

Propuesta de aula orientada a la Educación Emocional en el Nivel Superior

Estrategias para la incorporación de Educación
Emocional en el curriculum del Nivel Superior

AUTORA: JESICA BRENDA BASILE

DNI: 33.774.698

04 DE AGOSTO DEL 2023

Índice

Educación Emocional en el curriculum del Nivel Superior	1
Destinatarios	1
Fundamentación	1
Objetivo	3
Consideraciones previas a la elección de las estrategias, propuestas o actividades con la finalidad de incorporar educación emocional.....	3
Estrategias, propuestas, actividades y/o herramientas para la incorporación de educación emocional en los espacios curriculares del nivel superior	4
Bonus track: Utilidad de Inteligencia Artificial aplicada a la Educación Emocional	7
Referencias	8

Educación Emocional en el curriculum del Nivel Superior

La inclusión de educación emocional es una prioridad en la agenda educativa que no solo requiere su inclusión armoniosa en los currículums de todos los niveles académicos, sino, además, previa formación en los docentes que aborden esa tarea.

Para regular las emociones, el primer paso es conocerlas, identificarlas y poder nombrarlas. Una vez que se logra esa tipificación, puede comenzarse a trabajar su regulación. El espacio previsto en esta aula, intentará proporcionar de un modo sintético actividades, propuestas y estrategias útiles para la incorporación de educación emocional transversal en los currículums del nivel superior.

Destinatarios

Los destinatarios de la propuesta prevista para esta aula, serán todos aquellos individuos interesados en el tema, principalmente los abocados a educación del nivel superior. Incluso, será interesante la adhesión a esta propuesta de todos los trabajadores en establecimientos académicos que desarrollan tareas de otra índole dentro de la institución, ya sean: secretarios, bibliotecarios, ordenanzas, mantenimiento, etc. para despertar su interés e involucramiento. Es necesario ser lo suficientemente abarcativos para trabajar en comunidad, y que las repercusiones sean mayores.

La intención de esta aula ambiciona no solo extender su impacto a los destinatarios finales, en este caso, los estudiantes (como beneficiarios de las implementaciones abordadas por los educadores capacitados), sino, además, extender su llegada a destinatarios indirectos como las familias y el entorno de los instruidos, ya que, se encontrarán alcanzados por las repercusiones y la puesta en práctica de la regulación emocional que los estudiantes aprenderán en el ámbito educativo, y en consecuencia, trasladarán y aplicarán en su ambiente familiar, personal y profesional. En síntesis, se intenta generar un círculo virtuoso emocional.

Fundamentación

En la actualidad puede identificarse una formación académica general que prioriza el desarrollo intelectual y racional, con una tendencia al perfeccionamiento particular con predisposición al individualismo. En contrapunto, la incorporación de la dimensión emocional no solo colabora en el desarrollo de capacidades y habilidades personales, sino sociales, que generan un ambiente óptimo para la implementación de estrategias y aprendizaje colaborativo y cooperativo que impulsen la capacidad de socialización.

Sobre este último punto, se identifica en la sociedad actual altos grados de violencia, ansiedad, depresión y conflictos, que requieren de habilidades emocionales para poder gestionar el impacto que alcanza sobre cada individuo. Es por ello, que de acuerdo a lo expresado por Cejudo (2015) se vuelve especialmente relevante impulsar una educación que “potencie el desarrollo integral de la persona, con la finalidad última de aumentar el bienestar personal y social” (pág. 2).

La propuesta del aula intenta facilitar una síntesis de actividades, herramientas y estrategias para que el educador seleccione la que considere más pertinente incorporar en su espacio curricular. Se intenta colaborar en el proceso de reforma de los curriculums para la inclusión de contenido y actividades emocionales con la finalidad de “conseguir un equilibrio entre lo cognitivo y lo afectivo” (Cejudo, 2015, pág. 1).

Una armoniosa introducción del contenido a la cátedra requerirá lo reflexionado por García (2015):

Integrarse al currículum como si se tratase de un tema transversal, ajustándose a las lecciones específicas de las diversas áreas académicas, introduciéndose en un determinado curso, siendo retomado y ampliado en cursos posteriores, así como desarrollado a lo largo de toda la vida del individuo (pág. 104).

La reforma en los múltiples espacios curriculares del plan de estudios les proporcionará a los estudiantes mecanismos de gestión emocional que “no solamente va a permitir el conocimiento de uno mismo como ser humano en su desarrollo personal, sino también en el profesional” (Rueda Carcelén & Filella Guiu, pág. 218). En simples palabras, se obtiene una formación integral que permitirá al egresado comprender mejor las conductas humanas para alcanzar un alto rendimiento profesional.

Asimismo, las carreras con cierta tendencia humanística requieren instruir en el manejo de grupos de trabajo y las relaciones interpersonales, Por lo tanto, será imperioso otorgar herramientas para la gestión emocional sobre los individuos que permitan un apropiado manejo de las relaciones interpersonales, de este modo, “la educación emocional pretende dar respuesta a un conjunto de necesidades sociales que no quedan suficientemente atendidas en la actual educación formal” (Bisquerra, 2003, pág. 9).

En síntesis, existen múltiples argumentos que fundamentan la necesidad de incorporar e implementar educación emocional en el plan de estudios de cada una de las instituciones, aunque podemos aventurarnos a detallar solo algunos a continuación:

- ☑ Habilitará un proceso de ***formación integral*** que no solo se base en la transmisión de conocimientos específicos, sino, en brindar herramientas de gestión emocional aplicables en la vida particular y profesional.
- ☑ Una intervención pedagógica afectiva – por parte de los educadores - colaborará en ***incrementar la satisfacción*** que experimentan los estudiantes, y favorecerá en ***disminuir la deserción temprana*** en los educandos iniciales del nivel superior.
- ☑ El conocimiento de las teorías sobre inteligencias múltiples e inteligencia emocional, posibilitará tanto en los docentes como en los estudiantes, ***comprender la complejidad de las relaciones humanas y el adecuado manejo*** de las mismas.
- ☑ La implementación de actividades o propuestas que impulsen educación emocional no solo colabora en la regulación y responsabilidad emocional, sino en volver la ***rutina educativa más dinámica, útil y atractiva***.
- ☑ Una instrucción integral que incluya aspectos emocionales colaborará en las habilidades sociales para la resolución de conflictos a nivel personal y laboral, que permitirán (tanto en el estudiante, como en el docente) ***mejorar su rendimiento profesional***.

Objetivo

El aula colaborará en brindar sintéticamente estrategias, actividades o herramientas lúdicas y didácticas de gestión emocional a los educadores, que podrán ser incorporados e implementados en los espacios curriculares que tienen asignados en cada una de las instituciones educativas del nivel superior a las que pertenecen.

El abordaje de este espacio permitirá a los profesores escoger y elaborar mejores instrumentos/estrategias para incluir conocimientos emocionales en sus espacios curriculares que les permitan a los estudiantes gestionar sus emociones, potenciar sus capacidades, y alcanzar el bienestar.

Consideraciones previas a la elección de las estrategias, propuestas o actividades con la finalidad de incorporar educación emocional

Inicialmente, resulta importante reconocer que la inclusión de educación emocional implica una diversa complejidad en los distintos curriculums, puesto que, podríamos afirmar que existe una mayor facilidad de incorporar educación emocional en espacios curriculares orientados a humanidades, que, en aquellas cátedras más técnicas, tales como: matemática, estadística, álgebra, contabilidad, programación, etc. Si bien, se

evidencia mayor dificultad, existen estrategias que resultarán más compatibles para algunas cátedras y no tanto para otras, será tarea del formador seleccionar las propuestas que identifica más compatibles con su disciplina.

A su vez, será importante considerar que el impacto que provoquen las estrategias implementadas en los distintos grupos de estudiantes pueden resultar diversas, y siempre podrán modificarse en función del éxito o fracaso que generen en los educandos. Es posible que ciertas estrategias que resulten exitosas para determinados grupos, no lo sean para otros, y requieran modificaciones o incluso reemplazo por otras no implementadas anteriormente. Se trata de una construcción “en vivo” contemporánea y compatible con el contexto que deberá ser moldeada en función del impacto y repercusiones que genere en los estudiantes.

Estrategias, propuestas, actividades y/o herramientas para la incorporación de educación emocional en los espacios curriculares del nivel superior

Al momento de seleccionar las estrategias a implementar, los educadores deberán elegir las que consideren más compatibles con las características de su cátedra, la impronta con la que aborden sus espacios curriculares y la finalidad que esperan de su implementación. Las opciones son muy diversas, a continuación, se detallan las que – a mi criterio y experiencia – resultan más atractivas y productivas, aunque el universo es mucho más amplio y puede expandirse, aún más, con la creatividad de cada formador:

- Diarios personales o diarios de formación: Permiten al estudiante expresar las emociones que experimentan en función de las clases y actividades abordadas, lo que permite al docente monitorear el impacto emocional de sus propuestas y efectuar modificaciones siempre que fueran necesarias.
- Bitácoras de trabajo: Herramienta que permite a los estudiantes expresar las distintas emociones que atraviesan principalmente durante la elaboración de trabajos solicitados en la asignatura, exponiendo las repercusiones positivas que genera en su desarrollo intelectual ensamblado a los contenidos específicos desplegados en la cátedra.
- Confección de cartas: Actividad que puede abordarse desde distintas perspectivas:
 - ✓ Destinada a sí mismos con distancias temporales – hacia el pasado o futuro – que incluya reflexiones emocionales profundas.

- ✓ Orientada a receptores externos, tales como: un familiar, una mascota muy querida, etc.
- ✓ Elaboración en primera persona, tomando el rol de aquello que deseen, como: una mascota querida, un personaje favorito, un prócer, etc.
- Lecturas de obras literarias que propicien reflexiones emocionales sobre sus protagonistas o contextos de abordaje: Habilita espacios de reflexión emocional no solo de sus propias emociones, sino de emociones colectivas en determinados contextos sociales, generacionales, etc.
- Juegos reflexivos o actividades lúdicas: Diseño y desarrollo de todas aquellas actividades lúdicas que propicien un desenvolvimiento emocional colectivo. Una de las más conocidas y con repercusiones positivas es la elaboración de análisis FODA personales, es decir, se invita a los estudiantes a formar un círculo que facilite su contacto visual, y se los estimula a escribir en un papel fortalezas y debilidades que identifican sobre si mismos; luego esos papелitos se colocan en una urna, y posteriormente, se extraen, se leen, y se debe identificar al autor de esas notas por sus características percibidas por el grupo. Suele utilizarse en todas aquellas asignaturas que incluyen contenidos vinculados a la administración de empresas, en especial al análisis FODA, aunque puede implementarse en otras cátedras no tan vinculadas a ello.
- Frases inacabadas y preguntas clarificadoras: Resulta productivo habilitar espacios de reflexión que guíen al educando hasta cierto punto, y luego que vuele en su imaginación para trabajar sobre los aspectos emocionales en los que el alumno desea explorar.
- Análisis y reflexión emocional basada en películas, series, documentales, charlas ted, etc.: Se trata de una herramienta muy útil, que permite trabajarse desde dos perspectivas diferentes:
 - ✓ Identificando y analizando las emociones de los protagonistas.
 - ✓ Identificando y analizando las emociones que se despiertan en los estudiantes como espectadores acorde a los acontecimientos del audiovisual.
- Actividades artísticas (arteterapia): Muy útil en espacios curriculares orientados al arte, en el que existen distintos modos de abordaje donde el educador deberá diseñar o determinar el mejor modo de encararlo acorde a las actividades previstas en su cátedra.

- Slogans publicitarios de sí mismos: Resulta útil en asignaturas administrativas o de marketing, dado que, vincula y aplica los contenidos o conceptos del programa con aspectos emocionales de sí mismos.
- Actividades que impliquen exposiciones por parte de los estudiantes, indagando las emociones que surgieron durante su elaboración, preparación y exposición: Tipo de actividad muy productiva para incorporar en aquellas asignaturas muy técnicas, puesto que permite indagar luego de las exposiciones en aspectos emocionales que atravesaron los educandos durante el proceso de elaboración de la clase o de exposición.
- Reflexiones históricas que incluyan análisis de comportamientos humanos y los efectos o impactos emocionales sociales que provocaron.
- Resoluciones de problemas que se vuelvan compatibles con problemáticas emocionales del entorno actual: Lo recomendable en este tipo de actividades es la selección de problemas o conflictos de actualidad y que se relacionen de algún modo con la asignatura, incluso, podría abordarse un debate en asignaturas técnicas sobre los motivos por los cuales resultan complejas, difíciles o desgastantes, lo cual implicará una reflexión de tipo autocrítica por parte de los estudiantes.
- Asamblea de clase (sobre conflictos de actualidad relacionados a la asignatura en vinculación con cuestiones emocionales): Es una actividad muy similar a la anterior, pero se diferencia en el formato que implementa, ya que simula una especie de congreso en el cual se debaten temas, en general se adopta en cátedras con tendencia al desarrollo de temas políticos.
- Rol-playing y teatro: Resulta muy productiva la incorporación de recreaciones de situaciones, ya sean de un contexto histórico determinado, o de la actualidad. Esto les permite a los estudiantes expresar o identificar emociones profundas que al desarrollar un rol ajeno se exteriorizan con mayor facilidad.
- Presentaciones interactivas con contenidos de índole emocional y de inteligencias múltiples: Elaborar este tipo de material resulta muy útil para esclarecer y profundizar conceptos emocionales que ayudan a los estudiantes a identificarlos con mayor facilidad.
- Revisión de redes sociales con vinculaciones emocionales: En la actualidad tenemos a disposición un extenso menú de redes sociales que consumimos con alta frecuencia. Será interesante, aprovechar ese recurso para invitar a la

reflexión y análisis de las emociones que atravesaron los estudiantes al momento de efectuar ciertos “*posteos*” de fotos o textos en determinados momentos de su vida.

- Actividades de distinción entre lo que “*pienso y siento*”: Expresar pensamientos resulta más cómodo que expresar lo que se siente respecto esas reflexiones. En este tipo de actividades, se intenta orientar al estudiante a expresar lo que siente respecto lo que piensa.
- La receta emocional: Suele implementarse en cátedras vinculadas a lo culinario, aunque es compatible con cualquier espacio curricular. Este tipo de actividad propone al estudiante a imaginar que es cocinero y debe escoger los “*ingredientes emocionales*” en el conjunto de emociones que formarán parte de su “*receta*”. Es interesante que expresen su receta individualmente basado en una serie de preguntas elaboradas por el docente.
- La rueda de la vida: Este tipo de actividad le permite a los estudiantes determinar distintas áreas importantes de su vida, tales como: trabajo, amistades, familia, ocio, etc. graficadas dentro de un círculo, para luego asignarle una puntuación que revele su preferencia. Una vez establecido el nivel de relevancia, se podrá abordar un análisis sobre los diferentes aspectos o modificaciones emocionales que colaborarían en mejorar esas distintas áreas que conforman su vida.

El presente listado de estrategias/herramientas será expuesto en una presentación interactiva junto a una explicación que explye sugerencias para su abordaje y las repercusiones que se espera provoquen en los estudiantes.

Bonus track: Utilidad de Inteligencia Artificial aplicada a la Educación Emocional

La actualidad se encuentra atravesada por inteligencia artificial y las emociones no son la excepción; existe un programa basado en IA que interpreta expresiones faciales y las vincula con distintas emociones. Si bien, el objetivo del aula no es la vinculación de las emociones con la inteligencia artificial, forma parte de un contexto que nos atraviesa y requiere un responsable análisis y vinculación. El enfoque del aula pretende ser contemporáneo, y en consecuencia, se decide incluirlo en la propuesta.

El espacio del aula expondrá – a través de un audiovisual – el modo en el que funciona esta novedosa propuesta tecnológica, e incitará a la reflexión de las potenciales utilidades que pueda generar en la educación y la sociedad a largo plazo.

Referencias

- Álvarez, M., Bisquerra, R., Fita, E., Martínez, F., & Pérez, N. (2000). Evaluación de programas de educación emocional. *Revista de Investigación Educativa*, 18 N° 2, 587 - 599.
- AprendemosJuntos. (5 de noviembre de 2018). Versión Completa. Los beneficios de la inteligencia emocional para nuestros hijos. Daniel Goleman [video]. Youtube. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=k6Op1gHtdoo>
- Armstrong, T. (2017). Fundamentos de la teoría de las inteligencias múltiples. En *Inteligencias múltiples en el aula. Guía práctica para educadores* (págs. 17 - 36). PAIDÓS Educación.
- Bizquerra Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7 - 43.
- Cejudo, J. P. (Febrero de 2015). Recomendaciones para el diseño, desarrollo y evaluación de programas de educación emocional en el contexto escolar. Castilla, España.
- Freire, P. (1997). *Pedagogía de la autonomía*. Brasil: Siglo veintiuno editores.
- Gardner, H. (2014). *Inteligencias Múltiples: Teoría en la práctica*. Nueva York: PAIDÓS.
- Goleman, D. (2000). *La inteligencia emocional* (B ed.). Argentina: No Ficción.
- González García, J. (julio-diciembre de 2015). Dramatización y educación emocional. *Revista de Investigación Educativa* 21, 98 - 119.
- Pérez Romero, C. (2007). ¿Educar las emociones?: Paradigmas científicos y propuestas pedagógicas. (U. d. Sevilla, Ed.) *Cuestiones Pedagógicas*, 105 -119.
- Ruda Carcelén, P. M., & Filella Guiu, G. (2016). Importancia de la educación emocional en la formación inicial del profesorado. *Intercambio*, 212 - 219.
- Soler, José Luis; Aparicio, Lucía; Díaz, Oscar; Escolano, Elena; Rodríguez, Ana. (2016). *Inteligencia emocional y bienestar II*. (Universidad San Jorge). España: Asociación Aragonesa de psicopedagogía.