

La paciencia, aspecto importante en la educación

Jesús Humberto López

Universidad de Nariño

Licenciatura en Informática

IX Semestre

cuidaesteplaneta@gmail.com

La paciencia se ha convertido en uno de los pilares fundamentales en la educación, es por eso por lo que, en muchas ocasiones, es un reto constante para los docentes que llevamos a cabo el proceso de enseñar. El día a día de las clases puede volverse rutinario, abrumador y un poco agotador.

En la práctica docente, en muchas ocasiones es muy difícil llevar la teoría a la práctica. En la academia se aprende que se debe tener paciencia con los estudiantes se aprende la teoría, pero la práctica de la teoría es muy distinta. Los niños de un salón de clase pueden cambiar radicalmente en situación de silencio a indisciplina, el solo hecho de girar por un instante y observar que todo el curso permanezca de pie, jugando, haciendo cosas diferentes a las de la clase, se convierte en un aspecto desmotivador.

En el quehacer del docente, cuando se realiza la planeación de clases, no se planea cómo tener paciencia con los estudiantes en situaciones que se pueden presentar durante la clase, sin embargo, se lo debería hacer. La importancia de la paciencia en los docentes crear un entorno de aprendizaje positivo, la paciencia es una virtud fundamental que moldea el

carácter del educador.

Paciencia. La paciencia demuestra que comprendemos y aceptamos el hecho de que, a veces, las cosas se tengan que desplegar cuando les toca. Permitir que las cosas sucedan a su debido tiempo. La práctica de la paciencia nos recuerda que no tenemos que llenar de actividad e ideas nuestros momentos para que se enriquezcan. Tener paciencia consiste sencillamente en estar totalmente abierto a cada momento, aceptándolo como tal. (Mañas, Franco, Gil & Gil, 2014, p.7)

Esta estrategia es adecuada pero no es tan fácil realizarla en el aula, los profesores enfrentan una variedad de personalidades, velocidades de aprendizaje, estado de ánimo, indisciplina y desafíos que requieren mayor calma, control y paciencia.

Weber (1987) afirma:

“Patient teachers perceive the aggressive child as the opponent, and are liable to set up an adversarial relationship in which they feel justifiably provoked into action against the child” (p.53)

Debemos entender, que no hay que caer en situaciones que pasen la pequeña línea que hay entre tener paciencia o perder la paciencia que se tenga. En la práctica docente se puede ser mucho más pacientes a través de la práctica, se logrado al establecer expectativas claras buscando que los estudiantes entiendas las expectativas y normas del aula. La claridad puede reducir la frustración y mejora la colaboración, de igual manera

proporcionar alternativas, siempre que sea posible. Esto les brinda un sentido de control y puede reducir la resistencia también podemos celebrar los logros que aprenden, esto origina un ambiente positivo. La práctica de lo da buenos resultado permitido desarrollar el autocontrol para no perder la paciencia.

El autocontrol, en el educador contemporáneo debe ser considerado como una habilidad y capacidad elemental para el adecuado funcionamiento profesional, por ello, el sistema educativo debe enfatizar en reajustar el perfil docente y articular estrategias socioemocionales para reducir acciones impulsivas, frustración, desequilibrio emocional y pérdida de la paciencia del maestro, que a su vez, posibiliten la permanencia, continuidad y cumplimiento del proceso enseñanza-aprendizaje en el estudiante. (Delgado & Henríquez, 2021, p.167)

Respecto a lo anterior, las estrategias socioemocionales se deben fortalecer, en primer lugar, es esencial fomentar la empatía, cultivando la capacidad de comprender y compartir las experiencias emocionales de los demás. Esto contribuye a la construcción de relaciones saludables y fortalece el tejido social. Asimismo, la regulación emocional se presenta como una herramienta crucial, permitiendo a las personas gestionar eficazmente sus emociones, Integrar la inteligencia emocional en el ámbito educativo, promueve un ambiente positivo y colaborativo, donde la comunicación efectiva y el trabajo en equipo convergen. En última instancia, las estrategias socioemocionales no solo moldean la forma en que interactuamos con los demás, sino que también influyen en nuestra percepción de nosotros mismos, fortaleciendo la

autoconciencia y promoviendo un bienestar duradero.

Roberts (2013) afirma:

“patience becomes an active and positive cognitive state.” (p.4)

La paciencia activa se refiere a mantener la calma y la compostura mientras esperas algo o lidias con situaciones difíciles. En lugar de simplemente soportar pasivamente la espera o las dificultades, al mantener una actitud positiva y controlada. Un estado cognitivo positivo se refiere a una mentalidad o conjunto de pensamientos que son optimistas, constructivos y favorables, en términos simples, es cuando tu mente está enfocada en pensamientos positivos en lugar de negativos.

Los profesores pacientes tienden a ser más comprensivos, lo que facilita que los estudiantes se acerquen a ellos con preguntas o preocupaciones, en resumen, la paciencia no solo hace que la enseñanza sea más efectiva, sino que también construye relaciones sólidas y fomenta la confianza en el aula.

Para finalizar, algunas estrategias que pueden contribuir en el desarrollo de la paciencia son las siguientes:

1) **Establecer Metas Realistas:** definir metas alcanzables evita la frustración por expectativas poco realistas y fomenta una perspectiva a largo plazo.

2) **Desarrollar la Empatía:** ponerse en el lugar de los demás fomenta la comprensión y la tolerancia, elementos clave

de la paciencia.

3) **Ejercicio Regular:** la actividad física libera tensiones y promueve la liberación de endorfinas, lo que contribuye a mantener la calma.

4) **Aprender de los Errores:** ver los contratiempos como oportunidades de aprendizaje promueve una actitud más paciente hacia los desafíos.

5) **Establecer Tiempos de Descanso:** concederse momentos de pausa puede ayudar a recargar energías y reducir la impaciencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Delgado, J., & Henríquez, M. (2021). Importancia del autocontrol docente frente al rol profesional. *Polo del conocimiento*, 6(4), 153-172. Recuperado de <https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/download/2545/5316>
- Mañas, I., Franco, C., Gil, D., & Gil, C. (2014). Educación consciente: Mindfulness (Atención Plena) en el ámbito educativo. *Educadores conscientes formando a seres humanos conscientes. Alianza de civilizaciones, políticas migratorias y educación*, 1-24. Recuperado de https://www.academia.edu/13758604/EDUCADORES_CONSCIENTES_FORMANDO_A_SERES_HUMANOS_CONSCIENTES
- Roberts, J. (2013). The power of patience: Teaching students the value of deceleration and immersive attention, *Harvard Magazine* November–December 1-7. Recuperado de https://projects.iq.harvard.edu/sites/projects.iq.harvard.edu/files/whenartmakesmusic/files/2_roberts_harvard_art_historian_jennifer_roberts_teaches_the_value_of_immersive_attention_harvard_magazine.pdf
- Weber, N. (1987). Patience or understanding. *Young Children*, 42(3), 52-54. Recuperado de <https://playvolutionhq.com/wp-content/uploads/2019/08/Patience-or-Understanding.pdf>