



Universidad Abierta Interamericana

La educación emocional en la docencia

Paredes, Paola Lorena

SEMINARIO – Taller de trabajo final. Universidad Abierta Latinoamericana

Catedrático: Lic. Jorge Alberto Sánchez

Resumen

El presente trabajo pretende demostrar la precariedad existente en el ámbito educativo, centrándose en la observación hacia el docente secundario, y los recursos implementados, en momentos en donde la demanda del alumno requiere una mirada empaticizada en las problemáticas emocionales. El docente secundario enfrenta grupos de alumnos en plena construcción subjetiva, lo que implicaría un constante devenir emocional y comportamental. Se enfrentará así mismo en cada situación, resonando cada uno de los conflictos que el mismo no haya podido remediar, estableciendo así, inevitablemente, una proyección de su propia historia emocional. Dicha proyección, resulta de un conjunto de mecanismos defensivos establecidos, por el docente en cuestión, mecanismos que como su nombre lo indica, son estructuraciones pertinentes a su historia personal, lo cual dependerá del grado de objetividad que el mismo pueda desarrollar.

Palabras Claves: **Adolescencia, docentes, educación emocional, comportamientos, emociones.**

Pregunta formulada **¿TIENEN LOS DOCENTES EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA TRABAJAR CON ADOLESCENTES?**

INDICE

Resumen.....	2
Palabras claves	2
Pregunta.....	2
Introducción.....	4
Marco teórico	5
Capítulo I “adolescencia”	6
Capitulo II “Las emociones”	11
Capitulo III “Burn Out y desgaste”	17
Capitulo IV “Educación emocional”	19
Capitulo V “Estudio de campo”	22
Conclusión.....	24
Anexo.....	25
Bibliografía.....	30

Introducción

El presente trabajo hace un recorrido por el concepto de adolescencia, que características teóricas lo sostiene, y las particularidades del mismo. Todas las formas de relacionarse, por las que van atravesando su etapa evolutiva, comportamientos, emociones, y conductas que deliberadamente se constituyen en el devenir diario con sus pares y con los adultos a su alrededor.

Se pretenden demostrar las características específicas de las emociones, su clasificación, su manifestación y conformación, lo que va a ser observado en una acción o conducta. Se establece un marco informativo y descriptivo, acerca del trastorno, hace unos años conocido como el síndrome de Burn Out, el cual resulta de una intrínseca relación entre, el sistema que sostiene al docente en su trabajo, y el desgaste que lo implica.

Se aborda la posibilidad de una educación emocional que pueda ser posible en la recuperación del desgaste observado en el ámbito, independientemente del cargo que se ocupe. La población docente se expone diariamente, a múltiples factores de la problemática social, sin la posibilidad de establecer límites adecuados en la intervención de las diferentes consultas o denuncias que los adolescentes establecen.

En una muestra de docentes del partido de Merlo, en una escuela secundaria del mismo partido. Se abordarán las problemáticas emocionales que, en el ámbito laboral docente, son una recurrencia diaria, lo que implicaría en cada profesional, tener que enfrentar con escasas herramientas, las problemáticas que la población escolar ofrece. Ofreciendo una muestra clara de las precariedades a las cuales se enfrentan a lo largo del ejercicio de su profesión.

Marco teórico

En este trabajo se intentó visualizar al docente en su postura, no centrada en el rol educativo, sino tratar de entender el atravesamiento social que implica en una persona, que elige ubicar la posición de enseñar determinados conceptos.

En dicho atravesamiento la persona, es implicada por distintas emociones, que, en el contacto con el otro, se constituyen en una red de identificaciones mutuas y sonantes.

Este análisis incluye una mirada que no puede invisibilizar las condiciones de precarización en la cual los docentes se encuentran insertos ya sea, por sueldos insuficientes y por infraestructuras que no llegan a conformar ámbitos establemente adecuados. Encontrando las particularidades que lo exponen a la amplia comunidad educativa que circunda un establecimiento educativo.

Resulta necesario recordar que las emociones ejercen un papel central en las interacciones sociales, así como en el comportamiento en todos y cada uno de los entornos. En el aula, por ejemplo, tanto el docente como los estudiantes experimentan diversas emociones: alegría, enojo, ira, tristeza, miedo, vergüenza, impotencia, satisfacción, aburrimiento, etc.

Es decir, el flujo de los afectos es constante y refleja el mundo interno de los estudiantes, así como su estado anímico y su disposición para el aprendizaje.

CAPITULO I

Es importante determinar de qué estamos hablando cuando recurrimos a la adolescencia. Se puede definir como:

“La etapa de la vida en la que una persona busca establecerse en su identidad adulta, que surge de las primeras relaciones parentales internalizadas y las pruebas de la realidad, que es propuesta por el entorno social, gracias al uso del cuerpo físico en el desarrollo de su orden, y esto, a su vez, tiene una tendencia a la estabilidad de la personalidad en el plano genital, lo cual es posible solo si la lucha se realiza para la identidad de los niños " (A.Aberastury, 1971).

Para el mismo autor, que caracteriza la adolescencia:

- a) Buscar uno mismo y la personalidad
- b) tendencia grupal
- c) es necesario intelectualizar y fantasear
- d) ateísmo o misticismo
- E) dislocación temporal
- f) Evolución sexual (desde el autoerotismo hasta la heterosexualidad)
- G) Tendencias anti o asociativas
- h) Contradicciones en todas las manifestaciones de comportamiento
- i) División progresiva de los padres
- J) Fluctuaciones constantes en humor y estado de ánimo.

Lo que caracteriza la adolescencia es un conflicto entre la imaginación y la realidad, que al mismo tiempo implica tensión y equilibrio. La forma más común de alejarse de la adolescencia es acercarse a la realidad, de acuerdo sobre cómo jugar fantasía y necesitar la adaptación al sistema. En este sentido, está tan auténticamente perdido que es capaz de fantasear, lo cual es mucho más y hace algún tiempo, la demora en la que los adolescentes viven en un momento que no es utilitario. A un adolescente le encanta vivir sin la devoción a una vida productiva. De hecho, los padres se quejan y se preocupan de que "no haga nada", "¿Por qué no te levantas para hacer nada?", "¿Por qué no te levantas antes?". Esta improductividad o que nada hagan los adolescentes es un gran trabajo. Y esto es exactamente para ser, con el desarrollo de una posición genuina, un extracto de la edad adulta, que no es una caída de impersonalidad, sino ser diferente, de los otros.

Entonces se crea un gran problema para un joven que debería poder encontrar su autenticidad en las relaciones con los demás sin, así tener que convertirse en una criatura magistral. Bajo la supervisión de los adultos, se considera que un adolescente es aquellos que hacen una misa, por ejemplo, cuando piensan que "hace lo que hace porque los satélites están haciendo clic en ella", "porque quiere copiar a otros". Sin embargo, no hay nada de esto. El adolescente comienza a crear una forma de comunicación, algo más contradictoria y confusa, y no para él, porque incluso cuando admite que hizo algo bajo presión grupal, esto se debe a que quiere probar tal cosa o hacer algo más.

Con el conflicto, en comunicación con el mundo en su conjunto y a favor de la oportunidad de lograr permiso para desear, esto es una resolución paradójica, porque, de alguna manera, un adolescente es aquel que espera ser reconocido por un adulto, pero al mismo tiempo, cuanto más se pide que sea reconocido como un adulto, más infantiliza (Lutereau, Mas crianza , menos terapia, 2018).

Teniendo en cuenta este momento, hablando de un adolescente en estos momentos, debemos hablar sobre sus padres que no reconocen a los jóvenes en su propio período de investigación. La verdadera ausencia del tiempo total, la enseñanza, el consejo, genera espacios vacíos en los que los jóvenes no experimentan, dado lo que se permite, evita la distinción entre experiencia. Por ejemplo, los padres tienen eso si salen de viaje, no quieren que sus hijos se preparen alimentos en la casa y dejan su comida hecha "por las dudas", porque "tal vez si deja una llave de gas abierta... Es realmente importante enfatizar, porque estamos en el camino a la generación de jóvenes que prácticamente no saben, así como si poder realizar tareas domésticas se convirtiese en una misión imposible. Refiriéndose a esto, personas mayores de 20 años, incluso 30 aún dicen: "Mi casa" refiriéndose a la casa de los padres, incluso si viven en otro lugar. Esto es de suma importancia si creemos que uno de los resultados de la adolescencia es que alguien puede construir su propia casa. (Lutereau, Esos raros adolescentes nuevos, 2019)

Para hablar sobre un cambio positivo en el adolescente actual, hoy realizan eventos públicos desde una edad temprana, gracias a las redes sociales, imponen la opinión pública y superan las razones sociales como el aborto. Incluso se pronuncian en relación con la ley. Se ha establecido una mayor participación de los jóvenes en los espacios sociales, lo que de alguna manera también mejora las necesidades de los adultos. Los jóvenes se esfuerzan por

hacer una revolución hoy, toman participación activa en los reclamos sociales. Creo que la participación de los jóvenes en el espacio público es muy buena, pero no debemos olvidar que todavía son niños, especialmente por el costo que puede tener. (Lutereau, Mas crianza , menos terapia, 2018)

La importancia de lo Intrínseco, que está ocupada por el cuerpo, diferencias con generaciones anteriores, se modificó por la desinhibición que se prefirió en el campo virtual, estableciendo así una forma desigual de vinculación. Si es real, que hay un mayor incidente de adolescentes en público, en las masas, pero viven paralelamente, con una fuerte extracción de espacios públicos. Pueden participar en la movilización, pero el espacio público es muy expulsivo para los jóvenes. Se muestran con dificultad para acercarse a jóvenes que no conocen. Por eso se observa frecuentemente que en relación con la situación de conocerse y, al final, seducirse, el precio es muy costoso. Por lo tanto, la transferencia virtual finalmente se convierte en una forma de solución y, al mismo tiempo, la aparición de una nueva situación. (Lutereau, Esos raros adolescentes nuevos, 2019)

Los adolescentes que son inseparables, como decía Norberto Napolitano (Papo), "juntos a la par", no pueden ser ignorados en relación con los ideales y la identificación, que ha sido designado como un parámetro evolutivo, a lo largo de la historia. "La imagen de los adultos sobre los jóvenes es una proyección de lo que no queremos reconocer en nosotros mismos y básicamente en el hecho de usar la tecnología para construir relaciones. Lo que se debe distinguir es el uso de la coerción tecnológica. En realidad, es el comportamiento de los padres quienes han visto la pérdida de la posibilidad de construir relaciones con otros de una manera que no sea tecnología.

Se puede ver que el adolescente ha encontrado en la tecnología posiblemente su afuera. Hasta hace unos años, era normal que un padre se enojara con un joven y le diga: "a tu habitación, y no salís". Hoy pasa gran parte de su tiempo en su habitación y con el teléfono se mantiene conectado con el exterior. La sala adolescente ya no es un lugar de jaula, es un lugar para estar afuera. Entonces, si los adolescentes finalmente necesitan aislamiento (debido a que el aislamiento es una forma de decepcionar las expectativas de los demás, para poder reducir el peso de los ideales y exigir lo que tienen ellos), el aislamiento aparece hoy a través de la conectividad de aislamiento que es parte de crecimiento. (Néstor López, 2002)

Volviendo al papel de los adultos que ejemplifican y limita las leyes que deben ser respetadas por los adolescentes, también ese concepto ha experimentado modificaciones. Los adolescentes toman acciones públicas antes y, al mismo tiempo, la accesibilidad a ciertas sustancias es mucho más directa. En la actualidad, se logra en cualquier lugar y las personas experimentan estas experiencias en las calles, la visión del público sobre el consumo de drogas es diferente. El consumo ya no está estigmatizado. Por lo tanto, la autoridad de los padres basada en la prohibición de detener el consumo, razonable, porque prohíbe algo que, aparte de ser ilegal, puede generar daños irreparables. La prohibición no es la mejor manera de ocupar el lugar de autoridad hoy, lo que no significa que no haya autoridad. Lo primordial es poder encontrar adultos con autoridad a fin de lograr en el adolescente, la atracción por establecer una mirada hacia la experiencia, en la medida en que él es alguien joven y, por lo tanto, la experiencia no es algo que le fluya aún. No puedes atraer el derecho de los jóvenes a experimentar, sabiendo que como experiencia producirá sus efectos. Este aprendizaje que se manifiesta en la vida del adolescente, que escolta a la educación escolar se produce inconscientemente, de modo inadvertido y espontáneo. Es un proceso de educación basado en una pedagogía no racional presente en todas las prácticas sociales en las que el niño participa desde su nacimiento. Este capital cultural incorporado, es el resultado de un trabajo físico y mental por parte del adolescente, un trabajo del sujeto sobre sí mismo, que se caracteriza además por tener una inmensa carga emocional. La asistencia a la escuela implica la contingencia de cumplir con rutinas cotidianas, contar con recursos para acceder a los materiales y útiles necesarios, disponer del estímulo y acompañamiento de los adultos, y nuevamente contar con tiempo. El aprendizaje en la escuela, al igual que la adquisición de las disposiciones para acceder a ella, significa un trabajo sobre el cuerpo y la mente de los adolescentes, una transformación que es imposible sin un fuerte involucramiento de ellos, y que implica una demanda de energía que debe ser renovada día a día. Entender la educación como algo más que una simple transmisión de conocimientos que pone al alumno en el lugar de receptor pasivo, sino que es una construcción que se desarrolla en una relación pedagógica respecto a la cual tanto los alumnos como los docentes se asignan roles y expectativas.

Los adolescentes están en la intersección de estas dos socializaciones, y el éxito de la escuela puede depender de la cercanía de estas dos culturas, familias y escuelas, mientras que el fracaso de los demás se explica por la distancia de esta cultura. (Néstor López, 2002).

CAPITULO II

“LAS EMOCIONES”

EMOCIÓN

Del lat. emotio, -ōnis.

1. f. Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática.

2. f. Interés, generalmente expectante, con que se participa en algo que está ocurriendo. (Asociación de academias de la lengua Española (ASALE), 2014)

En 1969, Michel Foucault, el filósofo y profesor francés que murió en 1984, escribió el libro "L'Archeologie du Savoir", que destacó su idea de romperse en la continuidad de la historia del pensamiento.

Inicialmente, la palabra arqueología proviene de la palabra griega "arqueo" (antiguo) y "lago" (conocimiento y manejo). La etimología le informará sobre la ciencia pasada. Una forma de la comprensión estricta del pasado nos permite comprender el presente y proyectar el futuro. Dado que las emociones siempre están ahí, es importante utilizar el concepto de "arqueología". Y debe explorarse para comprender, juzgar. Arqueología en cuatro etapas, que se pueden aplicar a la exploración.

- Descubrimiento: los hallazgos de un sitio, la ubicación de los elementos que identifican la civilización es muy importante para la arqueología. En las emociones de los miembros de la comunidad hay un flujo de información y un valor muy grande.

- Excavación: para averiguar qué hay en el sitio que necesita ser explorado. Se debe hacer cuidadosamente, porque al transmitir varios elementos puede ocurrir daño o erosión.

Debe investigar, interpretar, buscar indicaciones, encontrar significado, clasificar, valorar.

Protección: Los activos encontrados deben estar protegidos, cuidados, abiertos, mimados. Deben imponer interés. Para protegerlo, es necesario satisfacer los requisitos de varios tipos: actitud estructural y organizacional.

- Exposición: después de ser descubierto, explorado, estudiado y protegiendo la riqueza, la arqueología lo describe para la contemplación general. Estos son elementos cuyo conocimiento se difunde y se exhibe y disfruta socialmente. (Charles R. Figley, 1995)

Las escuelas son tradicionalmente dominios cognitivos, y no es común escuchar esta pregunta: ¿qué sientes?...

La acción de las emociones y el afecto permanece oculta en la escuela como si no existiera. Sin embargo, todos sabemos que es una parte fundamental de la vida de la institución y cada uno de sus miembros. Los sentimientos no permanecen en la puerta cuando los alcanzas. Y dentro de la institución, se crean y cultivan otros sentimientos nuevos.

La psicología de la emoción es una de las áreas de psicología en las que existen numerosos modelos teóricos, pero quizás también un conocimiento menos preciso.

Puede ser el momento porque la metodología utilizada es mucho más diversa y más diversa.

Uno de los temas teóricos actuales más relevantes, al mismo tiempo, controvertido, es la existencia o no de emociones universales básicas de las cuales se derivaría el resto de las reacciones afectivas. La suposición de la existencia de tales emociones fundamentales se basa directamente en los enfoques de Darwin y significaría que son reacciones afectivas congénitas, diferentes, incluso en todas las personas y que se expresan característicamente. (Garrido Nuñez, 2019)

La diferencia entre ellos no pudo determinarse en una cierta dimensión en relación con la gradación, pero sería diferente en términos de calidad. La siguiente:

- Tener un sustrato neural específico y distintivo.
- Tener una expresión o configuración facial específica y distintiva.
- Poseer sentimientos específicos y distintivos.
- Derivar de procesos biológicos evolutivos.
- Manifestar propiedades motivacionales y organizativas de funciones adaptativas.

Según el mismo autor, las emociones que cumplirían con estos requisitos son el placer, el interés, la sorpresa, la tristeza, la ira, el asco, el miedo y el desprecio. Considere la culpa y la vergüenza de la misma emoción porque no puede diferir de su expresión facial.

Las emociones son fenómenos neuropsicológicos específicos de la selección natural que organizan y motivan el comportamiento fisiológico y cognitivo que facilitan la adaptación. (Garrido Nuñez, 2019)

Las emociones generalmente se entienden por una experiencia multi - dimensional con Al menos tres sistemas de respuesta: cognitivo/subjetivo; Comportamiento/expresivo y

Fisiológico/adaptativo. (Sociedad española para el estudio de la ansiedad y estrés (SEAS), 2012)

Para comprender las emociones, es útil cuidar estas tres dimensiones para las cuales se manifiesta y tiene en cuenta que, como en el caso del miedo, generalmente aparece un desarrollo independiente entre los tres sistemas de respuesta.

Además, cada una de estas dimensiones puede recibir especial relevancia en una emoción especialmente en una persona específica o en una determinada situación. En muchos casos, las diferencias entre los diferentes modelos de emociones teóricas solo pueden atribuirse al papel que dan para cada una de las dimensiones mencionadas por nosotros.

Podemos estar de acuerdo en que la reacción emocional (de diversa calidad y tamaño) es algo omnipresente para cada proceso psicológico.

Por lo tanto, es difícil lograr una clasificación integral de todas las emociones posible, basado en dimensiones independientes. Por lo tanto, una emoción como experiencia afectiva podría definirse en cierta medida agradable o incómoda, lo que contiene una calidad fenomenológica característica y afecta tres sistemas de reacción: la Sub cognitiva, el comportamiento y el adaptativo fisiológico. (Garrido Nuñez, 2019)

FUNCIONES DE LAS EMOCIONES

Todas las emociones tienen alguna función que les confiere utilidad y permite que el

sujeto fabrique con eficacia las reacciones conductuales apropiadas y ello con independencia de la cualidad placentera que generen. Incluso las emociones más desagradables tienen funciones importantes en la adaptación social y el ajuste personal.

□ Funciones de adaptación

- Funciones sociales
- Funciones de motivación

Funciones adaptativas

Preparan el cuerpo para llevar a cabo efectivamente el comportamiento requerido por las condiciones ambientales, para movilizar la energía requerida y para (para acercarse o moverse a un objetivo determinado). Luego se determina un lenguaje funcional que identifica cada una de estas reacciones con la función adaptable que corresponde a él.

Para explicar la propuesta planteada por el autor mencionado anteriormente, Plutchik sacó una rueda de emociones que consistía en ocho emociones básicas (alegría, confianza, miedo, sorpresa, tristeza, aversión, ira y anticipación) que conducen a ocho emociones avanzadas (amor, sumisión, miedo, decepción, remordimiento, desprecio, alevosía y optimismo), cada uno consta de dos emociones básicas. Las emociones se combinan en díadas primarias, que forman emociones avanzadas a través de díadas secundarias y terciarias, lo que conduce a emociones aún menos frecuentes. (Garrido Nuñez, 2019)

<u>LENGUAJE SUBJETIVO</u>	<u>LENGUAJE FUNCIONAL</u>
Miedo	Protección
Ira	Destrucción
Alegría	Reproducción
Tristeza	Reintegración
Confianza	Afiliación
Asco	Rechazo
Anticipación	Exploración
Sorpresa	Exploración

FUNCIONES SOCIALES

Una de las funciones principales de las emociones es proporcionar la aparición de las conductas apropiadas, la expresión de las emociones permite a los

demás predecir el comportamiento asociado con las mismas, ejerciendo un valor único en los procesos de relación interpersonal. Se subrayan así varias funciones sociales de las emociones

- proporcionar la interacción social
- vigilar la conducta de los demás
- acceder a la comunicación de los estados afectivos.

Las emociones como la felicidad favorecen los vínculos sociales y relaciones interpersonales, muy por el contrario, la ira puede forjar repuestas de evitación o de confrontación.

Inclusive cuando hablamos de represión de las emociones, vemos demostrada una evidente función social.

Ya que implicaría necesaria la inhibición de ciertas reacciones emocionales que podrían alterar las relaciones sociales y afectar incluso a la propia estructura y funcionamiento de grupos y cualquier otro sistema de organización social. En términos generales la revelación de las experiencias emocionales es saludable y beneficiosa, tanto porque reduce el trabajo fisiológico que supone la inhibición como por el hecho de que favorece la creación de redes de apoyo. (Garrido Nuñez, 2019)

FUNCIONES MOTIVACIONALES

La correspondencia entre emoción y motivación es intrínseca, ya que se trata de una experiencia actual en cualquier tipo de actividad, la emoción energiza la conducta causada. Una conducta "Intensa" emocionalmente, se ejecuta de forma más potente. Así, la alegría origina la atracción interpersonal y la sorpresa la atención ante estímulos novedosos, etc. (Garrido Nuñez, 2019)

La función motivacional de la emoción sería coincidente con lo que hemos comentado anteriormente, de la existencia de las dos dimensiones principales de la

emoción: dimensión de agrado-desagrado e intensidad de la reacción afectiva.

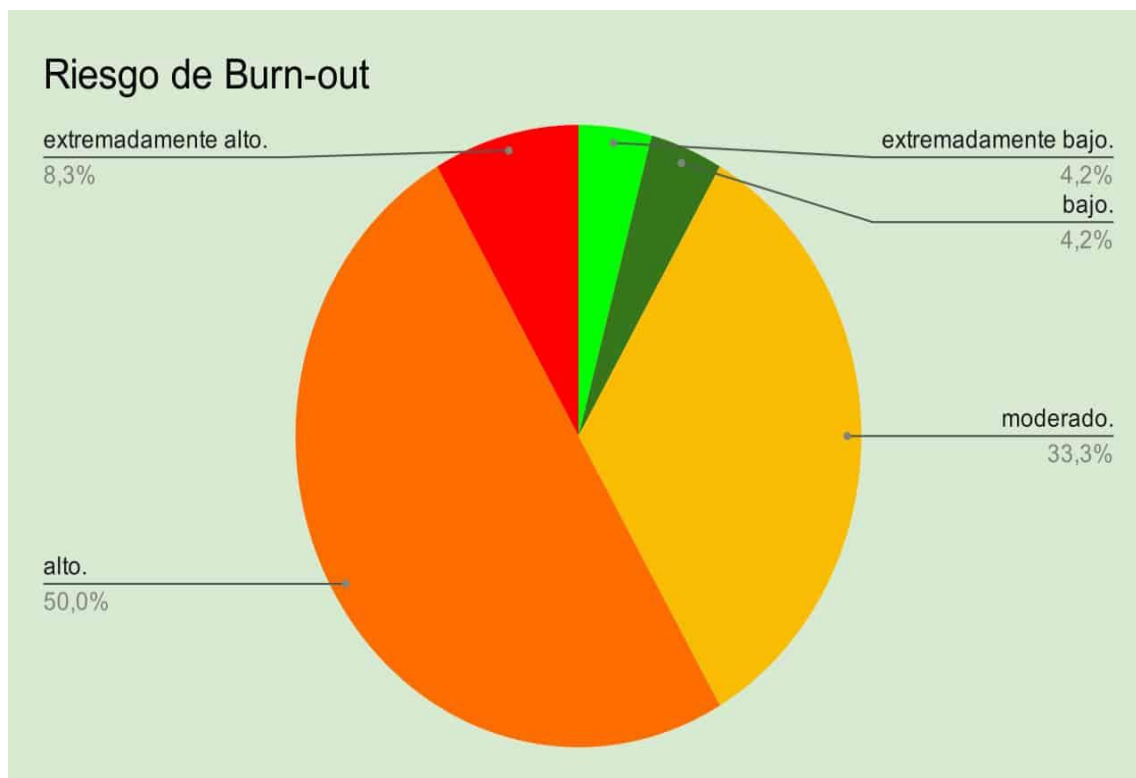
“La relación entre motivación y emoción no se limitan al hecho de que en toda conducta motivada se producen reacciones emocionales, sino que una emoción puede determinar la aparición de la propia conducta motivada, dirigirla hacia determinado objetivo y hacer que se ejecute con intensidad” (Sociedad española para el estudio de la ansiedad y estrés (SEAS), 2012) Conseguimos

decir que toda conducta motivada origina una reacción emocional y a su vez la emoción facilita la aparición de unas conductas motivadas y no otras.

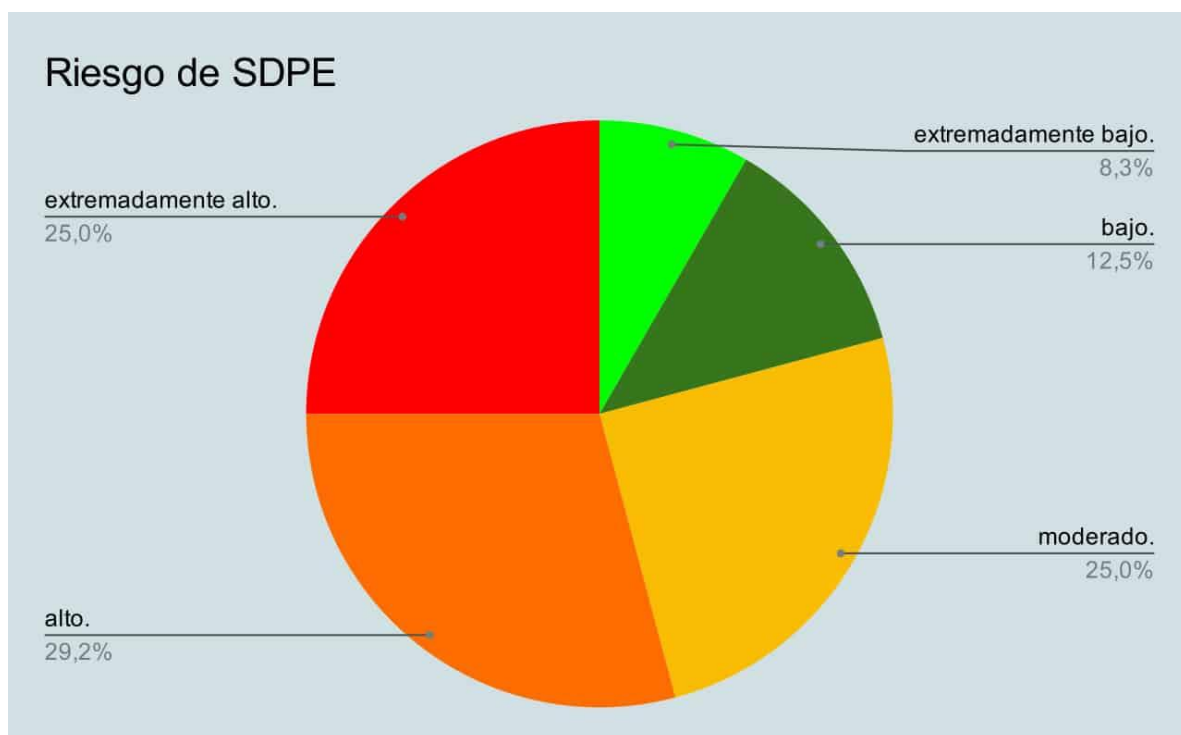
CAPITULO III

BURN-OUT Y DESGASTE

Estos temas han sido conocidos y trabajados en el campo de la medicina desde la década de 1970. El síndrome de Burn -Out (SBO) fue el primero en desarrollarse y actualmente se lo reconoce como una enfermedad después de haber sido examinado durante mucho tiempo. También usamos el síndrome de construcción para la empatía (Charles R. Figley, 1995), ya que es un término más general describir la experiencia del agotamiento emocional y físico que experimenta profesionales de la enseñanza debido al uso crónico de la empatía y el intento con los humanos. Las dificultades y el sufrimiento. Esto, combinado con los obstáculos burocráticos existentes, el estrés en la organización, las dificultades presupuestarias, etc., crea una experiencia de desgaste que ocurre acumulativamente con el tiempo. Entre otras cosas, esto implica una serie de emociones y sentimientos negativos (frustración, ira y depresión), agotamiento físico y mental, así como pérdida de interés y motivación para llevar a cabo su tarea. Ocurre en la sensibilidad comprometida, empática, involucrada y que está en contacto con realidades humanas muy difíciles. Estas características son presentadas por los maestros y, en consecuencia, la tendencia a sufrir SDPE. Tan pronto como se llevaron a cabo las pruebas, los resultados fueron en un alto riesgo de SDPE y un alto riesgo SBO. (Jiménez, 1999) Gráficamente podemos ver que el 58% de la muestra se encuentra en los grupos de riesgo alto y muy alto de SBO. En contrapartida sólo el 8,4% se halla en los grupos de riesgo bajo y muy bajo de SBO. (Jiménez, 1999)



Si nos fijamos en el riesgo de SDPE un 54,2% de los docentes se encuentra en los grupos de riesgo alto y muy alto de SDPE, en tanto un 20,8% pertenece a las categorías baja y muy baja. (Koch, 2009)



CAPITULO IV

EDUCACION EMOCIONAL

Ante la pregunta ¿el profesorado requiere formación específica para trabajar la educación emocional?", la respuesta es sí. Las razones vienen dadas desde diversos lugares. Los estudios desde las neurociencias y la pedagogía avalan la importancia de la educación emocional, tanto por su trascendencia en el desarrollo del pensamiento como por su valor en el proceso de aprendizaje. (Lipina, 2012)

Se pretende mostrar un factor que queda en ocasiones oculto, la salud emocional de los docentes, cómo es afectada por el desempeño del rol y cómo pueden trabajarla, ya que es la piedra angular sobre la que descansa la educación emocional de los estudiantes.

Por salud emocional referimos al estado de bienestar psicológico general. Incluye la manera de sentirse hacia uno mismo, la calidad de los vínculos, la capacidad para manejar emociones y sentimientos y la forma de encarar las dificultades. La salud emocional no es solo la ausencia de enfermedad, implica capacidades y potencias, como la autoestima, la resiliencia, la capacidad de crear y mantener vínculos y la flexibilidad para adaptarse a los cambios. (Lipina, 2012)

Es primordial recalcar que salud emocional y salud corporal son dos caras de una misma moneda, como lo son mente y el cuerpo, tal como lo marcan los trabajos centrales de las neurociencias. La emoción es una reacción del cuerpo, con una finalidad, no es buena o mala, simplemente es.

Luego se puede calificar como "positiva" o "negativa", pero eso es a posteriori, en su esencia todas las emociones (ira, asco o alegría) son iguales, reacciones corporales frente a estímulos del medio, externo o interno. Entonces el cuerpo/mente está todo el tiempo sintiendo, pensando y haciendo, entre los estímulos que vienen de afuera y los que vienen de dentro, con un objetivo: lograr y mantener el más adecuado equilibrio, la homeostasis. (Lipina, 2012)

La educación emocional apunta al desarrollo de competencias emocionales que contribuyan a un mejor bienestar personal y social. Repercute también en una mejora del proceso de aprendizaje curricular. Para poder enseñar algo es necesario poder tener un manejo de eso. A diferencia de lo que pasa con una materia curricular, la educación emocional implica más que un manejo teórico,

involucra el manejo de las propias emociones y este punto no es trabajado en la formación curricular del docente. La importancia de este buen manejo es fundamental, ya que como indican las neurociencias, el aprendizaje requiere el modelado del otro. En el caso de aprender a regular mis emociones el modelo que me brinde el otro será "la lección" a aprender. (Lipina, 2012)

Se podría pensar una forma de trabajo que se centre en la demanda del grupo, una demanda manifiesta de ayuda para abordar una dificultad, puede ser problemas de conducta, implementación de metodologías activas.

Entendemos al sistema docente-estudiante como un subsistema que participa de muchos otros sistemas. Pensamos que hacer el foco en el estudiante, o en el docente, acarrea no ver la impronta que marcan estos otros sistemas. A partir de esto, se podría realizar un diagnóstico situacional, para inferir otros componentes que propician esa situación. Con esto evitamos caer en respuestas sintomáticas, esto es, enfocarse en el síntoma y no en la causa subyacente. (Koch, 2009)

La educación emocional implica más que un manejo teórico, involucra el manejo de las propias emociones y este punto no es trabajado en la formación curricular del docente.

En la propuesta de trabajo involucra la creación de grupos de gestión del estrés. Este no es un grupo terapéutico (aunque puede tener efectos terapéuticos) es, con todo lo que esto implica, un espacio de reflexión. En estos grupos, un coordinador coadyuva al grupo a encontrar los recursos para solventar los problemas, ya que la fuerza del grupo reside justamente en su diversidad. Lo que para uno de sus integrantes puede ser un problema insoluble, será resuelto por alguno de los miembros, o lo más frecuente, por la sumatoria de varias propuestas. Este hecho de co-creación, sumado al respaldo de los pares y la sensación de que lo sucede a cada integrante repercute en el grupo, en el mismo, ninguno es tan fuerte como todos juntos. (Lipina, 2012)

En definitiva, la educación emocional es esencial para el desarrollo pleno del ser humano. Entendemos que es la acción más lógica por llevar adelante desde cualquier estado, ya que repercutirá en una mejora de la calidad de vida de toda la población. Problemáticas sociales diversas como violencia, consumos problemáticos o suicidio y otras no tan evidentes, pero con gran

repercusión en nuestra salud como enfermedades cardiovasculares, diabetes y obesidad; así como la adhesión a cualquier tratamiento médico, requieren un adecuado manejo de las emociones.

La educación emocional desborda el ámbito educativo para participar en la prevención primaria en salud, la prevención de la violencia y la mejora en la calidad de vida. Sobre este punto descansa la convicción de nuestro trabajo como formadores. (Lipina, 2012)

CAPITULO V

Estudio de campo

Este trabajo se desarrolló en relación a una mirada comprensivista e interpretativa.

Se ha ejecutado una metodología de tipo cuantitativa, y sus características responden al tipo de diseño exploratorio descriptivo de esta investigación.

Nuestra unidad de análisis fueron docentes del partido de Merlo, ubicadas en la zona céntrica de dicho partido.

Se ha realizado un total de cuatro entrevistas, a dos docentes de la materia, practicas del lenguaje, un docente de matemáticas y una de italiano. Para la recolección de información se aplicó como técnica preferencial la entrevista abierta, con preguntas preestablecidas. Dos de las mismas se realizaron de forma virtual, y dos de manera presencial, por lo cual, la información adicional de la gestualidad en dos de ellas no pudo ser observada. El tratamiento de los datos consistió en la selección y clasificación según los ejes temáticos considerados relevantes para las temáticas abordadas en este trabajo. Se observaron criterios de repitencia y discrepancia en los discursos.

Análisis de las encuestas

Ante la primera pregunta; se observa una recurrencia en las formas de manejo institucionales, un abordaje en el que se observa el problema, se les pide asistencia o información a los preceptores del curso, a otros docentes, o al gabinete de OE. Lo que no sería algo como para criticar, pero lo observado en realidad es: ¿qué pasa con el docente mismo que necesita derivar a un adolescente que está en una clara demanda emocional y vincular? Que le pasa a ese ser humano que no se enfrenta la situación emocional y conductual, necesitando asistencia. Algo muy particular es la psicologización de la vida, docentes que hablan abiertamente de un diagnóstico (ataques de pánico, crisis de ansiedad) quizás no entendiendo realmente el alcance de un cuadro sintomatológico como ese.

En relación a la pregunta; que puntuación se pondrían a la hora de evaluar sus herramientas, la respuesta es poco satisfactoria, la recurrencia se centra en el sentimiento de enfrentar situaciones muy dramáticas y desbordantes, que los ponen en la realidad de no contar con las herramientas adecuadas para contener o calmar a un adolescente en crisis.

Cuando la pregunta se especifica, en relación a la formación en educación emocional que reciben en su preparación como docente, en primer lugar, ninguno asume tener la formación específica en educación emocional, y hasta en algunos casos se menciona la diferencia existente entre la teoría acerca del comportamiento adolescente y la realidad de la misma.

En relación a la consulta sobre su accionar en casos de enfrentar alguna crisis o comportamiento inapropiado, en los docentes parece primar el paso a paso institucional, como si se encargase de un caso de violencia escolar, y en ningún caso se visualiza al ser humano protagonizando la situación de crisis o alteración emocional,

Las recurrencias observadas son muy claras, algo los haría huir de la escena, no pudiendo visualizar al ser humano, si des visualizarían los pasos a seguir, buscar información a otro y la no involucración real y humana. En su mayoría los docentes no expresaron necesitar buscar ayuda profesional, si para sus cuestiones personales, pero no laborales.

CONCLUSIÓN

Sobre las competencias socio emocionales del docente, y a partir de información, recopilada en un conjunto de entrevistas, se plantea un modelo que identifica cuatro tipos de necesidades que los docentes requerirían como competencias pendientes de desarrollo:

- ✓ Conocimientos sobre inteligencia emocional: sobre las emociones y su relación con los procesos cognitivos, así como el papel que juega la Inteligencia emocional en la adaptación y establecimiento interpersonal de las personas.
- ✓ Habilidades interpersonales: para identificar las emociones de sus alumnos, percibir sus estados de ánimo, escuchar, ser empático, tomar decisiones, resolver conflictos, tener liderazgo y habilidad para dirigir y persuadir, descubrir las fortalezas de los demás, ser justo y equitativo.
- ✓ Habilidades intrapersonales: para controlar, manejar e interpretar las propias emociones, de modo que se pueda reaccionar de forma coherente con ellas.
- ✓ Habilidades didácticas para la educación emocional: nuevas competencias profesionales para un modelado más efectivo, para estimular el desarrollo armónico de los alumnos y atender los problemas emocionales; fomenta el desarrollo de competencias didácticas creativas que promuevan escuelas emocionalmente inteligentes, que construyan ambientes propicios y estimulantes para el desarrollo afectivo.

ANEXO:

ENCUESTA A DOCENTES NIVEL SECUNDARIO

Silvia. 53 años docente de Practicas del lenguaje.

1. En lo cotidiano, ¿te encuentras con problemáticas emocionales y conductuales en los alumnos, que requieran tu intervención? Si la respuesta es sí ¿Cuáles podrías mencionar?

1) Hoy por hoy los adolescentes y a veces nos enteramos en el momento porque muchas veces los preces no informan lo que le pasa al alumno.

Ante faltas reiteradas, uno consulta con sus compañeros si saben algo ya que a veces concurren a otras materias. Generalmente las respuestas son “problemas en la casa” a veces la familia no responde. Últimamente son más comunes los ataques de pánico, que a veces surgen ante una evaluación. O alguna situación en el hogar y el alumno comienza a sentirse mal. Se trata de ayudar, se llama al preceptor, algunos están en tratamiento y otros no, más allá de contenerlos, tranquilizarlos y escucharlos, ellos comentan que sus padres no están enterados. Si está el equipo de EOE se los manda ahí, para que sean escuchados, ya que no se puede descuidar a la clase. En ocasiones al algunos que necesitan una escucha más atenta, por angustias o inquietudes por algo. Por lo general se trata de conflictos o enojos con sus padres, por lo general buscan momentos como los recreos o el final de la hora, porque no se quieren mostrar llorando.

2. En relación a la dificultad del 1 al 10, ¿sentís contar con herramientas para abordarlas? ¿Qué puntuación te pondrías?

2) En cuanto a la dificultad me ubicaría en un 7 en la escala de valores, ya que, a la hora de hablar con un adolescente en conflicto, muchas veces se vive mucha agresividad y reacciones groseras, y cuando se les cita a los padres, si estos asisten, lo hacen de la misma manera si es que asisten.

3. A la hora de recurrir a herramientas para abordar dichas situaciones, ¿sentís estar preparada desde tu formación en la docencia?

3) Desde el aula, hoy en día no se encuentra preparado para enfrentar situaciones conflictivas, ya que con los años además de dar contenido, las

distintas vivencias nos ubican frente a todas estas cosas que mencione antes. Aunque en la formación uno lee o recibe formación en la psicología del niño o adolescente. Poco de la teoría ayuda a afrontar las cosas que van surgiendo y uno termina aguantando algunas cosas para no ir al choque con las actitudes de cuestionamiento de los chicos y los padres. Los cuestionamientos son en relación a mi discurso, a las notas a las tareas. Los padres son los que no aceptan que su hijo tenga un mal comportamiento y también cuestionan al profesor. Yo en particular los invito a presenciar mi clase, pero no asisten y además una docente como yo con casi 25 años de servicio se siente sola y sin ningún acompañamiento.

4. En el caso de no sentirte preparada, ¿cuál sería la solución más próxima utilizada, según tu experiencia?

4) Como docente uno toma recaudos en ciertas situaciones, envía notas en el cuaderno, si no se notifica, se le avisa al preceptor, para obtener alguna respuesta, posteriormente se les avisa a los directivos para que intervenga el EOE. Hoy en día se realizan crónicas, pequeñas, relatando lo que sucede en el aula, en pocas palabras “uno se cubre” ya que los padres no dialogan con el docente, por lo general acuden a los directivos directamente o a los inspectores, con lo cual a veces somos los últimos en enterarnos.

5. ¿Sentis poder contar con colaboración externa en tu entorno escolar?

5) Generalmente entre docentes hablamos, “hacemos catarsis” nos apoyamos. A veces uno dice “proba con esto” “a mí me sirvió esto” y eso resulta de mucha ayuda en las situaciones más complejas. A veces simplemente nos sentimos derrotados y otras esa sensación nos obliga a cambiar rotundamente las estrategias de la clase, para poder conseguir que los alumnos no sean tan apáticos.

6. ¿Has hecho algún trabajo terapéutico personal?

6) No sé si hago/hice una específicamente, pero en varias clases para llegar a un alumno o varios, uno cambia drásticamente de actividad para lograr sacarlos de su apatía. Mientras ellos están absortos en sus celulares, recibiendo mensajes de sus padres o de amigos, escuchando música con auriculares. La verdad es que uno evita fracasar, porque nos pone feliz ver los logros en los alumnos, los avances que pueden tener, para que hagan algo en

la vida y aprendan. Pocas veces uno ve alumnos esmerándose y trabajando, pero cada año todo lo relatado se hace muy costoso, ya que termina el año y pocos se ven influidos por los consejos que puedo darles.

Marcela.43 años docente de contabilidad

1. En lo cotidiano, ¿te encuentras con problemáticas emocionales y conductuales en los alumnos, que requieran tu intervención? Si la respuesta es sí ¿Cuáles podrías mencionar?

1) Falta de modales, apatía por desinterés y ataques de ansiedad.

2. En relación a la dificultad del 1 al 10, ¿sentís contar con herramientas para abordarlas? ¿Qué puntuación te pondrías?

2) En ocasiones según como reaccione el alumno, puntuación 5.

3. A la hora de recurrir a herramientas para abordar dichas situaciones, ¿sentís estar preparada desde tu formación en la docencia?

3) No, porque te preparan para cursos IDEALES y la realidad es otra.

4. En el caso de no sentirte preparada, ¿cuál sería la solución más próxima utilizada, según tu experiencia?

4) Recurrir y que me acompañen los equipos de orientación de la escuela.

5. ¿Sentís poder contar con colaboración externa en tu entorno escolar?

5) No lo se

6. ¿Has hecho algún trabajo terapéutico personal?

6) No

Juliana 38 años docente de italiano

1. En lo cotidiano, ¿te encuentras con problemáticas emocionales y conductuales en los alumnos, que requieran tu intervención? Si la respuesta es sí ¿Cuáles podrías mencionar?

1-Si a veces se hablan de formas muy despectivas y se maltratan entre ellos, con lo cual intervengo marcando los límites, pero rara vez funciona. Está muy presente en ellos la manifestación de sentimientos de ansiedad.

2. En relación a la dificultad del 1 al 10, ¿sentís contar con herramientas para abordarlas? ¿Qué puntuación te pondrías?

2- Siento que tengo las herramientas, pero a la hora de aplicarlas no encuentro un alivio a las problemáticas de los adolescentes. Me pongo un 2.

3. A la hora de recurrir a herramientas para abordar dichas situaciones, ¿sentís estar preparada desde tu formación en la docencia?

3-Siento que nada de lo que aprendí desde lo teórico en mi formación me podría ayudar, en realidad nos bancamos entre profes, a la hora de hablar de tal o cual alumno problemático.

4. En el caso de no sentirte preparada, ¿cuál sería la solución más próxima utilizada, según tu experiencia?

4-Pongo amonestaciones a todos los alumnos involucrados, luego informo a mis superiores o al equipo de orientación.

5. ¿Sentís poder contar con colaboración externa en tu entorno escolar?

6-Si los directivos, los profesores o los preceptores que conocen un poco más los alumnos.

6. ¿Has hecho algún trabajo terapéutico personal?

7-La verdad muchas veces sentí que necesitaba hacerlo, pero después lo resolvía de otra forma, con lo cual lo postergue siempre, igual siento que no podrían ayudar mucho.

Daniel 47 años docente de matemáticas

1. En lo cotidiano, ¿te encontras con problemáticas emocionales y conductuales en los alumnos, que requieran tu intervención?

Si la respuesta es sí ¿Cuáles podrías mencionar?

1- La verdad hace 20 años que soy docente y viví muchas situaciones problemáticas entre los alumnos entre ellos y hasta en contra mío. Estos últimos años los alumnos se muestran muy vulnerables a nivel emocional, los adolescentes son vulnerables, pero los ataques de ansiedad, las manifestaciones de angustia son las más recurrentes. Últimamente más que otros años los chicos se muestran muy violentos ante las situaciones frustrantes.

2. En relación a la dificultad del 1 al 10, ¿sentís contar con herramientas para abordarlas? ¿Qué puntuación te pondrías?

2- La verdad es que siento que todas las situaciones que viví me dieron muchas herramientas, a veces funcionan y a veces siento que no sé qué hacer, pero sigo intentando probando más que nada llegar a los alumnos en su individualidad, conocer su historia ayuda muchas veces. Me puntuó con un 7.

3. A la hora de recurrir a herramientas para abordar dichas situaciones, ¿sentís estar preparado desde tu formación en la docencia?

3- No, no lo siento, creo que la formación es casi nula, si tuve materias como psicología, pero a la hora de aplicarla a las situaciones reales no creo sacar mucho, no digo que lo que dictan o enseñan no es bueno, lo que digo es que en teoría todo es muy ideal, pero en la realidad pierde peso o sustento.

4. En el caso de no sentirte preparado, ¿cuál sería la solución más próxima utilizada, según tu experiencia?

4-Una de las cosas que aprendí es también a pedir ayuda, a mis compañeros, con los cuales compartimos muchas experiencias, con los preceptores, con el equipo de orientación y los directivos.

5 ¿Sentís poder contar con colaboración externa en tu entorno escolar?

5- Depende, eso varia en relación a la forma de gestión que exista en cada escuela, a veces se trabaja muy acompañado y a veces el sentimiento de soledad es muy grande.

6. ¿Has hecho algún trabajo terapéutico personal?

6- Si, y la verdad he encontrado muchas mas herramientas ante algunos casos problemáticos en los alumnos y en los padres de los mismos, quiero aclarar que la relación de los docentes con los padres resulta bastante más difícil que con los alumnos.

BIBLIOGRAFIA

A. Aberastury, M. K. (1971). La adolescencia normal, Un enfoque psicoanalítico. Buenos Aires: Paidós.

Asociación de academias de la lengua española (ASALE). (2014). Diccionario de la lengua española. Madrid, España: Espasa.

Charles R. Figley, P. (1995). Compasión Fatigue. Routledge.

Freud. (s.f.).

Garrido Núñez, M. (13 de mayo de 2019). La rueda de las emociones de Robert Plutchik. <https://redsocial.rededuca.net>.

Guerra, S. (1980).

Jiménez, B. M. (1999). "Burnout docente, sentido de la coherencia y salud percibida". <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.4.num.3.1999.3881>.

Koch, S. D. (2009). Koch, S. D. A., D'Orazio, A "Incidencia del sentido de humor y la personalidad sobre el síndrome de desgaste profesional (Burnout) en docentes". Educere.

Lipina, S. &. (2012). La pizarra de Babel: puentes entre neurociencia, psicología y educación. Buenos Aires: Libros del Zorzal.

Lutereau, L. (2018). Mas crianza, menos terapia. Buenos Aires: Paidós.

Lutereau, L. (2019). Esos raros adolescentes nuevos. Buenos Aires: Paidós.

Néstor López, J. C. (2002). Las condiciones de educabilidad. Buenos Aires: UNESCO IIEP.

Sociedad española para el estudio de la ansiedad y estrés (SEAS). (2012). Estado actual sobre la teoría tridimensional de Lang. Madrid España: <https://ansiedadystres.org/>.