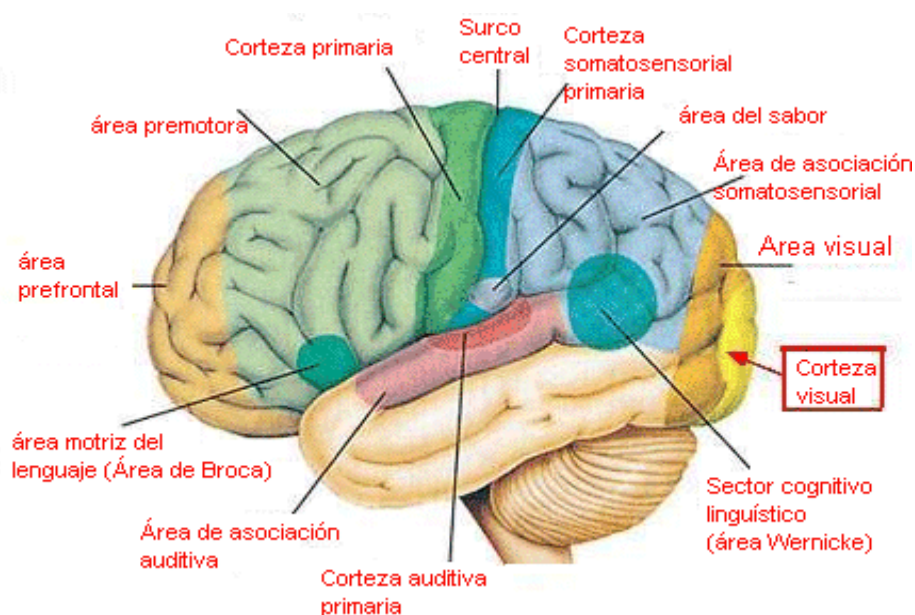


Monografías: Curso de Capacitación Docente en Neurociencias

Alumna: Romina Bussalino

Trabajo práctico final

Neurosicoeducación



Nuestro cerebro es una gran y compleja máquina que se ocupa de la supervivencia. Nuestro cerebro tiene dos grandes hemisferios.

Estos son el hemisferio izquierdo y derecho, constituido por dos mitades unidas por una compleja red de fibras nerviosas que forman un grueso “cable” llamado cuerpo calloso. La conexión con el sistema nervioso determina que el hemisferio izquierdo controla la parte derecha del cuerpo, y el hemisferio derecho controla el lado izquierdo.

Cada parte del cerebro está a cargo de diferentes procesos mentales:

Hemisferio izquierdo	Hemisferio derecho
Lógica	Emociones
Razonamiento	Música
Lenguaje	Imaginación
Números	Imágenes

Análisis	Color
Linealidad	Reconocimiento de formas
Abstracciones	Creatividad general

El sistema límbico, también llamado cerebro medio, o cerebro emocional, es la porción del cerebro situada inmediatamente debajo de la corteza cerebral, y que comprende centros importantes como el tálamo, hipotálamo, el hipocampo, la amígdala cerebral. Es aquí dónde se originan las **emociones**.

El sistema límbico esta siempre en interacción con la corteza cerebral. Si se produce una transmisión de señales esto posibilita que el sistema límbico y el neocortex hagan un trabajo juntos, y esto explicaría nuestro control sobre las emociones.

Este sistema está constituido por tres elementos fundamentales con funciones específicas:

- ❖ El tálamo, que envía mensajes sensoriales al neocórtex cerebral (el neocórtex se considera la parte pensante del cerebro).
- ❖ El hipocampo: se cree que juega un papel muy importante en la memoria y la interpretación de aquello que percibimos.
- ❖ La **amígdala**, es el centro de control emocional

En el ser humano, estos son los centros de la afectividad, es aquí donde se procesan las distintas emociones y el ser humano experimenta penas, angustias y alegrías. Estas emociones dirigen el curso de nuestras vidas. Poseemos emociones primarias y secundarias. El poder ser consciente de nuestras propias emociones (alegría, ira, aceptación, miedo, sorpresa, expectación, tristeza, aversión) y saber manejarlas, como así también entender el de las otras personas se denomina inteligencia emocional.

Estas emociones son impulsos para actuar y cada emoción prepara al cuerpo para tener distintas reacciones.

Tanto los animales como los seres humanos poseemos un cerebro emocional; sin embargo sólo los humanos podemos ser educados para controlar nuestras propias emociones.

Es por todo esto que considero de suma importancia, y lo reafirmo luego de haber realizado esta curso de neurosicoeducación, lo esencial de educar en las escuelas desde una manera mas eficiente, logrando una enseñanza más integral. Pudiendo conocer como funciona verdaderamente nuestra UCCM y cómo nuestro medio, lugar donde nos desarrollamos, nuestro comportamiento y nuestras ideas, pensamientos, se ven afectados. De esta manera, podremos estar atentos y conscientes a nuestras necesidades y a lo que los demás también desean; logrando así una mejor comprensión de lo que sucede y de aquellas cosas que debemos cambiar para lograr así nuestra supervivencia. Es por todo esto, que es de suma importancia que todos estos conocimientos sean comunes a todas las personas, para que estas puedan llevarlos a la práctica a diario.

Goleman (1995) definió la inteligencia emocional como la capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de automotivarnos, y de manejar de manera positiva nuestras emociones, sobre todo aquellas que tienen que ver con nuestras relaciones humanas. La inteligencia emocional es para él una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc., que configuran rasgos de carácter, como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, indispensables para una buena y creativa adaptación social.

Me gustaría terminar este trabajo final compartiendo este cuentito de autor desconocido:

COMPARTE TU MAIZ



En cierta ocasión un reportero le preguntó a un agricultor si podía divulgar el secreto de su maíz, que ganaba el concurso al mejor producto, año tras año. El agricultor confesó que se debía a que compartía su semilla con los vecinos.

— "¿Por qué comparte su mejor semilla de maíz con sus vecinos, si usted también entra al mismo concurso año tras año?" preguntó el reportero.

— "Verá usted, señor," dijo el agricultor. "El viento lleva el polen del maíz maduro, de un sembradío a otro. Si mis vecinos cultivaran un maíz de calidad inferior, la polinización cruzada degradaría constantemente la calidad del mío. Si voy a sembrar buen maíz debo ayudar a que mi vecino también lo haga".

Lo mismo es con otras situaciones de nuestra vida. Quienes quieran lograr el éxito deben ayudar a que sus vecinos también tengan éxito. Quienes decidan vivir bien, deben ayudar a que los demás vivan bien, porque el valor de una vida se mide por las vidas que toca. Y quienes optan por ser felices, deben ayudar a que otros encuentren la felicidad, porque el bienestar de cada uno se halla unido al bienestar de todos.

Romina Bussalino

27773200

Bibliografía: Apuntes de clases