de toda su vida.

Es oportuno también citar, cómo se incluye la formación de formadores, ya que se ha verificado tras diversas indagaciones, en distintas fuentes de información, cómo se forma a los docentes en lo que refiere al ámbito de la EE. Aquí, en cierto grado, nos

permite reflexionar sobre el tema principal de este ensayo, por lo tanto, se comprende que no es un tema nuevo el de considerar la capacitación en los formadores. Esta capacitación apunta a transmitir conocimientos primordiales para comprender la EE, conocimientos como las distintas teorías que abordan aspectos referidos al cerebro emocional, las inteligencias, y cómo actúa el individuo frente a esto. En relación a este tema, no debemos dejar de recordar este punto clave, influyente en la hipótesis planteada que se volverá a retomar en las conclusiones finales.

Entonces, recapitulando lo escrito en el párrafo anterior cuando el autor destaca al educando, detalla aquellos aspectos que no pueden faltar en su carrera y estos son los siguientes:

[...] incluir una revisión de síntesis de las principales teorías sobre las emociones [...] Es esencial un conocimiento de las teorías de las inteligencias múltiples de Howard Gardner y de la inteligencia emocional. Es importante también introducir unos conocimientos esenciales sobre el cerebro emocional, con especial referencia a los centros de procesamiento de las emociones y las aportaciones recientes de la neurociencia (p. 166).

En resumen, englobando esta última idea, los formadores deben comprender de dónde surgen las emociones, es decir su origen, y todos los aspectos que le conciernen, desde fisiológicos, personales y sociales; en resumidas palabras es conocer la EE en su totalidad. Desde esta perspectiva, al formarse para formar, podrá tener como herramienta una buena base de conocimientos para transmitirlos de la mejor manera, y a su vez, de ejecutarlos en su propia persona. Dentro de este marco, es importante tener presente que en la actualidad no forma parte del currículum, sino que es una proyección que se quiere implementar en un futuro. Para reafirmar esta línea de ideas, se cita un escrito donde el autor Bisquerra (2009) narra lo siguiente:

El primer destinatario de la educación emocional es el profesorado. En primer lugar, porque necesita las competencias emocionales para el ejercicio de su profesión. En segundo lugar, para poder contribuir al desarrollo de las competencias emocionales de su alumnado. Solamente un profesorado bien formado podrá poner en práctica programas de educación emocional de forma efectiva. (p.157)

Podemos considerar y añadir, con respecto a los últimos párrafos escritos, la idea de que el docente deberá conocer su origen, adquirir conocimientos referidos al tema, ejecutarlo en sí mismo, para luego poder llevarlo al aula. Aquí me detengo en la idea de ejecutarlo en sí mismo, es decir, autorregular sus propias emociones, esta es

una tarea imprescindible, que requiere de conocerse así mismo, en otras palabras autoconocerse. De esta manera es que se continúa con el desarrollo narrado en un principio, por ende, se procede a la referencia específicamente del autoconocimiento.

2.3. Contemplando el autoconocimiento

Previo a posicionarse en lo que respecta al autoconocimiento, es importante comprender la selección de este subtema. Entonces, la idea manifestada en el título, da lugar a cuestionarse el por qué contemplar el autoconocimiento en este recorrido. La respuesta a esta interrogante, se puede dar por el motivo que se expuso en la introducción, referido a la selección de este tema. De este modo, para poder recordar, es necesario reiterar nuevamente lo escrito en un principio. Esta selección surge de la curiosidad sobre el autoconocimiento, abordado en una asignatura de la carrera. A partir de esto, se comenzó a indagar sobre el tema, llegando a descubrir de manera personal, la educación emocional.

En consecuencia, se puede deducir y plantear la idea de que ambas concepciones se encuentran relacionadas. Debido a la existencia de esta relación, no se puede dejar de contemplarlo, así como se manifiesta en el nombre adjudicado en este apartado.

Posteriormente a esta aclaración, se continúa específicamente haciendo referencia al autoconocimiento. Para esto se retoma la expresión de la necesidad de conocerse a sí mismo, para poder identificar las propias emociones y poder trabajar en ellas. A su vez, es oportuno aclarar cómo el autor Daniel Goleman (1995), determina el concepto ya nombrado de conocerse a sí mismo, manifestándolo de la siguiente manera:

[...] la expresión conciencia de uno mismo, la atención continua a los propios estados internos. Esa conciencia autorreflexiva en la que la mente se ocupa de observar e investigar la experiencia misma, incluida las emociones.

La toma de conciencia de las emociones constituye la habilidad emocional fundamental, el cimiento sobre el que se edifican otras habilidades de este tipo, como el autocontrol emocional. (p.47).

En este sentido, se plantea una ejemplificación cotidiana que permite tener determinada noción, más clara, de lo que se está planteando y en ella se alude: “[...] la diferencia que existe entre estar violentamente enojado con alguien y tener, aún en medio del enojo, la conciencia autorreflexiva de que ‘estoy enojado’” (Op.cit. p.47). Simultáneamente, el mismo autor Goleman narra en su libro la conceptualización estipulada por Mayer y Salovey: “[...] ser consciente de uno mismo significa ser consciente de nuestro estado de ánimo y de los pensamientos que tenemos acerca de esos estados de ánimo” (Op. cit.p. 48).

Tras las diferentes alusiones planteadas, aunque siguiendo con el mismo lineamiento, se puede interpretar sobre la conciencia ya reiterada en varias oportunidades, la cual, indica la capacidad detectar en uno mismo cómo nos sentimos. Esto es necesario como punto de partida, para poder actuar de manera acorde a las emociones que se encuentran latentes en ese momento. Cabe destacar que esta idea se manifiesta por diversos autores, aunque desde mi posición personal, considero oportuno manifestar y reiterar en palabras propias. La razón de esto, es por poder reflexionar y analizar lo destacado, al mismo tiempo que las introduzco en este ensayo.

Reproduciendo nuevamente la idea, se puede hacer alusión a otro autor que abarca la misma posición que Goleman (1995), con respecto al tema de este apartado. De tal forma, en esta alusión se enuncia:

[...] indica que la autoconciencia significa prestar atención a las emociones que sentimos, en el momento en que aparecen; sin embargo, ello no significa una completa inteligencia emocional, sino que simboliza un punto de inicio para el desarrollo de competencias socioemocionales y para la mejora de habilidades sociales. (Repetto 2009, citado por Trujillo 2018. p. 17).

[...] para desarrollar el autoconocimiento, los docentes deben brindar estrategias y utilizar recursos que permitan al estudiante conocerse tanto en el aspecto personal al identificar características positivas o negativas sobre sí mismos, como en el aspecto académico, al comprender qué y cómo aprende; o en el ámbito personal, familiar y social, entendiendo cómo se relaciona consigo mismo y con los demás, qué posibilita o impide una adecuada comunicación y proponer estrategias de mejora de acuerdo a sus propias características (Op. cit. 27).

Esta referencia permite comprender cómo puede contribuir el autoconocimiento en los niños, pero al mismo tiempo tras su lectura, lleva a reflexionar y replantearse que este mismo aspecto, también, es muy importante en los propios docentes. El docente debe ser el primero en identificar sus propias características positivas o negativas, en todos los ámbitos presentes. De forma paralela, debe comprender cómo se relaciona con su propia persona y con el resto; es decir, estos mismos aspectos establecidos por el autor deben ser contemplados en los docentes.

Al fundamentar este posicionamiento personal, puedo exponer no solo el hecho de tener un dominio de este tema para poder transmitirlo a sus alumnos, sino el hecho de poder fortalecerlo en el propio docente como persona. Al poseer mayor confianza en sí mismo, tener la capacidad de reconocer sus propias emociones y trabajar en ellas, contemplar aquellos aspectos negativos que pueden llegar a repercutir en la armonía con el vínculo hacia la otra persona. Sin duda alguna esto es un factor fundamental que también se reflejará en el aula.

En consecuencia, se puede inferir la idea de la influencia que genera el docente en los niños y el compromiso que conlleva frente a la tarea de educar, no sólo desde aspectos cognitivos, sino desde una tarea más difícil aún. Esta tarea es la de educar para la vida, educar la persona, la integridad, la ética, la moral, la convivencia, y diversos aspectos más.

El maestro no solo transmite estos conocimientos, sino que indirectamente educa con su postura, comportamiento y actitudes frente a cualquier situación. Se debe tener en cuenta, si la idea es formar al docente emocionalmente, logrando que se encuentre con mayores herramientas, podrá también transmitir otra postura frente a las diversas situaciones que puedan surgir. Por lo tanto, este es otro punto que da lugar a reflexionar, sobre la tarea del docente siendo el pilar del niño en el aula, dicho en otras palabras, nos lleva a pensar en el rol docente.

2.4. Rol docente

En la escritura de este ensayo no puedo dejar de nombrar al célebre pedagogo Paulo Freire, quien ha contribuido en la educación, en la formación de cada maestro, por ende, ha sido parte de mi formación. Dicho pedagogo no se encuentra únicamente

en el epígrafe de este escrito con una de sus expresiones, incluso lo seleccioné como parte de este apartado. Con esto se quiere decir que, para centrarme en aspectos referidos al rol docente, aludiré a Freire y específicamente a una de sus obras denominada “Cartas a quien pretende enseñar”, publicada en el año 1993.

El motivo que me lleva a seleccionar algunos fragmentos de esta obra, se debe a que en ella se enuncian aspectos referidos a las emociones. En todo momento se reflexiona frente a situaciones que se presentan dentro del aula, enfatizando reiteradas veces en las posibles maneras que se puede enfrentar distintas emociones, por ejemplo, el miedo. Cabe destacar, que en una de las menciones sobre el miedo, se alude y destaca al educador. De esta manifestación es que se desprende el epígrafe ya expresado, encontrándose inmerso en esta idea narrada:

Así como el educando, ellos tienen derecho de tener miedo. El educador no es un ser invulnerable. Es tan gente, tan sentimiento y emoción como el educando. Frente al miedo, lo que lo contraindica para ser educador es la incapacidad de luchar para sobreponerse al miedo, y no el hecho de sentirlo o no. (Freire, 2002. p. 88- 89)

Nuevamente se evidencian y se reafirman las ideas de diversos autores, que refieren a la necesidad de tener presentes las emociones y sentimientos de los docentes. Paralelamente, el autor enfatiza en la necesidad de que el docente se manifieste tal cual es, con todas las características propias como persona de sentir: “No temer a los sentimientos, a las emociones, a los deseos, y trabajar con ellos con el mismo respeto con que nos entregamos a una práctica cognoscitiva” (Op.cit. p.91). A su vez, frente a esta narración nos permite confirmar lo expuesto en los últimos párrafos del apartado anterior, con respecto a la necesidad de visualizar al maestro más allá de un transmisor de conocimientos académicos; y al mismo tiempo, le adiciono la idea de verse de la misma manera el propio maestro.

Por consiguiente, retomando el tema central de este apartado no tan lejano a lo que se expresó en párrafos anteriores, se continúa específicamente con una visión general del rol docente. De modo que, es necesario preguntarse qué es el rol docente: “El rol principal de un docente es el de enseñar” (Siri, 2008, p. 40). Con respecto a esto, sin duda alguna, el docente tiene un rol más amplio que el de enseñar, el docente acompaña, motiva, potencia, protege, cuida; ejerce un acto más amplio. Pero en cierto grado esta idea citada no es errónea porque en cada acto, él enseña. Simultáneamente,

se recopila una información pertinente que dispone a grandes rasgos, lo que refiere al rol docente:

El maestro desempeña un papel decisivo en todo este proceso, pues es el profesional que tiene a su cargo la organización y diseño de las estrategias, de las actividades y de las situaciones que tendrán en cuenta al alumno y sus particulares maneras de aprender. Además, es el que oficia como ayuda y soporte a través de sus intervenciones y su manera de relacionarse con el niño, para, fundamentalmente, despertar el interés por el aprendizaje y ayudar al niño a superar las experiencias negativas que lo inhiben de aprender. Para ello no existe un método ni una planificación específica sino que el papel principal en esto lo ocupa el docente y su formación específica, el rol que cumple como observador activo de las situaciones de aula. (ANEP- MECAEP, 1999, p. 29)

En efecto, parafraseando y haciendo hincapié en el eje central se puede sintetizar, la función del maestro como de acompañante, transmisor y guía para el niño. Aludiendo a palabras más cotidianas, se puede expresar que cumple el papel de “ejemplo” para el educando. Los autores Extremera y Fernández en su estudio escrito también apuntan a contemplar los educadores:

Para que el alumno aprenda y desarrolle las habilidades emocionales y afectivas relacionadas con el uso inteligente de sus emociones necesita de un “educador emocional”. El alumno pasa en las aulas gran parte de su infancia y adolescencia, periodos en los que se produce principalmente el desarrollo emocional del niño, de forma que el entorno escolar se configura como un espacio privilegiado de socialización emocional y el profesor/tutor se convierte en su referente más importante en cuanto actitudes, comportamientos, emociones y sentimientos. El docente, lo quiera o no, es un agente activo de desarrollo afectivo y debería hacer un uso consciente de estas habilidades en su trabajo. (Op. cit. p.1)

Aquí, no se debe pasar por alto un eje clave, en la primera idea del texto, se detalla claramente la misma idea planteada en la hipótesis de este ensayo. Por otra parte, al realizar un análisis sobre el peso e influencia que posee dicho maestro, podemos decir que se considera capaz de poder transmitir una EE. Para poder transmitirla, primeramente, deberá adquirirla como cualquier otro aprendizaje; al adquirirla la implementará en su persona viéndose beneficiada ambas partes, tanto el propio docente como el niño.

Con respecto a estas últimas líneas, para poder situar al lector de una manera más transparente, se apela a detallar de manera más específica cómo se ven

beneficiadas ambas partes mencionadas en el párrafo anterior. A tal motivo, que el próximo y último apartado de este recorrido se exponen las potencialidades de la EE.

2.5. Potencialidades de la educación emocional

En un principio, con respecto a la educación emocional se destacaron aspectos, como los objetivos, contenidos a abordar, tipo de metodología, principios generales y evaluación a aplicar. Seguido a esto se abordaron aspectos vinculados al autoconocimiento y rol docente, siendo estos pertinentes para poder abordar esta nueva pedagogía en el aula. En este tramo es necesario dejar presente, cómo contribuye este tipo de formación en el niño y el maestro, en otras palabras, qué beneficios se pueden llegar a obtener dando lugar a potenciar ambas partes.

Es conveniente recalcar que, en el presente marco teórico, se han visto reflejados los beneficios que se pueden tener con esta nueva pedagogía. Pero para otorgarle la importancia que se merece y enfatizar en ella, para eso, resultó enriquecedor dedicarle una sección particular. La presente sección se posiciona dentro de tres potencialidades fundamentales que se obtienen a partir de la EE, viéndose beneficiados el educador y educando. Las tres potencialidades refieren a las cuestiones fundamentales que el individuo debe fortalecer, estas son: frente a la vida, las pertenecientes al campo biológico o fisiológico ya manifestados, y la tercera potencialidad posee una dirección hacia el aprendizaje. En otras palabras, se puede clarificar expresando la necesidad del individuo con respecto a obtener herramientas para la vida, a su vez, que la utilidad de que estas herramientas favorezcan su salud, y al mismo tiempo que contribuya en su aprendizaje. En otras palabras, estos ejes favorables se enfocan en intereses sociales, personales y cognitivos.

Entonces, una de las primeras potencialidades que se puede mencionar es la referida a la vida en sí de la persona. En ella se encuentran inmersos los beneficios para la salud y cotidianidad; así se describe en la obra del autor Bisquerra (2009), quien explicita: “Brackett (2004), Ciarrochi (2006) y otros han investigado las relaciones entre la inteligencia emocional y la vida cotidiana, llegando a la conclusión de unos efectos positivos [...] sobre la satisfacción de la vida” (p.153).

En base a esto, nos permite reafirmar otros puntos destacados en otras páginas referidos a la preparación para la vida y las consideraciones biológicas ya nombradas, por lo cual Trinidad (2004) plantea que “La incidencia del desarrollo emocional sobre la salud es otro de los aspectos que está generando abundante bibliografía. En estos estudios se reconoce que las competencias emocionales tienen una influencia sobre los estilos de vida saludables.” (p. 154).

Como contrapartida, se puede destacar otra fuente de información donde se sostiene las consecuencias de contraer un desequilibrio emocional, pero al mismo tiempo se relata una oposición favorable:

Las emociones negativas disminuyen las defensas del sistema inmunitario y por lo tanto disponen a contraer enfermedades; mientras que las emociones positivas contribuyen a aumentar las defensas del sistema inmunitario y por lo tanto provienen de enfermedades o aceleran la curación (Bisquerra, 2012. p.30)

En relación a las enfermedades mencionadas en el párrafo anterior, una de ellas, la más predominante en la actualidad, se debe al exceso de trabajo que presentan los docentes. Esta se puede llegar a revertir desarrollando un buen manejo de competencias emocionales. Pero es necesario cuestionarse qué ocurre si no se trabaja en ellas, seguido a esto, se describe cómo revertir las situaciones estresantes mencionadas y qué sucede en caso de que no se lleve a cabo. Extremera y Fernández (2004), afirman:

[...] las habilidades de inteligencia emocional ejercen efectos beneficiosos para el profesorado a nivel preventivo. Es decir, la capacidad para razonar sobre nuestras emociones, percibir las y comprenderlas, como habilidad intrínseca del ser humano, implica, en último término, el desarrollo de procesos de regulación emocional que ayudarían a moderar y prevenir los efectos negativos del estrés docente a los que los profesores están expuestos diariamente. (p.4)

Las condiciones laborales, la falta de recursos en comparación con las altas demandas requeridas, las distintas presiones temporales se convierten en obstáculos, muchas veces insalvables, que pueden hundir el entusiasmo inicial del docente y desembocar en la aparición de estrés laboral, diversos síntomas ansiosos o depresivos y trastornos de salud física y mental dando lugar, en algunos casos, al absentismo, la baja laboral o el abandono de la institución. Las consecuencias de esta situación, finalmente, no afectarán únicamente al profesional docente [...] sino que el alumno/a va a ser el directo receptor de un servicio de “baja calidad” en relación a algo esencial: su propia educación (Op. cit. p. 5)

Queda aquí manifestado muy claramente, el grado de influencia que puede ocasionar en el docente si no se implementa un buen manejo de las emociones, y teniendo en cuenta el rol fundamental que cumple el docente en el aula, dará lugar a que el alumno se encuentre afectado de alguna manera. Sin duda alguna el estado anímico del educador será percibido por los niños. En relación a esto, tomando como referencia un trabajo escrito denominado “La educación emocional: conceptos fundamentales”, el cual expresa las huellas que dejan los docentes en sus alumnos: “Los alumnos que tienen profesores inteligentes, desde el punto de vista emocional, disfrutan asistiendo a la escuela, aprenden sin pasar miedo alguno y van edificando una sana autoestima. Pero, sobre todo, la postura humana del profesor trasciende a ellos” (Martin y Bock, 1997, citado por García, 2003, p. 14).

Igualmente, teniendo presente que la idea aquí es resaltar los beneficios, es oportuno evacuar otras cuestiones importantes como lo son la causante de la falta de inteligencia y educación emocional. No obstante, frente a esta idea es apropiado tener presente una opinión muy certera de Extremera y Fernández (2004):

Debemos ser realistas, estas habilidades no nos convertirán en invulnerables ni nos prevendrán del desconcierto. Nuestra inteligencia emocional no hará que nuestros alumnos sean educados y estén motivados por aprender, que nuestros compañeros o padres de alumnos no discutan con nosotros o que nuestros problemas burocráticos y administrativos del centro se acaben. Ahora bien, ser emocionalmente inteligente disminuirá el desgaste psicológico que implica todo este tipo de problemas diarios y facilitará nuestra tarea en el aula e, incluso, hará que volvamos a disfrutar de una tarea tan fascinante como es enseñar a los demás. (p. 7).

Continuando con el tema pertinente en este último tramo, al concluir se puede enmarcar como punto general dos beneficios, el biológico, es decir, los referidos a nuestro cuerpo. De una manera indirecta, ya que al poseer un dominio de las competencias emocionales, se estará favoreciendo nuestro cerebro, nuestro sistema inmunológico, nuestro cuerpo en su totalidad, tanto en niños como en adultos.

Como segundo beneficio, los referidos a la vida, claramente las personas tanto niños como adultos, se encontrarán con mayores herramientas y mejor preparación en distintas ocasiones, ya sean positivas o negativas. Cada individuo podrá manejar de una manera más consciente, las distintas emociones que emanen de su cuerpo, como lo son los enojos, frustraciones, alegrías, nervios, entre otras. En cierto grado, al poder

manejarlas, no solo le brindará seguridad, sino una mejor convivencia y comprensión con el resto de los individuos.

En relación con este tema, el beneficio restante se posiciona en el aprendizaje. No debemos olvidar cómo a través del desarrollo de competencias se favorece el cerebro. Al comienzo del marco teórico se reflejó dentro del tramo de: *Inteligencia emocional y educación emocional*, la influencia de nuestras emociones frente a la activación de los mecanismos cerebrales, conllevando a un mejor proceso de almacenamiento de la información; por ende, un mejor aprendizaje.

En las mismas líneas, se debe recordar que el niño mejora su aprendizaje y rendimiento frente a los elogios; así lo plantea Abarca (2003). Realizando una interpretación de lo escrito, se puede deducir que esto lo lleva a mejorar el autoestima, por lo tanto, a manifestar diversas emociones y sentimientos, a través de la motivación. De igual forma, recordando que se contemplan los beneficios para ambas partes, se puede expresar que el maestro simultáneamente se encuentra con mejor autoestima, ya que detectará el progreso de sus alumnos frente a su accionar. Al mismo tiempo, si se piensa en su formación, aquí no solo se logra un mayor rendimiento de aprendizaje en los niños, en los maestros también; es decir, cualquier persona que tenga presente una motivación constante, un estímulo, llevará a cabo su tarea de la mejor manera.

A partir de esto se deduce que la base para poder despertar el deseo de aprender, es trabajar en las emociones de las personas, sin importar su rango de edad; toda persona puede ser educada emocionalmente. Con respecto a la alusión: “toda persona puede ser educada emocionalmente”, estas son palabras enunciadas por una maestra uruguaya, Carmen Albana Sanz, Magíster en Educación Emocional.

En efecto, llegando a culminar el marco teórico escrito, considero relevante nombrar a dicha docente, quien promueve la EE en nuestro país. Por lo cual es importante contextualizar brevemente a la educadora Sanz, dentro de este ensayo. Como ya se mencionó, la uruguaya ejerce la docencia y se encuentra radicada en Barcelona, España. En este último tiempo se ha convertido en la mayor promotora de la EE en Uruguay, al mismo tiempo que lleva a cabo esta práctica en el país que radica.

El punto clave aquí, es destacar que algunos de los autores sobre la EE, que se implementaron en el transcurso de este desarrollo, provienen de puntos cercanos a España. Con esto se quiere decir que, desde un análisis personal, las lecturas realizadas reflejan el predominio de provincias que se encuentran desarrollando esta nueva educación; al igual que en América Latina. Asimismo, dentro del punto clave, se encuentra el anteproyecto de ley propuesto para poder llevar a cabo la educación emocional en el currículum docente uruguayo, más específicamente incluirlo en la Ley de Educación N° 18.437. El mencionado proyecto se lleva a cabo con la maestra Albana Sanz y el Dr. Edgardo Ettlin, ministro del Tribunal de Apelaciones. Para dar a conocer este trabajo se difundió por varios medios, uno de ellos, es el blog personal del ministro, siendo este el seleccionado seguidamente para citar sobre lo planteado:

La idea básica que anima a este Anteproyecto, cuyo texto final es de fecha 11 de mayo de 2020, es integrar a la Educación Emocional en la orientación y en los contenidos de la Enseñanza Primaria, Secundaria y Técnico Profesional, aprovechando estructuras legislativas y orgánicas ya existentes.

El “*Anteproyecto de Ley de Educación Emocional*” consta de 7 (siete) artículos y de su correspondiente Exposición de Motivos. Propone pequeños ajustes a la Ley General de Educación N° 18.437, de fecha 12 de diciembre de 2008. (Ettlin, 2021)

Por último, considerando el tramo final de este marco, cabe señalar, que este esbozo actualmente continúa en estudio frente a las autoridades. Asimismo, no se debe dejar de señalar aunque sea en líneas generales, por tener presente que este es un dato de gran importancia para nuestro país, sobre todo para la formación docente y maestros. Arraigando consigo puertas abiertas y un camino por recorrer, dejando presente en las fuentes de información, que la educación emocional logrará instalarse en la última era, empleándose como una nueva praxis. Con respecto a esta última idea, es oportuno señalar, que en ella se encuentra una dirección hacia una de las preguntas estipuladas en el planteamiento de interrogantes.

En vista de haber transitado los puntos estimados en la introducción, el siguiente paso a seguir es dar por finalizado este trayecto y proceder a las reflexiones finales donde se esbozarán mis reflexiones personales.

3. Reflexiones finales

Teniendo presente las emociones reiteradas tantas veces en este ensayo, es inevitable no expresar las emociones y sentimientos que surgen en el interior de mi cuerpo. Actualmente, emanan, nervios, ansiedad, alegría, inseguridad, podría señalar diversas; y más aún si me refiero a los cuatro años de formación. Dar cierre a este trabajo, es tener presente que no sólo es el último tramo de este ensayo, el que me ha acompañado a lo largo de todo este año, sino que refleja el mismo tramo de la carrera. Ese momento que ocasiona diversas sensaciones y no solo individuales, sino que incluye más personas, como compañeros, docentes, familias, amigos; y no dejando de nombrar a los niños quienes se manifiestan con alegría en el momento que conocen los logros de sus practicantes.

Seguido a esta mención, para poder introducirme en los resultados o respuestas que considero haber obtenido, es oportuno recordar nuevamente los puntos propuestos en un principio, dando lugar a enfatizar particularmente en ellos. En relación a esta idea, en el primer punto se narró sobre los objetivos con respecto al ensayo. Recordándoles estos eran: despertar el interés del tema en otras personas vinculadas al ámbito educativo, e implementarlo como una herramienta personal que contribuya cognitiva y emocionalmente en mi persona.

En resumidas cuentas, el primer objetivo estipulado, se deduce claramente que podré lograrlo o no, a largo plazo, a medida que se conozca este documento escrito. En lo que refiere al segundo objetivo, desde ya, se puede concluir que en el transcurso de este año he podido ampliar mis conocimientos referidos a la educación emocional, sobre todo en asuntos de la formación docente, de donde se desprende la hipótesis abordada, comprendida en un segundo punto. Dentro de este orden de ideas, creo conveniente rememorar las interrogantes planteadas que emanan de ella.

De esta manera, en la primera cuestión se planteaba lo siguiente: ¿por qué desarrollar inteligencia emocional en los docentes? En relación a esta, en distintas oportunidades se pudo apreciar que el docente educado emocionalmente, es un tema pertinente considerado por diversos autores, no solo autores de la actualidad, también referentes históricos como Salovey y Mayer, Daniel Goleman y Paulo Freire. Estos referentes del ámbito educativo no se centran únicamente en las emociones de los infantes, de la misma forma se manifestaban sobre los formadores.

Entonces, ya dejando claro que, desde que surge la IE se ha incluido al docente para educarlo, aquí la pregunta se detiene en: ¿por qué? Lo esencial a esta respuesta es hacer hincapié en aquellos ítems donde se dejó presente que el poseer un buen desarrollo de competencias emocionales, permitirá reconocer las emociones propias y ajenas, trabajar en ellas favoreciendo su propia persona y la convivencia social; y a su vez, esto conlleva a un buen funcionamiento del organismo, como un todo. De manera semejante Extremera y Fernández (2004), abarcan lineamientos iguales:

El desarrollo de las habilidades de inteligencia emocional en el profesorado no sólo servirá para conseguir alumnos emocionalmente más preparados, sino que además ayudará al propio profesor a adquirir habilidades de afrontamiento. De este modo, los docentes emocionalmente más inteligentes, es decir, aquellos con una mayor capacidad para percibir, comprender y regular las emociones propias y la de los demás, tendrán los recursos necesarios para afrontar mejor los eventos estresantes de tipo laboral y manejar más adecuadamente las respuestas emocionales negativas que frecuentemente surgen en las interacciones que mantienen con los compañeros de trabajo, los padres y los propios alumnos. (p.7)

Personalmente, el desarrollo de IE en los docentes les permitirá enfrentarse con mejor postura en el aula, dejando en cierto grado de lado las condiciones que lo llevan a desmotivarse. A su vez, podrán manejar de mejor manera el estrés, los problemas personales, e incluso transmitir ese tipo de educación a los niños; pero indudablemente es un camino lento que requiere de formación y práctica.

Con respecto a esta postura, reflexionando y empatizando con los formadores, llegué a cierto análisis personal. En estos últimos años, donde me he encontrado inmersa en el ámbito educativo, he podido escuchar reiteradas veces sobre la expresión: “dejar los problemas fuera del salón”. Indudablemente esta expresión sería muy certera si se pudiera llevar a cabo realmente; pero frente a ella me pregunto, ¿realmente se puede lograr? Pienso en el maestro, la dificultad que se le presenta para poder lograrlo en su totalidad día a día; quizás con mucho trabajo práctico referido a las emociones se podría lograr. Con dificultad, me refiero a la dificultad, la de dejar los problemas por fuera, ya que en mi corta experiencia de práctica lo pude vivenciar de manera personal, siendo esto algo difícil de lograr.

No obstante, no me detendré en aquellos asuntos negativos, positivamente destaco, y no puedo dejar de nombrar el ambiente del aula, es decir, la esencia de los niños conllevando a ausentar por un momento aquellas situaciones no tan buenas. De

la misma forma, si se piensa en el cambio de roles, el mismo docente puede dar lugar a opacar situaciones desfavorables que el niño pueda estar transitando; más aún, si se piensa en ambas partes educadas emocionalmente.

La segunda pregunta planteada, se orienta teniendo en cuenta un docente educado emocionalmente ¿de qué forma favorece a sus alumnos? En lo que respecta a la pregunta, desde lo personal, no existe una lista específica que determine de qué forma los favorece. Sin embargo, al tener en cuenta las bases informativas utilizadas para asesorarme sobre la temática, me permite comenzar a transitar hacia una respuesta.

Retomando el planteamiento de esta inquietud, el docente ya se encuentra educado emocionalmente, entonces puede favorecer a sus alumnos inculcando ese conocimiento, el de IE, a través de la educación emocional. Por tal motivo, se trató el rol docente, relacionando que el grado de influencia de su perfil podrá generar este tipo de educación, al mismo tiempo, se genera con su accionar inconsciente. No se debe dejar de lado, como ya se ha venido expresando, lo particular de la persona, con esto se quiere decir que el niño de la misma forma encuentra herramientas para su vida y perfeccionamiento en su salud. Esta misma opinión se transcribe por la autora García (2003) ya nombrada:

Resulta imprescindible que el educador tenga una clara conciencia de sí mismo y de sus procesos emocionales.... La introspección y el reconocimiento de sus puntos débiles y fuertes, la confianza en sí mismo que demuestre, la atención que preste a sus estados de ánimo interiores y la expresión que haga de las mismas ante sus alumnos son aspectos que un educador competente debe trabajar y afianzar antes de enfrentarse a la enseñanza de la inteligencia emocional a su grupo de alumnos. (p.15)

Otra de las ventajas comprendidas y no lejana a la línea anterior, se orienta a desarrollar un mejor clima áulico, perfeccionando día a día la convivencia; como también la adquisición de conocimientos. Esto ha sido reiterado en varias ocasiones, cómo se beneficia el aprendizaje, por lo tanto se adecúa dentro de la otra pregunta: ¿puede contribuir en el aprendizaje del niño?

La última cuestión propuesta es: ¿cuáles son las experiencias en Uruguay sobre esta práctica? En la búsqueda de información sobre el tema, predominan libros con edición uruguaya que abarcan sobre el tema. En este ensayo se incorporó uno para detallar los principios de la EE, en ese mismo libro se describen prácticas realizadas en

algunas escuelas del país, incluso ilustran planificaciones llevadas a cabo. En relación a esto, se apeló a mencionar el anteproyecto para modificar la Ley General de Educación N°18.437; en búsqueda de equiparar las emociones, en otras palabras, buscando el mismo interés e igualdad que el resto de los planteamientos.

En relación a esta nueva pedagogía, podrá fundamentarse con mayor fuerza por tener un sustento teórico desde el siglo XX, a través de autores ya destacados, quienes aluden a sus beneficios. No obstante, se debe implementar en el currículum de la formación docente, si se promueve la formación continua y el hecho de poseer docentes actualizados.

Por lo que se refiere a la hipótesis, la considero verificada, teniendo como respuesta la información redactada en este ensayo. Claramente un maestro debe estar formado emocionalmente para poder tener un eficaz ejercicio. Reiteradas veces se enfatiza en abordar los conocimientos a temprana edad, tema que no discuto, pero al mismo tiempo, no se debe olvidar las generaciones ya existentes, que no tuvieron la oportunidad de adquirir esos conocimientos en su niñez. Pensando en la actualidad, me parece más acorde enfocarse en los nuevos formadores, quienes serán los encargados de inculcar en el niño los aprendizajes, en este caso, a través de esta práctica. De diversas obras escritas, y la realidad que todos conocemos, surge la necesidad de preparar al formador sobre toda temática que se quiera transportar al aula. Sin oposición, ocurre con la EE, al encontrar al maestro formado desde lo emocional, será capaz de transmitirlo y poner en ejercicio en su propia persona.

Previo a dar un cierre final al presente ensayo, realizaré una autoevaluación frente al trabajo realizado. Personalmente ha sido un gran desafío, teniendo presente que predominan diversos puntos a mejorar, en cuanto a temas narrativos. Se debe agregar que el hecho de ser el primer escrito sobre un tema en específico, y con cierta extensión ha permitido contribuir en mí cognitivamente. Por lo que se refiere al lector, resulta anhelante que el mismo pueda interpretar todo aquello que se quiso expresar y transcribir; a la par, despertar el interés sobre las oportunidades que el estudio de la inteligencia y educación emocional, brindan al acto de educar.

Por otra parte, puedo considerar que logré respetar los ejes centrales que me propuse para el desarrollo teórico. En vista de tener claro que tanto la narración como la introducción del tema son proyecciones, no quiere decir que se llegue a cumplir

perfectamente, ya que al indagar pueden surgir alteraciones o datos desconocidos. Desde mi perspectiva, considero que pude desarrollar en gran medida lo propuesto. Aunque, interpreto que me desvíe al momento de posicionarme solo con la mirada hacia el docente. En relación a esto, me permitió reflexionar que todos los temas abordados sobre EE no se especifican únicamente en un rol. En el siglo XXI no se apunta al docente o al niño, se apunta a la unificación.

Como se ha dicho, no se puede enfatizar solo en los docentes, ni solo en los niños; ambas partes requieren de la misma atención, por ende, dicha unificación potenciará los dos roles (niños y maestros). No es casualidad que en su momento se acentuó en la tríada didáctica. Esta idea me lleva a significar mayormente el título del presente ensayo académico, y lo reafirmo. Habría que decir también que, no hay que educar a los niños emocionalmente, ni a los maestros, se debe ampliar esta mirada y pensar en ambas partes; no queriendo decir que no se contemple. Hecha esta salvedad, debo decir que en el ámbito educativo, ambas partes deben estar educadas emocionalmente, como seres humanos que son, se debe pensar en *maestros y niños emocionales*.

El mundo afectivo de ese sinnúmero de niños es un mundo roto, casi deshecho, vidriería hecha añicos. Por eso mismo esos niños precisan maestras y maestros profesionalmente competentes y amorosos, y no simples tíos y tías.

No hay que tenerle miedo al cariño, no hay que cerrarse a la necesidad afectiva de los seres impedidos de ser. Sólo los mal amados y las mal amadas entienden la actividad docente como un quehacer de insensibles, llenos de racionalismos a un grado tal que se vacían de vida y de sentimientos.

Paulo Freire, 2002

Referencias bibliográficas

- Abarca, M. (2003). *La educación emocional en la Educación Primaria: Currículo y práctica*. Tesis doctoral. Universitat de Barcelona. Recuperado de: https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/2349/01.MMAC_PRIMERA_PARTE.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- ANEP-MECAEP. (1999). *Propuesta didáctica. El material didáctico como mediador en los procesos de enseñar y de aprender*. Rosgal S.A. Montevideo, Uruguay.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Síntesis. Madrid, España. Recuperado de: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Psicopedagogia%20de%20las%20emociones%20-%20Rafael%20Bisquerra%20Alzina-1.pdf>
- Bisquerra, R & Punset, E & Mora, F & García, E & López, C. et al. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Faros. Barcelona. Recuperado de: https://faros.hsjdbcn.org/sites/default/files/faros_6_cast.pdf
- De Zubiría, J. (2013). *El maestro y los desafíos a la educación en el siglo XIX*. Redipe. Recuperado de: <https://docplayer.es/4481828-El-maestro-y-los-desafios-a-la-educacion-en-el-siglo-xxi.html>
- Ettlin, E. (2021). Construyendo alternativas en el derecho. *Legislar sobre educación emocional. Una necesidad y un desafío para el Uruguay*. Recuperado de: <https://edgardoettlin.blogspot.com/2021/05/legislar-sobre-educacion-emocional.html?fbclid=IwAR3aAfyMtA1AOEeXpqy1ZJ7s4OqO4I21DNok-FqfSU9QHuptrxRRDdREaDg&m=1>
- Extremera, N. y Fernández, P. (2004). *La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado*. Revista Iberoamericana de Educación. Recuperado de: <https://rieoei.org/historico/deloslectores/759Extremera.PDF>

Freire, P. (2002). *Cartas a quien pretende enseñar*. Siglo XIX editores. Recuperado de:

<https://josemramon.com.ar/wp-content/uploads/Para-educadores-Paulo-Freire-Cartas-a-Quien-Pretende-Ensenar-2002.pdf>

Ferreres, A. y Abusamra, V. (2019). *Neurociencias y educación*. Paidós. Buenos Aires. Recuperado de:

<https://bibliotecapais.ceibal.edu.uy/info/neurociencias-y-educacion-00015539>

García, M. (2003). *La educación emocional: conceptos fundamentales*. Sapiens. Revista universitaria de investigación. 2 (4). Venezuela. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Kairós. Recuperado de:

<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Inteligencia%20Emocional%20%20Daniel%20Goleman.pdf>

Keegan, M., Poggi, F., Sarquis, P., Zuffo, L. (2020). *La educación de las emociones en el ámbito escolar: miradas y experiencias*. Camus Ediciones. Colección Didáctica. Montevideo, Uruguay.

Siri, S. (2008). *Rol docente*. Revista N° 89. Quehacer Educativo. Recuperado de:

<https://www.fumtep.edu.uy/didactica/item/212-rol-docente>

Trujillo, F. (2018). *La inteligencia intrapersonal como medio para el desarrollo adecuado del autoconcepto, autoconocimiento y la autoestima en el estudiante de Educación Primaria*. PUCP. Colombia. Recuperado de

https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/16207/TR_UJILLO_BAUTISTA_FRANCIS_MAGDALENA.pdf?sequence=5&isAllowed=y