



Dimensión:

“Emociones frente al grupo”



### Para reflexionar...

- ¿Crees que los docentes han cambiado de actitud hacia su labor con el paso del tiempo?
- ¿Crees que sus emociones influyen en su práctica como docente en el aula?

Para trabajar con:  
Docentes

### Nuestro objetivo:

Que los docentes reflexionen acerca de las diversas emociones que experimentan cuando están frente al grupo y saber cómo pueden manejarlas.

Tiempo de planeación:  
5 min.

### Condiciones y materiales deseables:

Se requiere un salón o espacio cómodo para trabajar con docentes.

Duración estimada:  
20 min.

### Paso a paso:

1. Se solicita a los docentes que escojan una pareja para trabajar el ejercicio.
2. Posteriormente, se pide que recuerden y comenten con su pareja lo siguiente:
  - Del primer día que estuvieron frente a grupo como docentes ¿qué emoción tuvieron?, ¿era agradable o desagradable?, ¿cómo reaccionaron ante esa emoción?, ¿recuerdan si la emoción prevalecía al terminar la clase?
  - De la última clase que dieron ¿qué emoción prevaleció en ustedes?, ¿cómo reaccionaron ante esa emoción?
  - De la mejor experiencia que han tenido como docentes ¿qué sintieron?, ¿cómo reaccionaron?
  - De la peor experiencia que han tenido como docentes ¿qué sintieron?, ¿qué les hubiera gustado hacer diferente?
3. Ahora en sesión plenaria, los docentes comparten las experiencias y reflexionan utilizando las siguientes preguntas: ¿Qué emociones identifican haber vivido?, ¿cómo reaccionaron frente a esa situación? Revisen en qué se parecen sus reacciones y en qué son diferentes. ¿Qué han aprendido de las reacciones que tienen cuando están frente al grupo?, ¿qué pueden compartir de esas experiencias que les ayuden a sus compañeros?

Habilidades generales en entrenamiento



Habilidades específicas en entrenamiento



### Para terminar...

¿Cómo será una mejor persona?, ¿cómo seremos una mejor comunidad?

De acuerdo a Daniel Goleman –teórico de la inteligencia emocional– *El manejo de las emociones es la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos.*



**Recuerda consultar las referencias de las actividades Construye T en nuestro sitio [www.sems.gob.mx/construyet](http://www.sems.gob.mx/construyet)**