

# 6 pasos para entender y guiar mejor a tus estudiantes



En el aula, los profesores se ven constantemente enfrentando el reto de balancear el lado académico y la preparación profesional de sus alumnos con su rol como mentores de jóvenes que pueden verse ante un sinnúmero de adversidades.

Siendo así, la [Dra. Carina Fiedeldey-Van Dijk](#), psicóloga investigadora experta en evaluaciones psicológicas, y el [Dr. Reuven Bar-On](#), psicólogo investigador pionero en el estudio de la inteligencia emocional, explican la importancia de acercarse a los estudiantes bajo un esquema multifactorial.

*“Si nos enfocamos exclusivamente en la inteligencia emocional o en la personalidad de cada alumno, solo nos estamos permitiendo ver una pieza del rompecabezas”,* explica el Dr. Bar-On.

*“Tenemos que ver a la persona completa para poder entenderla y motivarla a enfrentar sus retos y para que puedan engancharse con la vida académica y, en el futuro, con la vida laboral”,* destaca.

Acompaña a CONECTA y conoce seis consejos que te pueden guiar para el **mentoreo exitoso de tus alumnos**, además de ahondar en la herramienta [Bar-On Multifactor Measure of Performance](#), también conocido como [Bar-On EQ-i \(Inventario del Cociente Emocional\)](#).



/> width="900" loading="lazy">

#### 1. Aprende sobre tí: punto de partida para entender a tus estudiantes

De acuerdo con la Dra. Carina, un primer paso que puede ser ignorado constantemente por algunos maestros, es el de iniciar el conocimiento de emociones y motivaciones con uno mismo.

*“Si yo no sé cómo me siento, qué me motiva, cómo puedo adaptarme ante lo desconocido, entonces va a ser muy difícil que le pueda enseñar herramientas útiles a otros”,* indica Fiedeldey-Van Dijk.

Para la psicóloga, **iniciar el proceso de mentoreo como docente debe partir de una autoevaluación** que nos permita determinar nuestra propia forma de interactuar con el mundo y sus retos para después guiar a los jóvenes por un proceso similar.

#### 2. Comprende el propósito y el contexto de tus alumnos

Antes de iniciar con un mentoreo o acompañamiento es fundamental tener claro **por qué el perfil de inteligencia emocional y sus factores paralelos son importantes en tu aula**; formar una idea clara de que no todos tus estudiantes reaccionarán a esta estrategia del mismo modo.

Para esto, Carina aconseja hacer una **lista de los objetivos que se desean alcanzar con este acercamiento para así determinar cómo guiar de mejor manera tanto al salón como a cada individuo**, considerando que no todos parten del mismo contexto.

“Además de comprender el propósito de enfatizar la inteligencia emocional en el aula, es fundamental recordar que **cada alumno cuenta con un contexto personal y familiar distinto**, algo que nos llevará a tener respuestas variadas en nuestro acercamiento”, dice la experta.

3. Ofrece apoyo y alienta a la autorreflexión

La aplicación de **distintas formas de evaluaciones de inteligencia emocional requieren autoconciencia**, lo que puede resultar difícil para algunos alumnos, comparte Reuven.

“Hay que **animarlos a reflexionar sobre sus sentimientos, comportamientos y relaciones interpersonales. Proporcionarles indicaciones o actividades que les ayuden a relacionar conceptos de inteligencia emocional con sus propias experiencias**”, indica el doctor.

De tal modo, los psicólogos concuerdan en que es imprescindible contar con espacios de **mentoreo uno a uno con los alumnos** que además se pueden complementar con sesiones grupales guiadas por sus propios compañeros.



4. Utiliza herramientas para orientar tus estrategias en el salón

Herramientas como el **MMP o el Bar-On EQ-i**, creadas por el Dr. Reuven en colaboración con la Dra. Carina, pueden **proporcionar información cuantificable sobre el perfil de inteligencia emocional de cada joven**.

“El MMP nos permite **crear un perfil a partir de un cuestionario de 20 preguntas que nos indica que tan desarrolladas están nuestras herramientas para enfrentarse a distintos retos**”

”, explica Fiedeldey-Van Dijk,

**Los expertos recomiendan utilizar dicha información para adaptar las estrategias de enseñanza.** Por ejemplo, si un estudiante obtiene una puntuación baja en tolerancia al estrés, puedes considerar la posibilidad de incorporar técnicas de reducción del estrés en tu rutina de clase.

5. Promueve el aprendizaje social y emocional en todo ámbito

Integra los resultados de las **evaluaciones emocionales** como parte de un **plan de estudios más amplio.**

*“Puedes utilizar los resultados para **centrarte en habilidades específicas o áreas de mejora** como comprensión, toma de perspectiva, etc que pueden estar bajas en el grupo o en cierto alumno”, dice Carina.*

Asegúrate de tener la formación y certificación adecuadas para administrar e interpretar la evaluación, o consulta con un profesional cualificado si es necesario, puedes aprovechar para [certificarte en el MMP.](#)

6. No olvides que los acercamientos pueden evolucionar

Como uno de los últimos consejos, los psicólogos indican que se debe tener en cuenta que la **inteligencia emocional es un rasgo dinámico que puede desarrollarse con el tiempo.**

*“Del mismo modo que los **rasgos se pueden ir desarrollando, también pueden ir cambiando** según lo que pase en la vida de los alumnos”, dice Reuven.*

Utiliza los resultados del **MMP y tus observaciones como punto de partida** para conversaciones y actividades continuas que promuevan el bienestar y la inteligencia emocional en su aula, y **repite el ejercicio a mediados y finales del semestre.**



/> width="900" loading="lazy">

¿Qué es el MMP y cómo puedes usarlo en el aula?

El **Bar-On Multifactor Measure of Performance**, también conocido como **Bar-On EQ-i (Inventario del Cociente Emocional)** o el **Multifactor Measure of Performance**, es una herramienta de evaluación psicológica diseñada para medir la inteligencia emocional (IE) de las personas.

Desarrollada por el Dr. Bar-On, este esquema contempla **la capacidad de una persona para reconocer, comprender y gestionar sus propias emociones**, así como su capacidad para reconocer, comprender e influir en las emociones de los demás.

*“El MMP toma en cuenta a la **persona en su totalidad a la hora de evaluar el rendimiento, aprovechando los fundamentos básicos para revelar las disposiciones subyacentes del comportamiento laboral**”,* explica su creador.

*“Durante el desarrollo de este modelo nos dimos cuenta que **estudiar la inteligencia emocional y la inteligencia cognitiva no es suficiente, es importante considerar elementos clave como la motivación y su deseo de progresar**”,* agrega Reuven.

Como destacan los conferencistas, el **MMP evalúa diversas facetas de la persona** a través de una serie de preguntas que los encuestados responden sobre sí mismos que se organizan en **cinco escalas o factores**:

**1. Intrapersonal (Autoestima, Autoconciencia emocional, Asertividad, Independencia, Autorrealización)**

Este factor se centra en la capacidad de un individuo para comprender y gestionar sus propias emociones, así como su autoestima y confianza en sí mismo.

## **2. Interpersonal (Empatía, Responsabilidad social, Relación interpersonal):**

Se evalúa la capacidad de un individuo para comprender a los demás e interactuar con ellos, incluida su capacidad para ser empático, establecer relaciones y asumir responsabilidades sociales.

## **3. Gestión del estrés (Tolerancia al estrés, Control de los impulsos):**

En este punto se evalúa la capacidad de una persona para manejar el estrés, adaptarse a situaciones cambiantes y controlar el comportamiento impulsivo.

## **4. Adaptabilidad (Prueba de la realidad, Flexibilidad):**

Se mide la capacidad de una persona para adaptarse a nuevas circunstancias, manejar el cambio y mantener una perspectiva realista.

## **5. Estado de ánimo general (optimismo, felicidad):**

Este factor mide la perspectiva emocional general de una persona y su nivel de positividad.

Conoce más información sobre el MMP y su uso en el aula [AQUÍ](#).

**TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR:**