



## Multiverso de las emociones

Sería genial que en las escuelas existieran “filtros emocionales” en donde se disparan pistolas infrarrojas de temperatura y aparecieran los niveles de felicidad, amor, gratitud, tristeza, miedo, ira, estrés y todo lo que el estudiante está sintiendo. Y en lugar del gel sanitizante, poder ofrecer la contención necesaria para canalizar sus emociones asertivamente, sin embargo, la ciencia aún no inventa esos detectores emocionales y es ahí donde las maestras y los maestros jugamos un papel importante para contribuir al bienestar emocional de nuestros estudiantes. Esta buena práctica denominada “Multiverso de las emociones” tiene el cometido de compartir actividades ideadas por docentes para docentes que permitan trabajar con la socioemocionalidad de toda la comunidad escolar.

**Nombre completo:** Roque Vizael Hernández Cruz

**Función y nombre de la escuela:** Consejo Técnico Escolar de la  
Telesecundaria No.647 Venustiano Carranza

**Municipio y entidad federativa:** La Ceiba, Simojovel, Chiapas

### Ubiquemos nuestra Buena Práctica

**Categoría:** Componentes socioemocionales

**Nivel y modalidad educativa:** Secundaria/Telesecundaria

**Grados escolares:** 1°, 2° y 3°

**Turno:** Matutino

## Fines perseguidos

En la Telesecundaria No. 647 “Venustiano Carranza”, ubicada a hora y media de la cabecera municipal de Simojovel de Allende, Chiapas; asisten alumnos de diversas comunidades aledañas, los cuales caminan más de dos horas diarias para llegar a la escuela. Hay un total de 155 estudiantes; 99 varones y 56 mujeres, distribuidos en tres grados escolares y atendidos en 6 grupos con el mismo número de docentes.

La escuela es parte de una comunidad indígena tzeltal con muy alto grado de marginación. No hay internet ni telefonía, se carece de servicios básicos y la energía eléctrica es inestable. Además, sus tradiciones son muy arraigadas, por lo que el machismo sigue imperando, esto se ve reflejado en la población estudiantil, pues cerca del 75% son varones y el 25% son mujeres, de ellas, la gran mayoría desertan por usos y costumbres.

Muchos de las y los estudiantes a pesar del nivel educativo que cursan no saben leer ni escribir, tienen poco dominio en las operaciones matemáticas básicas y han perdido la motivación por asistir a la escuela demostrando poco manejo sus emociones que los orilla a no concluir sus estudios, de ahí la iniciativa de generar esta buena práctica.



Durante la pandemia, la comunidad se opuso a las vacunas y a cumplir con filtros sanitarios básicos, lo que obstaculizó el cumplimiento de las medidas requeridas para impartir clases con la nueva normalidad, agudizando los problemas de ausentismo, deserción y los índices de reprobación escolar.

### **Objetivo general:**

Generar un proyecto didáctico que contribuya a abordar el tema de las emociones y así motivar a las y los estudiantes a lo largo del ciclo escolar.

### **Objetivos específicos:**

- Implementar actividades didácticas que contribuyan a que las y los docentes identifiquen las emociones de sus estudiantes y los ayuden a fomentar el manejo adecuado de las mismas.
- Organizar la “semana de las emociones” a través de la interdisciplinariedad con las distintas asignaturas motivando a los estudiantes a aprender y concluir la educación secundaria.
- Intercambiar experiencias docentes exitosas realizadas en los distintos grupos escolares durante los Consejos Técnicos con la finalidad de adaptarlas a cada grupo.

### **Puntos clave de la práctica**

Cuando se identificó el aumento del ausentismo escolar, las maestras y los maestros se dieron a la tarea de realizar visitas domiciliarias por las tardes para averiguar ¿por qué los alumnos no asistían a la escuela? Dentro de las principales respuestas que las madres y padres dieron respecto a la ausencia de sus hijas e hijos se encontró: **1)** que no les gusta estudiar; **2)** caminan mucho y no hay quien los acompañe; **3)** no entienden lo que enseñan; y la más preocupante **4)** es que ya no quieren estudiar y no se les puede obligar.

Estas respuestas encendieron los focos rojos en el colectivo docente, y llevó a reflexionar la pregunta ¿qué estamos haciendo mal? Sin embargo, en lugar de gastar energías en los por qué se optó por enfocarse en el cómo lograr que los alumnos se motiven a concluir sus estudios.

Desde el inicio del ciclo escolar 2022-2023 se planteó en el Programa Escolar de Mejora Continua la realización actividades diarias para motivar a las y los estudiantes: lectura de reflexiones emotivas al inicio de clases, llenado del diario personal, activación física a través de los sentidos, frases y algunas actividades cotidianas de no más de diez minutos para comenzar las clases, las cuales se realizaron durante el primer trimestre del ciclo escolar, dando resultados satisfactorios tanto que los niveles de ausentismo escolar disminuyeron considerablemente.

Luego de reflexionar sobre el éxito de las actividades motivacionales implementadas en el primer trimestre; durante el taller intensivo de Formación continua para docentes, se eligió el campo formativo “de lo humano y lo comunitario”. Para abordar la educación socioemocional y tutoría; fue así que al elaborar el programa

analítico colegiado se planeó la estrategia “la semana de las emociones” para realizarla del 16 al 20 de enero del 2023 adecuando actividades de forma transversal e interdisciplinariamente.

Con la premisa de *dejar atrás viejas costumbres para dar paso a lo nuevo* es cómo surge esta Buena Práctica. La cual consistió en que cada docente, de acuerdo a las características de su grupo, aplicaría durante una semana actividades creativas, prácticas, emotivas, así como juegos divertidos encaminados a que sus alumnas y alumnos aprendan a expresarse, a sentir, convivir, compartir, relacionarse con sus compañeros, hacer conexión con papá y mamá, pero sobre todo que logren disfrutar la escuela, encuentren la motivación para ser felices, seguir aprendiendo y compartiendo con todos.

Durante la “semana de las emociones”, se llevaron a cabo las siguientes actividades con cada uno de los grupos escolares:

|                                             |                                  |                                           |
|---------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------|
| -Emociometro                                | -Sanando corazones rotos         | -Lotería de las emociones                 |
| -Mensajes del corazón                       | -Empatía para todos              | -Adiós a lo negativo                      |
| -Oca de las emociones                       | -Intensamente                    | -Frasco de las emociones                  |
| - “Los sentimientos juegan a las escondidas | -Reconociendo nuestras emociones | -Emociones con madres y padres de familia |
| -El dado emocional                          | -Buzón de las emociones          | -Recetario de las emociones               |
| -Excursión entre amigos                     | -Diario de las emociones         | -Periódico Mural de las emociones         |
| -Cocinemos con emoción                      | -Ruleta de bienvenida            | -Educar en valores con padres             |
| -Festival de las emociones                  | -Mi museo escolar                | -Tendedero de las emociones               |
| -Recetario poético                          | -Lluvia de sentimientos          | - Recetario de las emociones              |

La descripción de las actividades, así como la reacción de los grupos escolares está incluida dentro del **QR anexo**, en donde se explica con precisión las instrucciones, para que puedan ser reflexionadas por el lector y adaptadas al contexto escolar de tal manera que su aplicación sea enriquecedora para la mayor cantidad de estudiantes posibles.

La razón por la que denominamos a esta Buena Práctica “Multiverso de las emociones” es que, así como en las películas de ciencia ficción nos dicen que existen mundos paralelos en donde somos las mismas personas, pero con diferentes destinos y vidas, lo mismo sucede con los alumnos (y también los maestros). Detrás de las distintas expresiones faciales, existe un universo multifacético de emociones, detrás de un mal comportamiento, de una timidez o extroversión, puede haber un sinfín de problemas que afectan directamente o indirectamente lo que el alumno quiere, siente o necesita; por eso, el formar estudiantes resilientes con el manejo asertivo de emociones y lograr que sean felices al llegar a la escuela.



## Principales cambios observados

Los cambios observados en nuestros estudiantes durante y después de la “semana de las emociones” y la puesta en marcha de las actividades descritas fueron:

- Mejora del estado de ánimo de las y los estudiantes
- Mayor interacción de las alumnas y los alumnos de comunidades vecinas
- La asistencia escolar diaria aumentó significativamente
- La responsabilidad en la entrega de tareas mejoró
- Mejor convivencia escolar entre pares, incluso entre comunidades
- El compromiso de maestras y maestros para con sus estudiantes aumentó
- Las alumnas y los alumnos se observan más participativos y motivados
- Mayor compromiso de las madres y padres de familia luego de las actividades con sus hijas e hijos (era la primera vez que llegaban a la escuela para convivir)
- Los maestros compartieron sus experiencias e intercambiaron actividades, adaptándolas e ideando muchas más para aplicarlas en los distintos grupos escolares
- En el ambiente se percibió felicidad y armonía en la dinámica escolar

Muchos de los puntos expuestos en este apartado pueden no ser medibles o cuantificables, sin embargo, recordemos que el comportamiento humano no es predictivo, por lo tanto, podemos afirmar que esos cambios son observables y vibracionales. Es decir, los sentimos en el interactuar diario, lo que da pauta a decir que esta “buena práctica” es realmente exitosa en nuestro contexto poco afectivo por usos y costumbres, ya que fue observable la felicidad de toda la comunidad escolar.

## Entre colegas: recomendaciones para hacer uso de la estrategia o de sus componentes

Los resultados y alcances de este “Multiverso de las emociones”, han servido para reflexionar en nuestro equipo docente. Es necesario escuchar las opiniones de todos, cobijados con la premisa del trabajo de equipo: “como director podré ser la cabeza de la escuela, pero los maestros y alumnos son el cuerpo... y finalmente la cabeza se mueve a donde el cuerpo termina por llevarla”. Por tal razón en colegiado siempre se comparten opiniones sobre las problemáticas escolares que impiden la educación de excelencia que se busca; a través de esa sinergia y trabajo colaborativo lejos de sorprendernos por los problemas escolares nos preocupamos mejor por resolverlos.

Lo que se recomienda para implementar la estrategia es que las y los docentes traten de responder la interrogante ¿qué podemos hacer para motivar a las y los estudiantes a seguir en la escuela? convencidos de que si existe algo que inspire a nuestros estudiantes a llegar a la escuela hará que asistan con la mejor actitud; creemos que la sonrisa diaria es lo que dará a los alumnos esa felicidad que los motive a seguir estudiando.

Las actividades propuestas son iniciativas de las y los docentes de la escuela con el fin de lograr que los adolescentes se comprendan mejor; es necesario que el lector identifique la estrategia que más se ajuste a su contexto para adaptarla a las características individuales y grupales para que los resultados sean los mejores. **Se podrá pensar que las actividades son muy ordinarias, sin embargo, es el maestro quien las puede hacer extraordinarias para la vida de sus estudiantes.**

### Material multimedia de soporte

A continuación, la evidencia del trabajo realizado: el contexto y la problemática resuelta son las que hacen de este “Multiverso de las emociones” una buena práctica. (al compartir las experiencias con las madres y padres de familia, sin dudarlos nos autorizaron para poder compartir las fotos de ellos y de sus hijos e hijas):



Evidencias fotográficas anexo Qr1:



Descripción de las actividades y resultados por grados Qr2:



### Otros trabajos realizados por el colectivo docente:

Revista: “Pozolito de cacao para el alma del maestro”

Revista: Turulete, caballito, gznate, nuegadito y mucho más:

[https://drive.google.com/drive/folders/1pko3YgUGRhYzRizDNdokuNAYLxFjvvM?usp=share\\_link](https://drive.google.com/drive/folders/1pko3YgUGRhYzRizDNdokuNAYLxFjvvM?usp=share_link)



<https://youtu.be/JutFSHSntt4>

### Datos de contacto:

Correo electrónico: [rokito1985@gmail.com](mailto:rokito1985@gmail.com)

WhatsApp: 9616031801