

Cómo manejar las emociones en la educación

by Xiomara Álvarez - Thursday, October 16, 2014

https://vinculando.org/psicologia_psicoterapia/manejo-emociones-educacion.html

Los estados emocionales dirigen el ritmo y estilo de vida, de allí lo significativo y trascendental que es conocerse a sí mismo para identificar nuestra forma de actuar; estos guían nuestra forma de actuar en cualquiera de los aspectos de la vida familiar, académica, social y de trabajo.

Desarrollo:

La emoción es el estado de ánimo, caracterizado por manifestaciones orgánicas producidas por situaciones externas que pueden manifestarse en risas, llanto, gestos de alegría, tristeza, euforia, y otros. La palabra emoción en latín significa moverse. Es decir, la emoción es la fuerza que permite que nos acerquemos o alejemos de una persona, de un lugar o de una circunstancia. La emoción nos lleva actuar de una manera determinada, generalmente el ser humano actúa de acuerdo a lo que tiene grabado en el cerebro.

[La neurociencia ha estudiado las emociones](#) en el campo científico, partiendo de las bases neurales de los procesos afectivos y sociales de los seres humanos y animales. Goleman (ob, cit) desarrolla su teoría apoyado en los estudios de la neurociencia, describe las transformaciones del cerebro, hace relación del córtex cerebro no pensante y neocórtex pensante y refiere que la amígdala cerebral constituye una especie de depósito de la memoria emocional.

Los aspectos emocionales del hombre han sido estudiados a través de la teoría de La inteligencia Emocional, definida por Goleman como la forma de interactuar con el mundo, tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, y la motivación. Las habilidades están estrechamente relacionadas con nuestras actitudes, incluye el conocerse a sí mismo, el tomar conciencia de nuestra forma de actuar, de identificar, expresar y controlar nuestros sentimientos, además de éstas, el ser humano desarrolla habilidades como la de escuchar al otro, de interpretar, aceptar, y ponerse en el lugar del otro.

Con relación a lo anterior, es fundamental que en el aspecto educativo, los educadores conozcan y practiquen los postulados de la teoría de la inteligencia emocional, desarrollen habilidades académicas que consoliden aprendizaje en los estudiantes, lo cual se facilita promoviendo técnicas y estrategias para desarrollar la inteligencia emocional e intelectual. Es de señalar que en el logro del éxito académico la preparación académica y emocional es fundamental, de acá lo importante de que los encargados de conducir el aprendizaje aprendan a conocerse a sí mismo, conocer a los demás, distinguir las diferentes formas y habilidades para aprender.

Reflexionando sobre la importancia del manejo de los estados emocionales por parte de educadores, maestros, profesores y asesores, es oportuno señalar lo valioso de que éstos profesionales se les prepare para que descubran en ellos capacidades internas, tomen conciencia de sí mismo, reconozcan y valoren sus fortalezas y debilidades, confíen en sí mismo, se autocontrolen; estén siempre motivados, comprendan y reconozcan las capacidades de los demás y sobre todo en los estudiantes, quienes son la razón para los que se dedican a la noble tarea de enseñar, sin negar por lo demás, que el educador es un modelo a seguir en todos los niveles educativos. Desde que el niño está en la etapa de educación inicial hasta la universitaria admira e imita a sus maestros, profesores, asesores y educadores en general.

Es de hacer notar, que los estudiantes que ingresan al sistema de educación universitaria en oportunidades fracasan o abandonan prematuramente los estudios a nivel superior; generalizando las razones son de tipo económico, social, geográfico y probablemente la razón sea de tipo académico, y emocional. Es importante que los profesores

atiendan los aspectos emocionales, y consideren si los estudiantes están pasando por momentos de angustias, soledad, miedo, incomprensión, e incertidumbre.

Otra situación preocupante, el estancamiento en los primeros semestres de las carreras por el alto índice de repitencia, los sistemas de educación superior a distancia no escapa de esta realidad. A este escenario se agrega la importancia que en el sistema de educación a distancia, se reconozca los estudiantes, se les **tome en cuenta sus emociones y sentimientos**, es decir, los estudiantes necesitan acercarse a alguien que los atienda y entienda, que los ayude adaptarse a esta metodología de estudio nueva para muchos, para que puedan permanecer y profesionalizarse en alguna carrera.

Referencias bibliograficas

- Beiras, A. (1998). Estado actual de las neurociencias. En: L. Doval y M.A. Santos R. (Eds.). Educación y Neurociencia: 21-31. Santiago de Compostela: Universidad de Santiago de Compostela.
- Bermejo, J. (2005). Inteligencia emocional. Editorial Sal Terrae. España.
- Cannon y Bard (1931). Filosofía de las Emociones. Disponible: <https://www.google.co.ve/search?q=teoria+de+cannon+bard+pdf&sa=X&tbn=isch&tbo=u&source=univ&ei=zJIUXxKqWzsATI7oH4Dg&ved=0CDUQsAQ&biw=1280&bih=608>
- Cárdenas, J. (1992). En búsqueda de un modelo de asesoría. Jalisco. México.
- Castillo (2004). Los factores emocionales y su relación con los logros académicos de los estudiantes de educación integral de la UNA. Disponible: <http://www.monografias.com/trabajos71/factores-emocionales-relacion-logros-academicos/factores-emocionales-relacion-logros-academicos2.shtml> [Consulta: 2013, Julio 29]
- Cooper, R., Sawaf. A. (1997). La inteligencia emocional. Editorial Norma S.A. Bogotá. Colombia.
- Damasio, A. (1994). http://es.wikipedia.org/wiki/Phineas_Gage
- Gardner, H. (1998). Inteligencias múltiples. Editorial Paidós. México.
- Garrión, S. (2005). Inteligencia Emocional con PNL. Editorial EDAF. España.
- Goleman, D. (1998). La inteligencia emocional en la empresa Vergara. Argentina.
- Goleman, D. (1995). Inteligencia emocional. Kairos. Barcelona.
- Goleman, D. (1998): La práctica de la inteligencia emocional. Kairós, Barcelona.
- Goleman, D. (2006). Inteligencia social. La nueva ciencia de las relaciones Humanas. Kairos. Barcelona.
- Goleman, D. (2008). Inteligencia emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual. Editorial Zeta. Argentina.
- Gómez, J. (2004). Neurociencia cognitiva y educación. Fondo editorial fahse. Lambajeque.
- http://es.wikipedia.org/wiki/Teor%C3%ADa_de_James-Lange [Consulta: 2013, Mayo, 28]
- Kandel, E., J. Schwartz y TH. Jessell. (1997). Neurociencia y conducta. Madrid: Prentice Hall.
- Klüver y Bucy (1998). Estructura del Cerebro. Disponible: [https://www.google.co.ve/search?q=Teor%C3%ADa+del+Circuito+Neural.+Fuente+Papez+\(1937\)&tbn=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=RIdIU_7HGubIsASdv4FQ&ved=0CGAQsAQ&biw=1280&bih=608#q=Estructura+del+Cerebro.++Kl%C3%BCver+y+Bucy+\(1998\)&tbn=isch](https://www.google.co.ve/search?q=Teor%C3%ADa+del+Circuito+Neural.+Fuente+Papez+(1937)&tbn=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=RIdIU_7HGubIsASdv4FQ&ved=0CGAQsAQ&biw=1280&bih=608#q=Estructura+del+Cerebro.++Kl%C3%BCver+y+Bucy+(1998)&tbn=isch) [Consulta: 2013, Junio, 2]
- Le Doux (1999). El cerebro emocional. Barcelona: Ariel/planeta. España.
- Ley de Universidades (1970). Disponible: [Consulta: 2012, Mayo 26]
- Maturana, H., Bloch, S. (1996). Biología del emocionar y albamoting, bailando juntos. Ediciones Dolmen. Santiago de Chile.
- Medula, Revista de la Facultad de Medicina, Universidad de los Andes. Vol. 2. Números 3-4. Mérida, Venezuela Med-ULA. a 120 años del método de Golgi:
- ¿Qué es Neurociencia? Disponible en: sites.google.com/site/neurocienciamoderna/que-es-neurociencia-1 [Consulta: 2014, Enero, 24]
- Robert, C., Ayman, S. (2007). La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones. Editorial Norma. Bogotá Colombia.

- Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990): Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Santiago Ramón y Cajal. La doctrina de la neurona. Disponible: , [Consulta: 2013, Mayo, 28]
- Sternberg, R. (1997). *Inteligencia exitosa: Cómo una inteligencia práctica y creativa determinan el éxito en la vida*. Barcelona: Paidós.