



ANEP

CONSEJO
DE FORMACIÓN
EN EDUCACIÓN



El impacto de las emociones en el aprendizaje

Autor: Victoria Guidobono.

Docente tutor: Gladys Cosentino.

Asignatura: Análisis Pedagógico de la Práctica Docente.

San Ramón, Diciembre, 2021.

TABLA DE CONTENIDOS:

1. Resumen.....	2
2. Introducción.....	3
3. Desarrollo.....	4
3.1. Las emociones.....	4
3.2. Las emociones en la escuela.....	5
3.3. Salud emocional.....	8
3.4. Educación emocional.....	9
3.5. Inteligencia emocional.....	11
3.6. Rol del docente desde la perspectiva de las neurociencias.....	12
5. Conclusión.....	15
6. Referencias bibliográficas.....	16
7. Bibliografía consultada.....	17

1. Resumen.

A raíz del transcurso por distintas instituciones educativas de Primaria, se observó en ellas como las emociones impactan en el proceso de aprendizaje de los estudiantes. Partiendo de ello, se investigó acerca de la neuroeducación, por lo que se observa como esta rama de estudio tiene en cuenta los diferentes ámbitos que implican el proceso de enseñanza-aprendizaje. En este caso, se centrará la atención en un aspecto relevante, las emociones en el aprendizaje y el manejo de las mismas.

Se buscará entender la importancia de reconocer y comprender sobre el rol de las emociones y como lidiar con ellas para desarrollar un aprendizaje duradero. Se tendrá en cuenta el importante rol que cumple el desarrollo de la inteligencia emocional, siendo relevante trabajar sobre ello en estudiantes y docentes, y siendo así, se destacará la enorme importancia de este último como guía en el desarrollo de la inteligencia emocional y agente promotor de la educación emocional, en pos del bienestar de los alumnos.

El objetivo del ensayo radica en profundizar sobre las bases que dan cuenta de como las emociones impactan en el aprendizaje, así como también establecer algunos lineamientos para el trabajo docente respecto al tema, establecidos por profesionales especializados en neuroeducación.

La temática que se aborda es de suma importancia, ya que de las competencias emocionales y del manejo de las mismas por parte de los alumnos dependerá su capacidad de aprendizaje.

Se puede concluir con este ensayo como las emociones “positivas” ayudan a fomentar el aprendizaje, ya que pueden estimular la actividad de las redes neuronales, reforzando las conexiones sinápticas. Por lo tanto, se ha evidenciado que los aprendizajes se consolidan de mejor manera en el cerebro cuando se involucran las emociones, pero cuando se trata de emociones “positivas”, porque por otro lado, se ha comprobado que las emociones “negativas” complican el proceso de aprendizaje.

PALABRAS CLAVES: Emociones, aprendizaje, inteligencia emocional, educación emocional, rol docente, rendimiento académico.

2. Introducción.

El presente ensayo argumentativo se enmarca dentro de la asignatura Análisis Pedagógico de la Práctica Docente, dictada por la docente Gladys Cosentino en el Instituto de Formación Docente “Juan Pedro Tapié” de San Ramón, y tiene como finalidad contribuir a la obtención del título de Maestro de Educación Inicial y Primaria.

El problema pedagógico que se presenta es *el impacto de las emociones en el aprendizaje*. Se pretende inducir a la reflexión sobre las prácticas educativas, centrando la atención sobre la gran importancia e impacto que tienen las emociones de los alumnos en relación a su rendimiento académico, aspecto visualizado durante la práctica docente desarrollada entre el período 2019-2021. Se pretende entonces, mediante este ensayo, mostrar cómo las competencias emocionales de los alumnos influyen de forma directa en el proceso de aprendizaje. Es muy importante tomar en cuenta la influencia de las emociones en el aprendizaje, ya que ejercen un control sobre el cerebro, de tal manera que pueden alterar o hasta bloquear los procesos del pensamiento.

Para el abordaje de la temática seleccionada, en primera instancia se dará lugar a la contextualización de la problemática pedagógica, enfatizando en la conceptualización del término *emoción*, utilizando como fuente de consulta documentos de referencia sobre la temática.

Referido a cómo afectan las emociones del estudiante en su rendimiento académico, se presentarán algunos autores, los cuales contribuirán a enriquecer la mirada sobre el tema y permitirán entender con más claridad la temática que se pretende abordar. Su presentación dará lugar a la reflexión sobre aspectos de gran importancia como por ejemplo el rol docente.

Al momento de llevar a cabo el estudio de la repercusión de las emociones de los niños en el aula, en primera instancia se hará hincapié en la postura del alumno como sujeto activo del proceso, luego, se profundizará en la postura docente respecto al tema.

3. Desarrollo.

El proceso de aprendizaje y el éxito del mismo depende de muchos factores, los cuales influyen de forma directa o indirecta en el rendimiento académico. Sobre esto, es sabido que el aprendizaje depende en gran medida de las emociones de los estudiantes, por lo que constituyen el sostén de todo aprendizaje efectivo y duradero. Respecto a ello, en la fundamentación general del Programa de Educación Inicial y Primaria del año 2008, publicado por la Administración de Educación Pública, Consejo de Educación Primaria [ANEP; CEP] (2009), se aprecia la idea de que los alumnos deben salir de la ignorancia, se pretende que sean capaces de reconocer las tradiciones, las biografías individuales y las relaciones intersubjetivas que se llevan a cabo con otros individuos. Se observa que estas ideas intentan situar al alumno en un camino de búsqueda, una búsqueda que le permita conocerse a sí mismo y también a los demás que forman parte de su entorno. Además, se busca también que los individuos se introduzcan en su saber y en el de los demás, por lo que se puede hablar de una “concepción antropológica” del hombre. Se trata de la educación concebida como un proceso de humanización, en donde se observa cómo las emociones juegan un papel fundamental en dicho proceso, no todos los niños logran alcanzarlo, muchas veces las emociones negativas prevalecen en los alumnos, obstaculizando así este trayecto de formación como individuo, pero también como ser que vive en sociedad.

Cabe destacar la importancia de estudiar e investigar sobre la problemática, ya que comprender la naturaleza de las emociones en los entornos educativos puede ser la clave para lograr experiencias saludables y exitosas de los alumnos, así como también de los padres y los docentes.

Los aspectos mencionados en las líneas anteriores serán sustentados atendiendo a los aportes de los estudiosos sobre el tema.

3.1 Las emociones.

Para introducirnos en el tema, es importante comenzar por definir qué son las emociones, para así poder analizar porque son tan importantes, para la vida misma y para el proceso de aprendizaje.

Una emoción es un estado afectivo que experimentamos, una reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) de origen innato, influidos por la experiencia. (...). Las emociones tienen una función adaptativa de nuestro organismo a lo que nos rodea. (Guerri, 2021, párr.1)

Por otro lado, Bisquerra (2012) alude a las emociones y las define como respuestas complejas que se producen en la persona a raíz de un acontecimiento concreto. Al ser una respuesta, nos aportan información muy valiosa respecto a nosotros mismos, y de ahí la importancia de comprender y regular las emociones que sentimos en cada situación.

“Una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción” (Bisquerra, 2000, p.20). Es decir, que las emociones se generan como

respuesta a un acontecimiento externo o interno. Cabe destacar, que un mismo objeto puede generar emociones diferentes en distintas personas.

De este modo, las emociones cumplen una función muy importante en la vida de las personas, ya que permiten orientar nuestras acciones. Además, las emociones “nos entregan” conocimientos respecto a nuestro entorno y sobre nosotros mismos, lo cual permite evaluar y realizar la toma de decisiones ante diferentes situaciones que se presentan en nuestra vida diaria.

Prosiguiendo, y centrando de lleno la atención en el impacto que generan las emociones en el aprendizaje, se puede ver que desde el punto de vista neurobiológico, las emociones tienen un rol importante en este, ya que son quienes dirigen la atención, y este aspecto, constituye un elemento fundamental en el contexto escolar. Siempre se intenta captar la atención de los alumnos para que así generen aprendizajes significativos. El hecho de captar la atención, en este caso de niños, radica en implementar variadas estrategias, dependiendo de los intereses de cada alumno, sin embargo, un factor común a todos ellos radica en las emociones, es decir, que si logramos que los alumnos tengan emociones de carácter positivo seguramente mantendrán su atención en las actividades con mayor facilidad.

En definitiva, si se habla de las emociones, se ha de saber que las diversas emociones por las que puedan atravesar los niños tienen funciones en otros procesos mentales. Como consecuencia, pueden afectar a la percepción de los individuos en distintas situaciones de la vida diaria, así como también pueden interferir en gran medida en el grado de atención, memoria, al razonamiento, a la creatividad y a otras facultades del niño. Así, por ejemplo, se ha observado que estados emocionales relacionados con la felicidad hacen más flexible la organización cognitiva de cada niño, produciendo más asociaciones neuronales que las normales, lo cual influirá significativamente en el aprendizaje. Como resultado de estas asociaciones neuronales en mayor cantidad, aumentan diversas capacidades de los niños como por ejemplo la creatividad artística, científica y la facilidad en la resolución de problemas de diverso índole.

Atendiendo a los aportes expuestos más arriba sobre el concepto de emoción y lo que este implica, resulta pertinente entonces, para analizar la problemática de como impactan las emociones en el aprendizaje, dar lugar a las experiencias emocionales dentro del aula.

3.2 Las emociones en la escuela.

Las experiencias emocionales en la escuela y en el aula reflejan el intercambio que existe entre las personas y el entorno enmarcado dentro de un contexto sociohistórico particular.

Haciendo énfasis en lo que mencionan De Podestá, Ratazzi, De Fox y Peire (2013), se puede ver como las emociones siempre han estado presentes en la escuela a lo largo de la historia, pero no se han tenido en cuenta de forma consciente, por lo que la escuela tradicionalmente fue siempre el dominio de la razón, de lo cognitivo. Como expresa Santos Guerra (2008) “Se ha minusvalorado la dimensión afectiva. Se ha silenciado, como si no existiese” (p.16).

Se puede evidenciar como en la escuela tradicional el niño debía “dejar las emociones afuera”, es decir, que las emociones deberían “quedar en casa”, apartarlas de la escuela, pero...¿Cómo es posible sentir emociones sólo cuando se está en casa y olvidarlas cuando se entra al aula?. Se puede ver como se trata de una educación muy poco humanista, en donde lo cognitivo prevalece al

cien por ciento sobre lo emocional. Pero a su vez, surge la siguiente interrogante...¿Cómo aprende y se desarrolla cognitivamente un niño en situaciones de vulnerabilidad emocional?.

Según Bisquerra (2012), la educación escolar, a lo largo del siglo xx, se ha centrado principalmente en el desarrollo cognitivo y el desarrollo emocional ha estado prácticamente ausente, porque no se le ha dado la debida importancia. En este sentido, es importante destacar que la educación incluye dos aspectos; la instrucción en las áreas académicas ordinarias y por otro lado, la orientación. Es decir, que la verdadera educación tiene que contemplar una parte instructiva pero también la orientación, y esta última, adquiere un valor fundamental, ya que dicha orientación se ocupa de los aspectos que no están contemplados en las áreas académicas cotidianas.

Si se analizan estos aspectos en el Programa de Educación Inicial y Primaria 2008, de la ANEP y el CEIP (2009), los contenidos que promueven el desarrollo de las competencias emocionales son pocos, y están planteados desde el campo de la Ética, el cual no es trabajado con frecuencia. Sin embargo, dicho programa educativo cuenta con un marco con fundamentos teóricos sólidos que promueve el respeto y garantía de las emociones de los educandos, ya que en sus fundamentos generales vela por una educación integral, lo que implica sin dudas los aspectos emocionales de los estudiantes.

A su vez, si se analiza el Proyecto de Presupuesto y Plan de Desarrollo Educativo 2020-2024 de la ANEP (p. 133), se explicita que las políticas educativas velan por la mejora de la trayectoria de los estudiantes, mencionando en algunos puntos sobre los aspectos socioemocionales de los alumnos, sin embargo, hasta la fecha no se han evidenciado resultados contundentes.

Por otra parte, en la Ley General de la Educación N° 18.437 se expresa la importancia de generar una educación integral (Uruguay, 2009). Visto todo esto, resulta importante destacar que las competencias emocionales se deben trabajar en las aulas actuales, y esto está respaldado por los distintos documentos de la ANEP y CEIP. Con esto lo que se deja ver es que no es necesario un contenido específico para trabajar estos aspectos, no es necesario que el PEIP implemente nuevos contenidos en torno a la temática emocional, sino que es necesario analizar como las emociones atraviesan todas las áreas y se pueden trabajar prácticamente desde cualquiera de ellas, se trabaja en la clase desde el momento que se ingresa al salón, como nos sentimos, qué actitudes pueden darse en la clase y cuáles no por ejemplo para no lastimar a los compañeros, entre muchos aspectos más que rondan el trabajo educativo a diario. Todo el trabajo que se realice en torno a lo emocional, no solo dará beneficios para el bienestar psíquico de los alumnos, sino que también favorecerá de forma significativa el rendimiento académico, y si esto es cuestionable o existen personas que están en desacuerdo con el trabajo de las emociones en el aula, se debe saber que el beneficio de trabajar en base a ello ha sido comprobado por diversos estudios. Por ejemplo, el equipo del Department for Education and Skills (2005), ha demostrado en sus estudios que las emociones tienen un gran impacto en el rendimiento académico, y se evidencia como el aprendizaje queda definido por ciertas interacciones y las emociones que estas provocan. Acá se puede ver como el contexto social juega un papel fundamental y resulta inseparable de los procesos cognitivos de los alumnos. De esto se desprende que en las escuelas se pueda visualizar como niños de contextos sociales “armónicos” tengan más facilidad a la hora de realizar las actividades que aquellos niños que atraviesan una

situación social compleja, en donde claramente entran en juego emociones negativas, dificultando así el proceso de aprendizaje.

Atendiendo a lo expresado en las líneas anteriores, según los aportes de Bisquerra (2012), cuando las emociones son placenteras, se incrementa el interés y hay mayor atención en las actividades que se llevan a cabo en el aula. En cambio, si las experiencias producen displacer, hay incremento de la ansiedad, aburrimiento y una sensación de impotencia, que muchas veces el niño no puede controlar. Esto produce una baja en el nivel de esfuerzo y menor rendimiento académico (Pekrun, 2002).

Con motivo de lo expresado anteriormente, y para dar respuesta a la problemática, es decir, para comprender porque las emociones impactan tan significativamente en el aprendizaje, se cita un aporte de una de las autoras de "El cerebro que aprende", quien explica con claridad mediante un ejemplo cuál es la relación entre el aprendizaje y las emociones, y además, se puede entrever también lo que ya se mencionó en cuanto al rol del contexto y entorno del niño.

Los niños que sienten miedo, emoción que se dispara frente a una amenaza potencial, no pueden procesar la información cognitiva ya que están demasiado atentos a gestos o actitudes amenazantes por parte del entorno y la tensión anula la posibilidad de escuchar con atención. (De Fox, 2013. p 09).

Mediante este ejemplo se puede deducir que, en un caso contrario, es decir, en un niño que no está sintiendo miedo, sino que por ejemplo está sintiendo tranquilidad y no se encuentra tensionado, como resultado se obtendrá que aprenderá más fácilmente que el niño que siente la emoción del miedo. Y así se podrían poner muchos casos más, por ejemplo, según los estudios, claramente no aprenderá igual un niño feliz que un niño angustiado. Esto ha sido comprobado, ya que en el campo de las neurociencias, se ha establecido hace tiempo que un aprendizaje eficiente no se logra por ejemplo bajo situación de estrés o miedo. En este sentido, en la práctica docente se ha podido visualizar a alumnos que se encuentran estresados, y frente a ello, sienten que no tienen la capacidad ni las herramientas necesarias para enfrentar esa situación.

Para comprender mejor de qué se trata esto de que algunas emociones favorecen el aprendizaje y otras por el contrario lo entorpecen, resulta importante explicitar un poco más sobre las emociones, ya que como se pudo ver en el ejemplo planteado, no todas las emociones son iguales, por lo que generan resultados diferentes. Bisquerra (2010), en su obra Psicopedagogía de las emociones, nos explica que algunas emociones son de carácter positivo, mientras que otras son negativas.

Las emociones con impacto negativo (también conocidas como perturbadoras por el efecto que causan) reducen la habilidad del alumno para prestar atención, concentrarse, aprender o recordar. El estrés agudo o crónico o el temor producido al vivir en entornos hostiles y amenazantes pueden llevar a la destrucción de neuronas en el hipocampo, estructura cerebral encargada de la memoria a largo plazo. Los niños que sienten emociones negativas, no pueden procesar la información cognitiva. Para contrarrestar una emoción negativa tiene que haber una emoción positiva todavía más fuerte que la neutralice. Hay emociones que tienen un impacto positivo (conocidas también como constructivas, beneficiosas para el aprendizaje) por ejemplo, el humor y la risa hacen

“maravillas” para el aprendizaje ya que activan los neurotransmisores apropiados (ej. dopa- mina) que favorecen la atención, la percepción, el aprendizaje y la memoria. De este modo, los alumnos están más propensos a aprender, recordar y hacer uso de las experiencias que en ellos tuvieron reacciones emocionales positivas. Algunos ejemplos son el sentimiento de logro, las interacciones positivas con compañeros y el docente, el reconocimiento, las celebraciones, los estados de relajación atenta, el planteo de desafíos interesantes y las altas expectativas sostenidas en las actividades del aula con el apoyo necesario.

Es importante destacar que si bien es cierto que la escuela no puede controlar todas las influencias que inciden en los niños porque eso depende en gran medida del entorno del mismo, sí puede generar un ambiente de seguridad que propiciará a los estudiantes un estado de bienestar, y esto se puede visualizar con claridad, ya que existen docentes que generan en los niños un sentimiento de acompañamiento, confianza, los motivan cada día, y es así como se influirá positivamente en el aprendizaje. Entonces, no cabe duda que la educación debe interrumpir los sentimientos negativos para poder guiar a los estudiantes hacia una construcción positiva de los aprendizajes, y acá entra en juego la salud emocional de los educandos.

3.3 Salud emocional.

La salud emocional es un estado de bienestar físico y psicológico que permite una adecuada adaptación a las circunstancias en las que un individuo se desenvuelve. Puede considerarse también como la ausencia de enfermedad mental o de trastorno de origen psicológico. (Perpiñán, 2013, p.17). A su vez, la Organización Mundial de la Salud expresa que desde el punto de vista emocional, un niño sano es aquel que puede superar los conflictos inherentes a las relaciones con otros humanos, el que disfruta descubriendo el entorno que le rodea sin miedo a explorar o a expresarse; el que está satisfecho con el lugar que ocupa en su pequeño mundo.

Si se siguen los lineamientos de la definición brindada por la OMS (Organización Mundial de la Salud) se puede concluir que en el aula, siempre se está en contacto con algún niño con problemas de salud emocional, sin embargo, lo triste es que muchas veces no se presta atención a ello. Cabe destacar, que para que la salud emocional sea posible, es necesario que la estructura de personalidad del individuo reúna una serie de componentes que le permitan un grado óptimo de equilibrio emocional. Estos componentes están presentes en la personalidad del niño en un sentido más o menos saludable, y se presentan del siguiente modo: por un lado, tiene que tener componentes personales, es decir, que tiene que tenerse comprensión y control de sí mismo, así como con la construcción de su esquema personal a través del cual interpreta el mundo que le rodea. Pero por otro lado, es imprescindible también que el niño cuente con componentes relacionales, es decir, que se relacione con otras personas de forma exitosa. Así, se puede ver como tanto los componentes personales como los relacionales, por sí mismos, aportan salud emocional al individuo, pero además la combinación entre ellos supone un incremento de la misma haciéndola más adaptable y con mayores posibilidades de éxito personal y social. (Citado en Ministerio de Educación, 2019, p.09).

Muchas veces en el aula se observa como los niños cuentan con solamente uno de estos componentes, por lo que su salud emocional no es tan buena, y eso arroja resultados tanto en el tipo de relación con sus pares, docentes, en el comportamiento, las ganas y entusiasmo que demuestra frente a las tareas que se proponen y claramente, en el rendimiento académico. Siendo así, es imprescindible adentrarse en el campo de la educación emocional, con el objetivo de contribuir en la salud emocional de los alumnos, para que obtengan un mejor rendimiento académico al saber manejar las emociones, así como también para que sean individuos más felices.

3.4 Educación emocional.

Dada la importancia que tiene la salud emocional en la vida de los individuos, resulta imprescindible hablar de la educación emocional. A raíz de observaciones realizadas en las prácticas educativas, se puede afirmar que en la escuela no se le da la relevancia que se le deberían dar a las emociones, como se mencionó con anterioridad, se tratan y trabajan mucho más los contenidos académicos, dejando de lado toda la parte de educación emocional.

Parafraseando a Inhelder y Piaget (1969), la falta de atención a la emoción es probablemente debido al hecho de que la investigación en cuestiones afectivas ha buscado factores actitudinales que son estables y que se pueden medir mediante cuestionarios.

Es importante trabajar las emociones y educar en base a ellas, para así alcanzar el “éxito” tanto personal como académico. Esto deviene en que la finalidad de la educación es el pleno desarrollo de la personalidad integral del individuo (tal como se afirma en los fundamentos del Programa de Educación Inicial y Primaria), y para ello debe desarrollarse tanto cognitivamente como emocionalmente. Según Martín R, Blanco H, y Rubio M, “las personas con habilidades emocionales bien desarrolladas, tienen más probabilidades de sentirse satisfechas y ser más eficaces en todos los ámbitos de su vida (Citado en Bou, 2015, p.9).

Bisquerra (2012), explica que la educación emocional es un constructo que abarca la formación integral de la persona. Por tanto, debe ser un complemento que responda y atienda las necesidades no solo intelectuales, sino también sociales que generalmente quedan en un segundo plano en el ámbito académico. Con esto se puede relacionar lo que se afirma en la fundamentación general del Programa de Educación Inicial y Primaria del año 2008, publicado por la Administración de Educación Pública, Consejo de Educación Primaria [ANEP; CEP] (2009), en donde se explicita que la educación “asume el compromiso ético basado en la solidaridad y la responsabilidad, orientado hacia la construcción de una sociedad más justa donde el sujeto adquiere poder para desocultar las formas de dominación y está en condiciones de diseñar un modelo de educación en el marco de los Derechos Humanos”. Acá se puede visualizar como se da importancia no solo a lo cognitivo, sino que se pretende ir más allá.

Entrando de lleno en la educación emocional, se puede ver como la enseñanza de técnicas para controlar las emociones, de las que pocos niños disponen, hace que en un futuro tengan un mayor bienestar, sabiendo cómo reaccionar ante situaciones de ira, por ejemplo, que suelen ser las que a los niños más les cuesta controlar. Pero para ello es importante que los educadores primero les enseñen a reconocer sus sentimientos y saber ponerles nombre, y después que sepan controlarlos. En relación a esto Punset (2008) afirma que si no comprendemos lo que sentimos y por qué lo

sentimos, tampoco lograremos comprender por qué pensamos y actuamos de una determinada manera. Por eso es necesario que el niño sea capaz de reconocer lo que siente.

Conocer y gestionar las emociones, que sin duda influyen en las actitudes de todo individuo a diario, es un pilar clave para poder contribuir en la salud emocional en los niños, proporcionándoles un soporte emocional estable y seguro, que servirá de gran apoyo para poder prestar atención y mantener concentración por las actividades, configurando esto un individuo que aprenda a pesar de las emociones negativas que puedan presentarse.

Como alumna practicante de Magisterio he observado diversas manifestaciones de las emociones de los alumnos, de formas muy variadas, algunas emociones inducen a que los alumnos tengan reacciones de frustración, desgano, etc, otras de rabia, ira, mientras que otras, por el contrario, guían a los alumnos a demostrar mucho interés, motivación y satisfacción por las tareas, es así, que dependiendo de las emociones que tenga cada alumno su proceso de aprendizaje se verá más o menos afectado o beneficiado. Por tal motivo, la educación emocional se vuelve fundamental, claramente no solo para lo académico, sino para que estos niños/as, futuros hombres/mujeres, puedan desarrollarse de forma plena a nivel social, y es acá, donde cumple un rol fundamental la neuroeducación.

Según Antonio Batro, la neuroeducación es: “la nueva disciplina o transdisciplina que promueve una mayor integración de las ciencias de la educación con aquellas que se ocupan del desarrollo neurocognitivo de la persona humana”. (Citado en Limongelli, Waipan. 2021, p.08).

Por otro lado, Mora (2013) señala que:

La neuroeducación implica conocer los múltiples ingredientes cerebrales que participan en los procesos de aprendizaje y memoria y su significado desde la infancia y adolescencia hasta las personas adultas ya en la universidad y también en las personas mayores. El cerebro es plástico a lo largo de todo el arco vital. (Mora, 2013 p.30).

Es de suma importancia enseñar a las personas a identificar qué tipo de emoción están sintiendo, y esto traerá como consecuencia que la persona no reaccione impulsivamente a ellas y así, poder dar una respuesta más acertada. Sin dudas la gestión de las emociones tiene que ser utilizada para potenciar el aprendizaje en el aula.

Si se hace un análisis del transcurso de la educación, sin dudas que se puede evidenciar como el campo de las neurociencias ha aportado mucho, conformándose así la neuroeducación, partiendo de la importancia que tiene para un docente conocer la actividad cerebral, constituyendo esto una herramienta fundamental a la hora de desarrollar prácticas docentes. Siendo así, el desafío de los docentes radica en ponerse en contacto con los conceptos básicos del cerebro y las formas de aprender.

El aprendizaje está influenciado por factores cognitivos y emocionales. Las emociones tienen una influencia en la motivación, interés, creatividad, flexibilidad, procesos cognitivos, toma de decisiones, implicación, esfuerzo, dedicación, etc. Naturalmente todo esto afecta al rendimiento. Como resultado, se deriva la importancia de que el diseño de la enseñanza se realice tomando en consideración la dimensión emocional del aprendizaje. Una aplicación práctica es la importancia de

enseñar a los estudiantes a regular sus emociones para que se puedan autorregular en el proceso de aprendizaje. Es decir, la educación emocional tiene una aplicación en los procesos de enseñanza-aprendizaje. (Bisquerra. 2012, p.80).

La educación emocional tiene como finalidad brindar a los estudiantes las herramientas y estrategias necesarias para poder enfrentarse a los desafíos de la vida, es gracias a esta educación que se logra la adquisición de las denominadas competencias emocionales, quienes van a tener un rol fundamental en la educación. (Bisquerra. 2012, p.87).

Según Bisquerra y Pérez (2007), una competencia es concebida como 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. Entonces, si se habla de que la educación emocional tiene como finalidad generar competencias emocionales en los estudiantes, sin dudas que es fundamental contar con una educación emocional que sea entendida a su vez como un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con el objeto de capacitar a los individuos para la vida y con la finalidad a su vez de aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2000). Esto queda explicitado también en el Programa Escolar vigente, en donde se afirma que “dentro del principio de integralidad apostamos a promover las técnicas de resolución alternativa de conflictos desde la educación inicial, generando una cultura de la paz, procurando centrar sus acciones en el respeto por el otro, la solidaridad y la no discriminación”. De tal modo, se puede ver la importancia de velar por la educación emocional, desde lo que le concierne al maestro/a, sería indispensable incluir actividades dirigidas a desarrollar las competencias emocionales, y en definitiva, donde se cultive la inteligencia emocional de los niños.

3.5 Inteligencia emocional.

Existen varios tipos de inteligencia, y dentro de ellas, se puede distinguir la inteligencia emocional. El estudio de este tipo de inteligencia tiene sus antecedentes en la evolución del estudio de la inteligencia desde el concepto clásico, con los primeros tests de inteligencia, hasta la concepción de las inteligencias múltiples de Howard Gardner (1983), del que se ha derivado el concepto de inteligencia emocional surgido de la inteligencia interpersonal y de la inteligencia intrapersonal. Respecto a este tipo de inteligencia, son importantes los aportes de Salovey y Mayer (1997):

La inteligencia emocional incluye la habilidad de percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual. (Citado en Bou, 2015, p.08).

Por otro lado, cabe señalar los aportes de Goleman (1995), quien afirma que la inteligencia emocional consiste básicamente en conocer las propias emociones, regular las emociones, la habilidad del individuo de motivarse a sí mismo, reconocer las emociones de los demás y establecer relaciones. De este modo, la inteligencia emocional puede resultar más poderosa e importante que la

inteligencia general, ya que será quien condicionará a las demás inteligencias. Hay que tener en cuenta que “es muy importante entender que la inteligencia emocional no es lo opuesto a la inteligencia, no es el triunfo del corazón sobre la cabeza, es la intersección de ambas” David Caruso. De la inteligencia emocional dependerá el bienestar emocional, y como se mencionó con anterioridad, de la inteligencia emocional dependerá el grado de aprendizaje del individuo.

En cuanto a la teoría de las inteligencias múltiples, planteada por Gardner, el autor plantea siete tipos de inteligencias con las que cuenta el individuo, pero presenta dos tipos de inteligencia que mantienen íntima relación con la inteligencia emocional. Por un lado, existe la inteligencia interpersonal, que tiene que ver con la faceta de la personalidad que incluye la capacidad de liderazgo, resolver conflictos y análisis social. Por otro lado, está la inteligencia intrapersonal, que refiere a la capacidad de formarse un modelo preciso de sí mismo y de utilizarlo de forma apropiada para interactuar de forma efectiva a lo largo de la vida. La inteligencia intrapersonal tiende a coincidir con la inteligencia personal, que debería ocupar un lugar eminente en la escuela y que todo docente debería contemplar. Es de la unión de la inteligencia interpersonal y de la inteligencia intrapersonal que según Gardner, surge la inteligencia emocional, aspecto expuesto de forma clara en el modelo de Goleman (1995).

Qualter, Whiteley, Hutchinson y Pope expresan que “Está estudiado que los alumnos con mayor inteligencia emocional (IE) afrontan mejor la transición de la escuela al centro de educación secundaria, con mejores resultados académicos, autovaloración, asistencia y ajuste comportamental en comparación con sus compañeros con baja IE. (Citado en Bou, 2015, p.09). Como bien citan estos autores, está demostrado que un buen desarrollo y educación emocional tiene relación con un adecuado desarrollo académico, es decir, que los niños/as pueden tener más éxito en su futuro, y por eso se debe trabajar con los niños sobre la inteligencia emocional desde muy chicos.

Aunque la sociedad ha ido avanzando en estos tipos de temas, se puede ver como aún no se le da la importancia necesaria al tema de las emociones ni como llegar a tener una buena inteligencia emocional. El currículum de los niños está cargado de contenidos académicos, los cuales son importantes, pero se deja de lado casi de forma completa todo lo que tiene que ver con la educación emocional, por lo que el niño va a tener carencias en dicho sentido, ya que en los hogares no siempre se cuenta con los saberes de como abordar el tema.

Entonces, como se ha visto, se puede notar que la inteligencia emocional es susceptible de ser educada, es decir, que se puede aprender a desarrollar las habilidades emocionales, y en este sentido, en la etapa escolar el docente juega un rol fundamental.

3.6 Rol del docente desde la perspectiva de las neurociencias.

Dados los lineamientos abordados sobre como afectan las emociones en el aprendizaje, se puede afirmar que el hombre puede controlar sus emociones a través del pensamiento, y si las controla, favorecerá al aprendizaje. De este modo, queda al descubierto la importancia de los docentes en el desafío de educar las emociones. Por lo general, los docentes están preocupados en cómo poder ayudar a los alumnos a manejar dichas emociones, pero restan importancia a fortalecer las primeras etapas del desarrollo emocional, y siendo así, es importante destacar que el sistema educativo necesita prepararse para comenzar a enseñar de forma que se tengan en cuenta las

emociones porque como reconoce Bisquerra (2012), “en el siglo XX la educación ha sido casi exclusivamente cognitiva. En el siglo XXI hay grandes retos que son eminentemente emocionales”. La educación debe pasar primero por un proceso de sensibilización para, a continuación, formar a los niños/as, en este sentido, cobra fundamental importancia la ya mencionada neuroeducación.

Se puede ver como un docente que decide situarse desde el paradigma de la neuroeducación entiende que los niños/as traen instintos primeros, lo que Freud denominó como *Ello*. Y partiendo de esa idea, el docente tiene que poner en práctica ciertas herramientas para construir las bases de la inteligencia emocional de los alumnos. De este modo, se convierte en una persona que debe brindar las herramientas a los alumnos para que estos puedan regular sus emociones. Es clara la necesidad de que los docentes pongan en marcha diversas estrategias para trabajar con los alumnos acerca de las emociones, que estos logren identificarlas, ver que es lo que están sintiendo, es decir, que les pasa, y para ello deben llegar a ser conscientes de cuál es el sentimiento por el que están atravesando. Como dice Cristina Muñoz “cuanto más próximos estemos en la definición de un sentimiento (por ejemplo: la alegría) mejor será la conciencia que de éste logremos, y por tanto, más probabilidad habrá de gestionarlo de manera saludable en la relación con uno mismo y con otras personas” (Citado en Bou, 2015, p.11).

. En definitiva, el docente desde su rol debe guiar a los alumnos a afrontar las etapas del desarrollo emocional y trabajar con las herramientas para la regulación de las emociones.

Por otro lado, los contenidos de la educación emocional a los que deben atender los docentes desde su rol son otra de las claves destacadas por Bisquerra (2016). Se trata de una cuestión difícil de atender, ya como se ha podido ver a lo largo del ensayo, no existe una tradición curricular en materia de emociones como la que hay en otras áreas como por ejemplo las matemáticas o el lenguaje (aunque hoy en día el tema ha tomado mayor importancia y se ha concientizado más sobre el impacto de las emociones en la educación), por lo que el docente, se convierte en este campo en un potencial innovador.

Las estrategias que puede emplear el docente en este sentido son muy diversas. Por ejemplo, puede crear planificaciones que atiendan al desarrollo de algún componente concreto de la salud emocional (la autoestima, empatía, etc), es decir, destinar actividades concretas para adentrarse en el campo de las emociones. Sin embargo, mucho más allá de los contenidos, puede influir sobre la salud emocional, ya sea desde la forma de actuar, el accionar frente a los alumnos, el vínculo que logre con ellos, etc. El docente puede aportar a la educación emocional de los estudiantes incluso en las situaciones más cotidianas, por ejemplo mediante las respuestas que ofrece en el día a día a sus alumnos, la forma en que les habla. Estas respuestas, entre muchos factores más, van a configurar un papel muy relevante, y de cierta forma, contribuyen a la educación de las emociones. Pero además de la forma en la que el docente se dirige a sus alumnos, las normas de convivencia que se plantean en el aula también constituyen un aspecto importante, y así se podrían enumerar muchos aspectos más. Se trata, en definitiva, de estrategias que plantea el docente para fomentar el desarrollo de las competencias emocionales en los alumnos, muchas veces incluso sin saberlo, se puede estar ayudando o perjudicando a un alumno en cuanto a sus competencias emocionales.

Por supuesto, no debemos pasar por alto la importancia de gestionar talleres con personas especializadas en lo que respecta a las cuestiones emocionales, por ejemplo, trabajar con psicólogos con los alumnos y/o sus familiares puede resultar muy enriquecedor. El psicólogo en el ámbito de la educación se convierte en un profesional cuyo objetivo es el análisis, la reflexión e intervención sobre el comportamiento del niño en las diversas situaciones educativas, apoyando a los alumnos a superar los procesos que afectan al aprendizaje y las dificultades de índole personal, entre otros aspectos. De este modo, se observa la enorme importancia de los especialistas en el tema, ya que el psicólogo trabaja con los niños pero también asesora al maestro para poder ayudar a los niños en el manejo de sus emociones tanto en el aula como en la vida misma, en todas sus dimensiones.

4. Conclusiones.

Como consecuencia del recorrido realizado en el ensayo, se puede concluir que el impacto que generan las emociones en la etapa escolar es sumamente notorio. Respecto a ello, se puede ver que las emociones ayudan a fomentar el aprendizaje, ya que pueden estimular la actividad de las redes neuronales, reforzando las conexiones sinápticas. De este modo, se ha evidenciado que los aprendizajes se consolidan de mejor manera en nuestro cerebro cuando se involucran las emociones. Sin embargo, hay que aclarar que las emociones como la alegría, son aquellas que se relacionan con un aumento y mejora en la consolidación del aprendizaje, por lo tanto, cuando el ambiente es positivo en el aula, el cerebro emocional recibe de mejor manera los estímulos externos, y es en consecuencia de esto que los conocimientos se adquieren con más facilidad y lo aprendido se mantiene en el tiempo, generándose así un aprendizaje significativo. Pero por el contrario, cuando el aprendizaje se acompaña de emociones como rabia o miedo, el efecto es contrario. En tal caso, el proceso se retrasa y se vuelve más complicado aprender, teniendo así el efecto contrario en los procesos educativos y siendo imprescindible evitar tal tipo de emociones en el aula. Es acá donde se evidencia como el docente ocupa un papel fundamental respecto a la temática.

El papel de las emociones en el aprendizaje de las destrezas intelectuales es esencial, ya que afectan al rendimiento escolar que depende de una serie de aspectos tales como la confianza que adquiera el niño en sí mismo, curiosidad, intencionalidad, autocontrol, comunicación, cooperación, entre otros factores más. Los problemas emocionales entorpecen el funcionamiento de la mente. Los estudiantes bajo situaciones de enojo, ansiedad o depresión, tienen dificultades para aprender porque no reciben adecuadamente la información y además de eso, no pueden procesarla correctamente. Es decir, que las emociones intensas absorben toda la atención del individuo. Debido a esto, es importante que los niños aprendan a identificar sus emociones. Para eso, es fundamental trabajar en base a una educación emocional y tener en cuenta los aportes de la neuroeducación. No hay que menospreciar las emociones de los niños, ni restarles importancia. Son sus emociones y sentimientos, lo que para ellos es muy importante. Hay que escucharlos e intentar acompañarlos, que aprendan a expresar sus emociones.

Entonces, se concluye que las emociones son vitales en el aprendizaje, por lo tanto, el conocer cómo se manejan y los beneficios que tienen en cuanto a dicho proceso es el puntapié inicial para mejorar el rendimiento académico de los alumnos, así como también su bienestar emocional en general.

5. Referencias bibliográficas.

- Administración Nacional de Educación Pública, Consejo de Educación Primaria [ANEP, CEIP], (2009). *Programa de Educación Inicial y Primaria año 2008*, Montevideo, Uruguay: ANEP.
- Administración Nacional de Educación Pública [ANEP]. (2020). *Plan de Desarrollo Educativo 2020-2024*. Recuperado de: <https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/2020/noticias/setiembre/200910/TOMO%201%20MOTIVOS%20Presupuesto%202020-2024%20v12%20WEB.pdf>
- Bisquerra, R, (2019) La inteligencia emocional según Salovey y Mayer. [En línea]. Recuperado de: <http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer-html>
- Bisquerra, R. y Perez N., (2007), *La competencia emocional*, Madrid, España: Editorial Síntesis S.A.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*, Madrid, España: Editorial Síntesis S.A.
- Bisquerra, R. (2010). *Psicopedagogía de las emociones*, Madrid, España: Editorial Síntesis S.A.
- Bisquerra, R. (2012). *Orientación, tutoría y educación emocional*, Madrid, España: Editorial Síntesis S.A.
- Bou M, (2015). *Educación emocional en la familia*. [En línea]. Recuperado de: <https://educrea.cl/wp-content/uploads/2017/08/DOC2-educ-emocional.pdf>
- De Podestá, E., Rattazzi, A., De Fox, S., y Peire, J., (2013). *El cerebro que aprende. Una mirada a la Educación desde las Neurociencias, Argentina*, Editorial: Aique.
- Goleman, D, (1995). *La inteligencia emocional*, Editorial Kairós S.A.
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*, Barcelona, España, Editorial Kairós S.A.
- Limongelli, M, Waipan,L, (2012). *Integrando la Neuroeducación al aula*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Bonum.
- Mora F, (2014), *Neuroeducación; solo se puede aprender aquello que se ama*, España, Editorial: Alianza.
- Perpiñán, S. (2013). *La salud emocional en la infancia. Componentes y estrategias de actuación en la escuela*, Madrid, España: Editorial Narcea.
- Guerri, M. (2021). ¿Qué son las emociones? Concepto, tipos y componentes conductuales [En línea]. En: PsicoActiva.com: Psicología, test y ocio Inteligente. Recuperado de <https://www.p psicoactiva.com/autor/marta-guerri/>

6. Bibliografía consultada.

- Amorin, D, (2010). *Apuntes para una posible psicología evolutiva*, Montevideo, Uruguay, Editorial Psicolibros.
- Ausubel, D, (1980). *Psicología educativa; un punto de vista cognoscitivo*, México, Editorial Trillas.
- Bisquerra, F, (2016). *10 ideas clave; educación emocional*, Barcelona, España, Editorial GRAÓ.
- Bisquerra, F, Gonzalez P, García E, (2015). *Inteligencia emocional en educación*. En línea. Recuperado de: https://books.google.com.uy/books/about/Inteligencia_emocional_en_educaci%C3%B3n.html?id=z2X-rQEACAAJ&source=kp_book_description&redir_esc=y
- Díaz, F., Hernandez G. (2005). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Una interpretación constructivista*, México, Editorial Mc GRAW HILL.
- Freire, P, (1997), *Pedagogía de la autonomía*. Siglo XXI Editores.
- Freire, P, (1993). *Cartas a quien pretende enseñar*, Buenos Aires, Argentina, Siglo veintiuno editores.
- Freud, S, (1923). *El yo y el ello*, Austria. En línea. Recuperado de: https://books.google.com.uy/books/about/El_Yo_y_el_Ello.html?id=IZpcDAAAQBAJ&printsec=frontcover&source=kp_read_button&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Gardner, H, (2008). *Inteligencias múltiples: la teoría en la práctica*. Buenos Aires, Argentina. Editorial Paidós S.A.
- Piaget J, Inhelder, B, (1969). *Psicología del niño*. París, Francia, Editorial MORATA S.L. En línea. Recuperado de: https://books.google.com.uy/books/about/Psicolog%C3%ADa_del_ni%C3%B1o.html?id=etPoW_RGDKIC&printsec=frontcover&source=kp_read_button&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Uruguay. (2009, enero 16). Ley n° 18.437: Ley General de Educación. Recuperado de <https://www.ineed.edu.uy/images/pdf/-18437-ley-general-de-educacion.pdf>