

5.3

Las emociones para el trabajo colaborativo

Introducción

Trabajar las emociones tiene un papel determinante ya que éstas juegan un papel protagónico en las relaciones interpersonales. Identificarlas, nombrarlas y autorregularlas permite tener un autoconocimiento más profundo y dar respuestas favorables según los contextos. El trabajo colaborativo precisa desarrollar la inteligencia emocional y favorecer aquellas emociones que faciliten la búsqueda colectiva de la satisfacción de las necesidades de todos.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes identifiquen las emociones y disposiciones mentales que les facilitan u obstaculizan el trabajo colaborativo.

¿Por qué es importante?

Porque las emociones están presentes en toda relación e identificarlas y trabajarlas favorece al trabajo colaborativo.

Concepto clave

Emociones

Orientaciones didácticas

Duración total: 20 minutos.

- Los tiempos asignados a cada actividad son sugeridos.

2 min. Grupal

Introducción para los estudiantes

- Lea o invite a alguno de los estudiantes que lean la introducción, la cita y *El reto es*.
- Recapitule el texto de los apartados y promueva su reflexión. Puede preguntar al grupo qué conocen sobre las emociones. Esto permitirá recuperar conocimientos previos e iniciar con las actividades de la variación.

7 min. Individual

Actividad 1

Reconozco mis emociones.

- Indique al grupo que esta actividad les permitirá reconocer cómo las emociones pueden facilitar el trabajo colaborativo.
- Pida a sus alumnos que recuerden una situación en la que hayan trabajado colaborativamente y presen atención a las emociones que sintieron en ese momento y si creen que lo facilitaron.

Comunicación

5.3

Las emociones para el trabajo colaborativo

"Toda persona que finalmente descubre su valor, ha recogido sus maletas del orgullo y se ha subido a un vuelo hacia la libertad, que ha aterrizado en el valle del cambio".
Shannon L. Alder

Todos nuestros recuerdos, hasta el más antiguo, están relacionados a una emoción. Todo el tiempo estamos sintiendo y lo que vamos viviendo altera nuestro ánimo. Es innegable que las **emociones** son motores que determinan nuestras actitudes, para bien o para mal. Autorregular cualquier emoción es importante para alcanzar los objetivos que nos hemos trazado. Por ejemplo, el miedo puede hacer que estemos alerta, pero si no se autorregula, se inmoviliza; la alegría puede llevarte a tomar decisiones con seguridad, pero si se desborda, debido a la euforia, quizás las tomes abruptamente. Por ello, es importante tener presentes nuestras emociones y autorregularlas. **El reto es** identificar emociones y disposiciones mentales que facilitan u obstaculizan el trabajo colaborativo.

Actividad 1.

Recuerda una ocasión en la que hayas trabajado en equipo. Enlista las emociones que crees que, en ese momento, facilitaron el trabajo. Completa la siguiente tabla con las emociones y con la razón por la que crees que beneficiaron el trabajo colaborativo.

Emociones	Razones por la que benefició el trabajo colaborativo

Actividad 2.

Reúnete con dos compañeros y compartan sus tablas. Reflexionen sobre las emociones y razones en las que coincidieron.

- Ahora, imaginen una situación de trabajo en equipo y elijan una de las siguientes emociones: miedo, tristeza, enojo, alegría y desagrado. Piensen qué pasaría si no se autorregula cualquiera de ellas. ¿Facilitaría el trabajo en equipo? ¿por qué?
- En tu cuaderno contesta a la siguiente pregunta: ¿Cuál es la importancia de autorregular las emociones para trabajar en equipo?

www.sems.gob.mx/construyet

Colaboración | 1

- Solicite que completen la tabla de la variación, escribiendo las emociones que reconocieron y señalando las razones por las que creen que beneficiaron al trabajo colaborativo.

7 min. Equipos

Actividad 2

Reconocemos las emociones y su autorregulación en el trabajo colaborativo.

- Solicite a sus estudiantes que formen equipos de tres personas y que compartan los resultados de la actividad 1.
- Pida que imaginen una situación en la que deban trabajar en equipo.
- Solicite que elijan una de las siguientes emociones: miedo, tristeza, enojo, alegría y desagrado.
- Indique que imaginen que alguno de los integrantes del equipo no regula la emoción elegida y que respondan si creen que facilitaría el trabajo en equipo.
- Pida que escriban en su cuaderno cuál es la importancia de autorregular las emociones para beneficiar el trabajo colaborativo.

2 min. Grupal

Reafirmo y ordeno

Lectura y análisis del texto.

- Pida a un estudiante que lea en voz alta el texto, y al resto del grupo que siga la lectura en silencio.
- Si le es posible, puede comentar una conclusión breve o solicitar a dos estudiantes que mencionen sus aprendizajes.

1 min. Individual

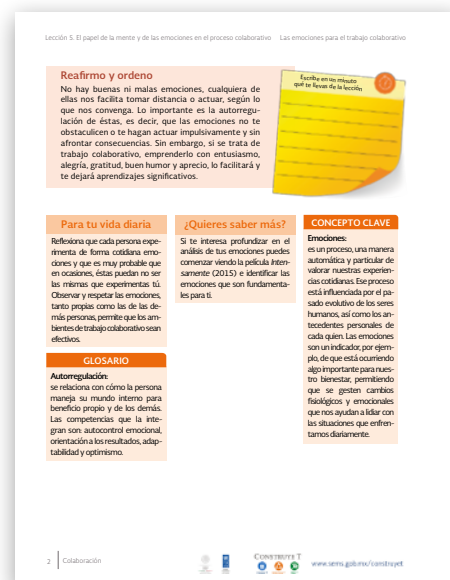
Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

- Pida a los estudiantes que escriban en su cuaderno, o donde estén realizando las actividades, los aprendizajes más significativos de la variación.

1 min. Grupal

Para tu vida diaria, ¿Quieres saber más?, Concepto clave

- Invite a sus estudiantes a poner en práctica las actividades que se sugieren y a consultar la información adicional que aparece en estas secciones. En *¿Quieres saber más?* encontrarán información para profundizar en el análisis de sus emociones.



Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Aplicaciones para el aula y su vida diaria:

Constantemente, al organizar trabajos en equipo, pregunte por las emociones como parte de la socialización. Resalte cuáles emociones favorecen el ambiente escolar y el logro de metas compartidas. Organice dinámicas de cooperación en las que ponga en juego las emociones; para ello, puede recurrir a los libros de Paco Cascón, *Alternativa del juego 1 y 2*, en la que encontrará juegos y dinámicas utilizables en diferentes contextos de la educación para la paz, los derechos humanos y el desarrollo.

En caso de crisis emocional:

Si los temas o actividades de las variaciones provocan en los estudiantes emociones desagradables, reacciones de llanto, alzar el tono de voz o deseos de no continuar con las actividades, le sugerimos detenerse un momento. Puede brindarle las opciones de continuar con la actividad o salir del salón a tomar aire fresco y realizar respiraciones profundas, atendiendo a las sensaciones del cuerpo, con el fin de que pueda mantener la calma. Si detecta que se trata de un caso difícil que usted no puede manejar, es deseable que lo canalice a las autoridades escolares competentes, orientador o psicólogo escolar.

Equidad e inclusión educativa:

Se recomienda incluir por igual a todos los estudiantes en las actividades de las variaciones, poniendo énfasis en aquellos con discapacidad, alumnos en situación de calle, con aptitudes sobresalientes, con enfermedades crónicas, entre otras condiciones. Si tiene dudas puede consultar el documento *Equidad e Inclusión (Modelo educativo)*. México: SEP, 2017) en <http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/12302/1/images/equidad-e-inclusion.pdf>

Evaluación de la lección

De acuerdo con las siguientes afirmaciones, seleccione la opción que refleje su opinión.

Rubro	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Al menos el 50% de estudiantes identificaron cómo las emociones y su autorregulación facilitan u obstaculizan el trabajo colaborativo.					
Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en las actividades.					
Se logró un ambiente de confianza en el grupo.					
¿Qué funcionó bien y qué efectos positivos se observaron al realizar las actividades?					
Dificultades o áreas de oportunidad					
Observaciones o comentarios					