

Número 1 - Julio/Diciembre 2015

REVISTA PASAJES

ISSN 2448-5659



RED INTERNACIONAL DE INVESTIGADORES Y PARTICIPANTES SOBRE INTEGRACIÓN EDUCATIVA



MÉXICO

Portada: Carmina Hernández - México



REVISTA PASAJES
RIE – UICSE – FESI – UNAM



CEPU-ICAT

CUERPO DIRECTIVO

Directora

Dra. Blanca Estela Zardel Jacobo

*Universidad Nacional Autónoma de México,
México*

Subdirectora

Dra. Patricia Brogna

*Universidad Nacional Autónoma de México,
México*

Editor

Drdo. Juan Guillermo Estay Sepúlveda

Universidad de Los Lagos, Chile

Editor Adjunto

Drdo. Rodolfo Cruz Vadillo

*Universidad Popular Autónoma del Estado de
Puebla, México*

Enlace Internacional

Drdo. Silvia Laura Vargas López

*Universidad Autónoma del Estado de
Morelos, México*

Lic. Héctor Garate Wamparo

Universidad de Los Lagos, Chile

Cuerpo Asistente

Traductora: Inglés – Francés

Lic. Iliá Zamora Peña

Asesorías 221 B, Chile

Traductora: Portugués

Lic. Elaine Cristina Pereira Menegón

Asesorías 221 B, Chile

Diagramación / Documentación

Lic. Carolina Cabezas Cáceres

Asesorías 221 B, Chile

Portada para este Número

Carmina, México

COMITÉ EDITORIAL

Mg. Emilia Adame Chávez

SEP Quintana Roo, México

Dr. Luiz Alberto David Araujo

*Pontificia Universidad Católica de Sao Paulo,
Brasil*

Dra. Patricia Brogna

*Universidad Nacional Autónoma de México,
México*

Dra. Mónica Leticia Campos Bedolla

Universidad Mondragón-UCO, México

Dra. Gabriela Croda Borges

*Universidad Popular Autónoma del Estado de
Puebla, México*

Mg. Rodolfo Cruz Vadillo

*Universidad Popular Autónoma del Estado de
Puebla, México*

Mg. Mabel Farfán

Universidad de Tolima, Colombia

Dra. Elizabeth Guglielmino

*Universidad Nacional de la Patagonia,
Argentina*

Dra. Blanca Estela Zardel Jacobo

*Universidad Nacional Autónoma de México,
México*

Lic. Sandra Katz

Universidad Nacional de La Plata, Argentina

Dra. María Noel Míguez

Universidad de La República, Uruguay

Dr. Joan Jordi Montaner

Universitat de les Illes Balears, España



REVISTA PASAJES
RIIE - UICSE - FESI - UNAM



CEPU-ICAT

Dra. Lyda Pérez Acevedo

Universidad Nacional de Colombia, Colombia

Dr. Juan Antonio Seda

Universidad de Buenos Aires, Argentina

Mg. Claudia Peña Testa

Universidad Nacional Autónoma de México, México

Mg. Silvia Laura Vargas López

Universidad Autónoma del Estado de Morelos, México

Dr. Sebastía Verger Gelabert

Universitat de les Illes Balears, España

COMITÉ CIENTÍFICO INTERNACIONAL

Dra. Valdelúcia Alves da Costa

Universidad Fluminense, Brasil

Mg. Araceli Bechara

Asesora Consultora Independiente, Argentina

Dr. Gildas Brégain

Université de Rennes 2, Francia

Dr. Nicola Coumo

Università degli Studi di Bologna, Italia

Mg. Alfredo Flores

METONIMIA Chiapas, México

Ph. D. Alice Imola

Università degli Studi di Bologna, Italia

Dr. Alfredo Jerusalinsky

Centro Dra. Lydia Coriat de Porto Alegre, Brasil

Mg. Juan David Lopera

Universidad de Antioquia, Colombia

Dr. Benjamía Mayer

Estudios 17, México

Dra. Lady Meléndez

Universidad Nacional de Educación a Distancia, Costa Rica

Dr. Martial Meziani

INS HEA, Francia

Dr. Pedro Ortega

Universidad de Murcia, España

Mg. Wilson Rojas Arevalo

Universidad de Los Lagos, Chile

Mg. Valeria Rey

Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación, Chile

Mg. Graciela Ricci

ADDEI, Argentina

Lic. Marcela Santos

Universidad de Casa Grande, Ecuador

Dr. Carlos Skliar

FLACSO, Argentina

Dr. Saulo Cesar paulino e Silva

Universidad de Sao Paulo, Brasil

Dra. Norelly Soto

Universidad de Medellín, Colombia

Mg. Viviana Vrsalovic Henríquez

Universidad de Los Lagos, Chile



REVISTA PASAJES
RIIE - UIHSE - FESI - UNAM



CEPU-ICAT

Indización

Revista Pasajes, se encuentra indizada en:



Información enviada a Latindex para su evaluación e indización.



REVISTA PASAJES
RIIE – UIICSE – FESI - UNAM



CEPU-ICAT

ISSN 2448-5659– Publicación Semestral / Número 1 / Julio – Diciembre 2015 pp. 12-19

DESARROLLO EMOCIONAL PARA EL APRENDIZAJE
EMOTIONAL DEVELOPMENT FOR THE APPRENTICESHIP

Mg. Juan Contreras Vera

Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile
drcontreras@vrt.net

Fecha de Recepción: 10 de mayo de 2015 – **Fecha de Aceptación:** 26 de junio de 2015

Resumen

Dado que entendemos que el aprendizaje no es un esfuerzo de retención mediante una deliberada repetición, sino un proceso continuo de adquisición de habilidades o datos que alcanzan un umbral de significancia, se hace necesario en el proceso educativo favorecer la existencia de un adecuado desarrollo de este umbral que depende necesariamente de los procesos emocionales que cada individuo es capaz de lograr a través de su vida. Un proceso que sigue los patrones biológicos como cualquier otra habilidad, pero que depende por una parte de factores propios genéticos y por otra del ambiente que afecta directa e indirectamente el desarrollo de las emociones de cada persona y la estructuración de su personalidad.

Palabras Claves

Aprendizaje – Escuela – Conducta – Emociones

Abstract

We understood that the apprenticeship is not an effort of retention through a deliberate repetition, but a constant process of acquisition of skills or information which achieve a threshold of importance, it is necessary in the educative process to favor the existence of an adequate development of this threshold which depends on necessarily of the emotional processes, which every person is able to achieve through his/her life. A process that continues the biological patterns like any other skill, but depends on the one hand of genetic typical factors, and on the other hand, from the environment which alter directly or indirectly the development of the emotions of every person and the organization of his/her personality.

Keywords

Apprenticeship – School – Behavior – Emotions

Dado que entendemos que el aprendizaje no es un esfuerzo de retención mediante una deliberada repetición, sino un proceso continuo de adquisición de habilidades o datos que alcanzan un umbral de significancia, se hace necesario en el proceso educativo favorecer la existencia de un adecuado desarrollo de este umbral que depende necesariamente de los procesos emocionales que cada individuo es capaz de lograr a través de su vida. Un proceso que sigue los patrones biológicos como cualquier otra habilidad, pero que depende por una parte de factores propios genéticos y por otra del ambiente que afecta directa e indirectamente el desarrollo de las emociones de cada persona y la estructuración de su personalidad.

Durante la vida escolar, muchos niños se sienten ansiosos, deprimidos, temerosos frente a los aprendizajes, lo cual muchas veces los lleva a experimentar sentimientos de culpa, suponer que no son capaces de aprender, sentir que no pueden hacer las cosas y que al compararse a su grupo de pares se sienten en inferioridad. Esto merma su potencialidad, baja su autoestima y termina por desencadenar muchas veces dificultades de conducta.

Desde muy pequeños, los niños comienzan a experimentar sus emociones a nivel escolar, desde la llegada al primer día de clases, así como al momento de ir adquiriendo hábitos de estudio que le permitirán desarrollar la autonomía y la perseverancia. Sin embargo, muchos de estos niños ni siquiera se conocen a sí mismos y a veces ni siquiera conocen sus emociones ni su potencialidad de desarrollo social; no han tenido la oportunidad de hablar o entender que son sus emociones de alegría ó tristeza, por ejemplo, debiendo reaccionar a la deriva ante situaciones que lo saquen de la rutina, o que no le den en el gusto, ya sea porque no se haga lo que él quiere.

Cada individuo debe ser capaz de desarrollar un conjunto de experiencias en estructuras biológicas, que irán forjando la decisión de lo que es más o menos relevante para su vida. Desarrollar los sentimientos, es educar la inteligencia, esto debe ir desde el conocimiento de las emociones, hasta su regulación. El desarrollo de la motivación y la empatía permiten que finalmente las personas se comuniquen emocionalmente. Si lo anterior no se logra, es posible que se desarrolle apatía, desorden, ignorancia, egoísmo y soledad.

En nuestros estudios, constatamos claramente que aquellos niños que no tuvieron una adecuada socialización ni autonomía en sus primeros años de escolaridad, se presentan con más inseguridades y con más dificultades para enfrentar sus estudios académicos. Aquellos niños que portan dificultades para verbalizar lo que piensan, como lo son en los trastornos del lenguaje, poseen más dificultades para controlar su frustración y se muestran inseguros a la hora de conocer a nuevas personas, llegando incluso a presentar serios problemas de conducta e irritabilidad. Durante la primera infancia, el desarrollo emocional en las personas se va constituyendo en virtud de sus procesos biológicos, determinados por su potencialidad genética y su interacción con su medio ambiente. Los recién nacidos presentan tres estados o expresiones emocionales, como lo son la sorpresa, el placer y el malestar. Esto se manifiesta en el llanto y va evolucionando hacia la aparición de la sonrisa social a los dos meses y la interacción hacia sus padres o las personas que se ocupan de él, ya que hasta los 6 meses no hay distinción de roles, tan sólo es necesario cualquier adulto que satisfaga sus necesidades. Sin embargo, con posterioridad aprenden a reconocer a las personas de confianza y, comienzan a experimentar el temor y el miedo a la separación de ellos.

A los dos años las emociones han ido adquiriendo una complejidad que los acerca hacia un fuerte proceso de socialización, donde comienzan a adquirir una identidad emocional, dejan de jugar solos y comienzan a presentar roles que los acercan al mundo social donde viven y donde conviven día a día como es su familia. Sin embargo, lo anterior no es sólo aplicable para los niños, sino también para los padres o personas a cargo, los cuales deben desarrollar destrezas de comprensión de las emociones que los niños comienzan a dar, aún sin un lenguaje verbalizado claramente desarrollado.

Lo anterior comprende el entender el mensaje que está implícito en sus gestos, posturas y actitudes. Se debe estar alerta y conectado emocionalmente, lo cual significa ser empático (capacidad cognitiva de comprender los pensamientos y deseos que el otro pueda sentir), factor central en el desarrollo emocional de los niños. Padres empáticos permiten que sus hijos lo sean también otorgándoles seguridad y una mejor autoestima, es decir, lo que la persona se dice a sí misma sobre sí misma.

Según nuestros estudios, se debe procurar que los padres limiten el uso de la tecnología, favorezcan los juegos al aire libre en plazas donde deban interactuar con otros niños no conocidos, escuchar música y cantar canciones infantiles. Destinar a lo menos unos 30 minutos de juego por cada hijo que posean de forma individual, llevando toda la atención al niño en esos minutos. Favorecer el contar historias y lectura de cuentos a diario y permitir que los niños puedan explorar las texturas como la arena, el barro y la tierra. Según nuestro criterio, no sólo se deben entregar estos estímulos, si no que además hay regularlos estableciendo los límites que permitan que el niño manifieste sus inquietudes, pero al mismo tiempo, haciéndole ver que son los propios padres quienes toman las decisiones y establecen las prioridades. Aquellos niños con un mayor potencial cognitivo, presentan a más temprana edad una mayor tolerancia y empatía que requiere una estructura de sus acciones, de lo contrario pierden su autorregulación y se vuelven impositivos, dominantes, egocéntricos y con una autoestima disminuida ya que se limita su interacción social.

Para Northrup (2006) el desarrollo de una adecuada autoestima requiere destreza física, comportamiento social amable y correcta en situaciones sociales, autodisciplina, confianza en sí mismo, educación financiera, imagen personal positiva y el desarrollo de talentos que ocupen un lugar importante en la vida del individuo.

Para muchos niños que presentan trastorno de aprendizaje, trastorno de déficit atencional ó bajo rendimiento escolar, es fundamental controlar su autoestima, nuestros estudios sugieren que ésta es el pilar fundamental de inicio de todo proceso de intervención o tratamiento. No es sostenible ni aplicable no considerarlo. Muchas veces no comenzamos un tratamiento en un trastorno de aprendizaje hasta que efectivamente el niño pueda tener dos actividades extracurriculares que le permitan mejorar su autoestima y conocer nuevas personas. No hay aprendizaje por el sólo hecho de leer o hacer una guía, las personas deben sentir la necesidad de hacerlo, porque les es relevante para sus vidas en ese momento.

La emoción, desde la neuropsicología no es una cosa sino un estado de conducta denominado afecto, un sentimiento que es consciente y subjetivo proveniente de un estímulo independiente de donde proceda y de lo que sea. Podemos ser observadores de la conducta de los otros o ser protagonista de dicha emoción.

La emoción puede incluir cuatro componentes de la conducta:

- 1.- La fisiológica: Los individuos manifiestan su emoción a través de una activación o inhibición del sistema nervioso autónomo y central y su interrelación con el sistema endocrino hormonal.
- 2.-Conducta Motora distintiva: La emoción se manifiesta, a través de la expresión facial, el tono de voz y la postura con que una persona se muestra a sí misma y a los otros.
- 3.-Cognición: Se requiere que la persona opere a través de los sentimientos emocionales subjetivos autoinformados, como lo son el sentimiento de amor y odio o el de ser amado u odiado.
- 4.-Conducta inconsciente: La personas toman decisiones de forma intuitiva a partir de una corazonada y sin un fundamento.

Según Damasio, quien propone la hipótesis del marcador somático, las emociones implican aquellas estructuras nerviosas que representan estados del organismo y estructuras que vinculan la percepción de los estímulos externos con los estados del organismo. Los cambios corporales (marcadores somáticos) están vinculados a fenómenos externos y ambos influyen en el procesamiento cognitivo. Hay un control neuronal que abarca estructuras del sistema límbico y la corteza prefrontal para las emociones, así como para los estados corporales lo representa la corteza somatosensorial y parte de los ganglios basales. Según esta hipótesis, la emoción es fundamental para la supervivencia del individuo en un ambiente determinado y se constituyen en una experiencia humana para la toma de decisiones, como lo representa el concepto de las emociones sociales como son los celos, el orgullo y la vergüenza.

Las emociones (sensación subjetiva) se manifiestan entonces a través de la activación del sistema nervioso autónomo. Las modificaciones en la frecuencia cardíaca, sudoración, motilidad gastrointestinal y flujo sanguíneo cutáneo acompañan a las emociones y son la expresión fisiológica de las estructuras neuronales que procesan. Los estudios recientes señalan que las respuestas neuronales del sistema nervioso autónomo son muy específicas con diferentes patrones de activación que caracterizan a varias emociones. En un estudio, los sujetos recibieron instrucciones para simular con sus músculos expresiones faciales reconocibles como enojo, miedo, felicidad y sorpresa, sin que los sujetos supieran cuál era la emoción que estaban reproduciendo. Se les midió la temperatura, frecuencia cardíaca y respuesta cutánea. Los resultados demostraron que mientras la simulación era más real, la respuesta del sistema nervioso autónomo era más fuerte y habitualmente la simulación condujo a una experiencia subjetiva de esa emoción. Lo anterior, manifiesta la relación con el encéfalo y como éste es capaz de interpretar no sólo lo que siente, sino lo que observa (como en el ejemplo), manifestando que el sistema nervioso autónomo está controlado por aferencias provenientes de los órganos internos por estímulos sensitivos y por los estímulos procesado a nivel del encéfalo anterior.

En el caso de Le Doux (2000), sus definiciones de emociones se fundamentan en una emoción como es el miedo, cuya estructura cerebral clave lo representa la amígdala que es capaz de enviar señales al sistema hormonal, sistema nervioso autónomo y tronco encefálico con el objeto de entender que lo que se está sintiendo en ese momento es miedo.

Lo anterior, se adquiere desde temprana edad como lo demuestra un estudio, donde el tratamiento adecuado de las voces humanas con diferentes emociones relacionadas con las amenazas, es de valor adaptativo evolutivamente hablando, para la supervivencia de los individuos. El estudio investigó los correlatos neurales subyacentes al exponer a voces emocionales de miedo e ira a recién nacidos mientras duermen. Datos de potenciales relacionados con eventos, mostraron que la región fronto-central del cerebro neonatal podría discriminar voces temerosas de voces airadas, además la respuesta discriminatoria fue mayor en respuesta a los estímulos de ira, en comparación con los estímulos de miedo. Los autores refieren que aunque la sensibilidad de los recién nacidos a voces relacionadas con las amenazas probablemente no se asocie con una comprensión conceptual de las emociones de miedo y de ira, esta discriminación especial en la vida temprana, puede proporcionar una base para la emoción y el desarrollo posteriores cognición social.

De acuerdo con lo anterior, un niño no sólo puede entender que una expresión facial o una voz determinada es negativa o que un objeto que lleva una persona puesta puede ser peligroso o no, sino también debe comprender el contexto en que se da y el ambiente en que se desenvuelve. Un niño debe ser capaz de abordar sus miedos y temores ya que de no hacerlo afecta su cognición, lo anterior, fundamentado a través de los circuitos amigdaliano-prefrontal, que desempeñan un papel importante en la formación de pensamientos sobre estímulos que producen miedo, por lo que una modificación de dicha relación puede llevar a la persona a experimentar trastorno de ansiedad donde sea difícil extinguir miedos aprendidos o suprimir miedos importantes.

Finalmente, el conocimiento y desarrollo de las emociones puede ser considerado un buen predictor de la trayectoria de vida de una persona, el desarrollo de la moderación, persistencia, conciencia en sí mismo, sumado a lo ya explicado, se han transformado con los años en habilidades no cognitivas de la mayor relevancia para el desarrollo de las personas.

Un sinnúmero de estudios en la última década han estado reportando que el bienestar emocional se relaciona positivamente con el éxito futuro, los niños con estas habilidades tienden a hacer mejor su trabajo, tener matrimonios más largos y estar menos propensos a padecer depresión y ansiedad e incluso a estar físicamente más saludables. Se establecen redes neuronales protectoras a nivel prefrontal que le permiten a las personas recuperarse de manera más rápida de experiencias infelices, esto explica por qué algunos niños puede permanecer abatido por algún evento durante días o semanas mientras que otro tan sólo horas. Además, esta red neuronal mejora el control de los impulsos, el razonamiento abstracto, la planificación a largo plazo y la memoria de trabajo.

Un meta-análisis de 2011 de los programas de aprendizaje socio emocional en Estados Unidos, encontró que aquellos estudiantes que recibieron instrucción socioemocional obtuvieron un promedio de 11 puntos porcentuales más altos en las pruebas estandarizadas. Un estudio similar encontró una disminución de casi 20 por ciento en la conducta violenta o delincinencial.

Las personas deben tener la capacidad de tomar la nueva información emocional y poder cambiar a partir de ella, generando la habilidad de trabajar con otros en una proceso adaptativo. Sin embargo, las emociones no consideradas de alegría o correctas son generadoras de cambios también. La tristeza, en esencia, otorga ventajas comparativas cuando se encuentra en un equilibrio, donde se debe aprender a manejarla.

Estar con un ánimo un poco triste, le permite a las personas mejorar en el análisis o la edición de un documento escrito centrándose más en los detalles, mientras que las personas un poco enojadas son más capaces de discriminar entre argumentos débiles y fuertes.

Con todo lo anterior, se debe buscar un desarrollo emocional equilibrado, donde las personas y los niños aprendan a dar nombre a los sentimientos y orientarlos a su desarrollo, donde los adultos tanto padres como educadores actúen con empatía, alabando lo positivo y enseñando con el ejemplo. Esto les permite a todos y en particular a los niños ir conociendo cuál es su umbral de significancia y a su vez permitiendo la fijación de experiencias y conocimientos que determinarán el aprendizaje.

Referencias

- Bar-on, R. (1997). *Emotional Quotient Inventory: Technical Manual*. Toronto. Multi-Health systems.
- Campbell, R. (1986). Asymmetries of facial action: some facts and fancies of normal face movement. In *the neuropsychology of face perception and facial expression*. Hillsdale.
- Casado, J. (2011). *Guía de Salud Infantil para Padres*. Madrid. Editorial Reditar.
- Glennon, W. (2010). *La Inteligencia emocional de los niños*. Madrid. Editorial ONIRO.
- Le Doux, J. (2000). *El Cerebro emocional*. Barcelona. Editorial Planeta.
- Mayer, D y Salovey, P. (1997). "What is emotional intelligence?" *Emotional development and emotional intelligence: implications for educators*. New York. Basic Book.
- Milicic, N. (2009). *Hijos con autoestima positiva*. Santiago. Editorial Norma.
- Northrup, C. (2006). *Madres e Hijas*. Madrid. Ediciones Urano.
- Peña-Casanova, J. (2007). *Neurología de la Conducta y Neuropsicología*. Buenos Aires. Editorial Panamericana.
- Purves, D. (2002). *Invitación a la Neurociencia*. Buenos Aires. Editorial Panamericana.
- Seitún, M. (2011). *Criar Hijos Confiados, motivados y seguros*. Buenos Aires. Editorial Grijalbo.
- Smith, O. (1984). *Central neural integration for the control of autonomic responses associated with emotion*. Annu. Rev. Neurosci.7:43-65.
- Zhang, D. Y Liu, Y. (2014). Discrimination of fearful and angry emotional voices in sleeping human neonates: a study of the mismatch brain responses. *Front Behav Neurosci*. Dec 4;8:422.

Para Citar este Artículo:

Contreras Vera, Juan. Desarrollo emocional para el aprendizaje. Se hace historia al recordar. Rev. Pas. Num. 1. Julio-Diciembre (2015), ISSN 2448-5659, pp. 12-19.

REVISTA PASAJES

RIIE – UIICSE – FESI - UNAM

Las opiniones, análisis y conclusiones del autor son de su responsabilidad y no necesariamente reflejan el pensamiento de la **Revista Pasajes**.

La reproducción parcial y/o total de este artículo debe hacerse con permiso de **Revista Pasajes**.