



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

DIVISIÓN DE HUMANIDADES Y ARTES

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ARAGÓN

“Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales dirigido a jóvenes y adultos con discapacidad intelectual del Programa de Atención Psicopedagógica del turno matutino”

Informe Satisfactorio de Servicio Social

Que para obtener el título de:

Licenciado en Pedagogía

P r e s e n t a :

Rodrigo Emiliano Gamiño Pérez

Con número de cuenta : 415049308

Asesora : Lic. Verónica Solís Soto





Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

INDICE

PRESENTACIÓN	1
CAPITULO 1. “Programa de Atención Psicopedagógica”	3
1.1 Antecedentes del P.A.P.	3
1.2 Objetivos generales	4
1.3 Objetivos específicos	4
1.4 Población atendida.	7
1.5 Áreas de atención	7
1.6 Funciones de los prestadores de servicio social y coordinadores del PAP.	10
1.7 Perfil de egreso del prestador de servicio social del PAP	13
1.8 Funciones de los coordinadores del PAP.	15
1.9 Secuencia de intervención.	17
1.2.1 Secuencia de trabajo en la atención del alumno	18
CAPITULO 2. “La discapacidad intelectual como campo de estudio de la educación especial”	22
2.1 La Discapacidad Intelectual	28
2.2 Paradigma Tradicional del Coeficiente Intelectual.	31
2.3 Necesidades Educativas Especiales	33
2.4 Barreras para el Aprendizaje y Participación	35
2.5 Habilidades adaptativas	37
CAPITULO 3. “La importancia del desarrollo de las habilidades socioemocionales en el ser humano”	41
3.1 ¿Qué son las habilidades socioemocionales?	41
3.2 El impacto de las habilidades socioemocionales en el aula	43
3.3 El papel del pedagogo en el desarrollo de las habilidades socioemocionales	46
3.4 Las habilidades socioemocionales de los jóvenes y adultos del turno matutino del PAP.	48
3.5 ¿Qué Habilidades Socioemocionales se van a desarrollar?	49
CAPÍTULO 4 “Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales en los jóvenes y adultos de Programa de Atención Psicopedagógica del turno matutino”	60

4.1 ¿Qué es un taller?	60
4.2 Características de un taller	61
4.3 Integración de la Teoría y la Práctica	62
4.4 El rol del docente y los alumnos	63
4.5 La planificación	64
4.6 Tipos de talleres	64
4.7 Taller de habilidades socioemocionales	66
4.8 Guías didácticas del taller	69
4.9 Evaluación del taller	110
Conclusiones del taller	127
Fuentes de consulta	133
Anexos de fotografías.	136

PRESENTACIÓN

El presente trabajo se muestra el desarrollo de un informe satisfactorio de servicio social para obtener el título de licenciado en pedagogía, dicho informe está nombrado de la siguiente manera “Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales dirigido a jóvenes y adultos con discapacidad intelectual del Programa de Atención Psicopedagógica turno matutino”.

El servicio social es una actividad esencial que consolida la formación profesional y fomenta en el estudiante una conciencia de solidaridad con la comunidad y la sociedad. Unos de los campos de acción del pedagogo es la docencia, el presente informe se lleva a cabo dentro del campo de la docencia dirigido específicamente a la educación especial.

Para la elaboración de este trabajo se realizó una investigación, dicha investigación se lleva a cabo a través del método investigación-acción, este método nos muestra una forma de cuestionamiento autoreflexivo, llevada a cabo por los propios participantes en determinadas ocasiones con la finalidad de mejorar la racionalidad y la justicia de situaciones, de la propia práctica social educativa, con el objetivo también de mejorar el conocimiento de dicha práctica y sobre las situaciones en las que la acción se lleva a cabo (Lewin, 1946, p. 2).

El trabajo cuenta con cuatro capítulos que fueron organizados de la siguiente manera:

En el primer capítulo se puede apreciar toda la información acerca del Programa de Atención Psicopedagógica del turno matutino (PAP), se plasmó la historia del PAP, cómo se creó y cómo ha ido cambiando al pasar los años, hasta la actualidad. También se mencionan de los objetivos que maneja el programa, así como la población atendida y las funciones de los prestadores de servicio social y de los coordinadores del programa.

En el segundo capítulo se mencionan dos conceptos, que son pilares en la realización de este trabajo, hablamos de la educación y la discapacidad intelectual, para comprender estos dos conceptos se realizó una investigación documental en la cual se encontraron conceptos que van de la mano con nuestros dos pilares, hablamos de las necesidades educativas especiales, las barreras de aprendizaje y el coeficiente intelectual. Por último, se hizo énfasis en un último concepto que son las habilidades adaptativas, ya que son habilidades que se desarrollaron en el presente taller.

Para el tercer capítulo se presenta el tema que se desarrolla en el taller, hablamos de las habilidades socioemocionales (HSE). Para aclarar el tema se inicia definiendo este concepto para posteriormente dar a conocer la importancia que tiene el desarrollo de las HSE en el aula y papel que juega el docente en la aplicación de dichas habilidades. En este capítulo se da conocer la relación que tienen las HSE con la pedagogía, si el ser humano se encuentra “mal” emocionalmente, no es solo porque tuvo un día complicado o porque tiene problemas en casa, en ocasiones intentamos vencer una depresión con un “Ya se le pasará” o “Te vas a sentir mejor” y no nos damos cuenta que es un trabajo más arduo el

vencer un malestar emocional, se requiere de un trabajo de voluntad que va acompañado de un desarrollo de ciertas habilidades. Además, se menciona que HSE se van a desarrollar en el taller y el ¿Por qué? Se eligieron en específico seis habilidades.

En el cuarto capítulo, Se menciona la importancia y relevancia didáctica que tienen los talleres en el contexto formativo de los seres humano, también presenta por qué se eligió llevar a cabo el desarrollo de dichas HSE a través de un taller, así como la propuesta y diseño del mismo. Se aprecian las guías didácticas, diseñadas con objetivos y actividades que potencialicen el desarrollo de las HSE en los jóvenes y adultos del programa.

Para terminar se da a conocer la evaluación y conclusiones que se obtuvieron al término del taller, así mismo se presenta el cumplimiento de los objetivos y cómo estos se llevaron a cabo en cada sesión. Se anexan imágenes de las dinámicas que se llevaron a cabo durante el desarrollo del taller.

CAPITULO 1. “Programa de Atención Psicopedagógica”

1.1 Antecedentes del P.A.P.

Estar en Programa de Atención Psicopedagógica ha sido una de gran experiencia en todos los sentidos (profesional, académica, personal) ya que fue ahí donde puse en práctica todas mis habilidades y conocimientos desarrollados dentro de la carrera de pedagogía. Este para mí fue mi verdadero examen profesional ya que fue donde conocí mi vocación y la pasión por la formación y los procesos de enseñanza y aprendizaje, fue donde nació el amor por la docencia, donde forje un carácter firme ante situaciones adversas, mismo carácter que me ayudo a brindar un mejor servicio docente a mis alumnos. Así que daré a conocer la historia del Programa de Atención Psicopedagógica donde han pasado excelentes maestros que consolidaron ahí mismo su formación docente, el parte aguas de la vida estudiantil y la vida profesional.

El Programa de Atención Psicopedagógica tiene un enorme compromiso social tanto para estudiantes y egresados de la carrera de Pedagogía al ser un espacio de acercamiento al ámbito de la educación especial y al campo laboral en esta área, como para la comunidad que resulta beneficiada con sus servicios. Por ende, al contar con veinte años de servicio y experiencia, ha corroborado que no importa que una institución sea “grande” o “pequeña”, sino que la base del cumplimiento de los objetivos es la organización y características de la misma.

El proyecto del Programa de Atención Psicopedagógica (PAP) comenzó al detectar en la comunidad inmediata a la entonces Escuela Nacional de Estudios Profesionales “Aragón” ahora Facultad de Estudios Superiores Aragón a muchos niños y jóvenes con necesidades educativas especiales sin recibir atención profesional, puesto que las instituciones dedicadas a proporcionar estos servicios resultan insuficientes o inaccesibles por su alto costo.

Expuesto lo anterior, se decidió crear un servicio psicopedagógico dirigido a niños, jóvenes y adultos con problemas de aprendizaje y discapacidad intelectual, en donde inicialmente tanto estudiantes como egresados de la carrera de Pedagogía, Comunicación y Periodismo vincularán su formación académica con su entorno social, enfrentándose a la solución de problemáticas reales.

Para ello, en 1985, el Lic. José Luis Carrasco Núñez planteó el proyecto a la coordinación de la carrera de pedagogía y poco tiempo después de la propuesta, otorgó la autorización para poner en funcionamiento el proyecto, quedando como responsables el Lic. Carrasco en el turno matutino y la Dra. Ma. Teresa Barrón Tirado en el turno vespertino, teniendo el programa por nombre inicial: “Programa de Atención a Sujetos con Retardo en el Desarrollo”. Las labores se iniciaron en un pequeño salón del edificio A12, contando con seis prestadoras de servicio social, quienes se involucraron inmediatamente en el trabajo.

Los indicadores sociales relevantes de los niveles básicos de la población comprenden las áreas de salud pública, producción y consumo. Es así, que la educación resulta un campo prioritario, ya que el pedagogo apoya a las profesiones relacionadas con estas áreas a través de los procedimientos de instrucción.

Refiriéndonos al área de la educación especial, nos encontramos con que existe una creciente demanda del servicio, sin embargo, los lugares que proporcionan este tipo de atención resultan insuficientes o demasiado costosos para una buena parte de la población. Se comenzaron a trabajar los objetivos del PAP, los cuales quedaron definidos de la siguiente manera:

1.2 Objetivos generales

1. Proporcionar a la comunidad de escasos recursos un servicio de educación especial para niños, jóvenes y adultos que presentan problemas de aprendizaje y discapacidad intelectual.
2. Integrar a los estudiantes y egresados de la carrera de pedagogía y psicología a la práctica profesional en el área de la educación especial.
3. Constituir una alternativa para la realización de prácticas escolares y trabajos de titulación.

1.3 Objetivos específicos

1. Aplicar evaluaciones diagnósticas a personas con discapacidad intelectual y problemas de aprendizaje.
2. Diseñar y aplicar programas de atención.
3. Elaborar material didáctico para los programas psicopedagógicos.
4. Orientar a los padres de familia sobre la educación de sus hijos.
5. Organizar actividades grupales especiales para reforzar los programas psicopedagógicos.
6. Difundir las actividades desarrolladas en el servicio.

7. Difundir la información para promover la aceptación e integración de las personas con necesidades educativas especiales.
8. Proporcionar las situaciones y el espacio para la realización de prácticas escolares y trabajos de titulación.

Al ser un nuevo espacio de apoyo a la comunidad, era necesario dar conocimiento del mismo, por ende, se organizó una campaña de promoción colocando carteles en las escuelas cercanas a la entonces ENEP, especificando el modelo de trabajo y servicio que el programa ofrece. Un modelo de trabajo, entonces inexistente o al menos inalcanzable por los altos costos para la comunidad, en donde se atendería de manera personalizada a niños, jóvenes y adultos con problemas de aprendizaje y discapacidad intelectual (la mayoría de escasos recursos), iniciando desde la evaluación diagnóstica (entrevista con los padres, aplicación y evaluación de pruebas, integración de resultados, estrategias de atención), diseño y aplicación de los programas de atención, evaluaciones, canalización, etc.

La respuesta de la comunidad fue inmediata, el día convocado para las inscripciones desde muy temprano había ya una larga fila de gente interesada en el servicio. De esta manera se inició formalmente la atención de los ahora alumnos en los turnos matutino y vespertino. En menos de un mes, el equipo de prestadores de servicio social ya contaba con 30 integrantes, 15 en cada turno.

Asimismo, el logotipo que identifica al programa hasta la actualidad, fue diseñado por uno de sus prestadores de servicio social: José Pedro Reséndiz Estébanez, al siguiente año en que se echó a andar el proyecto, es decir, en el año de 1986. El logotipo representa la figura de un niño, mostrado ante las distintivas torres de la Facultad de Estudios Superiores Aragón:



Semanas después de haber iniciado el trabajo, se asignó al programa otro cubículo adjunto, sin embargo, la demanda del servicio siguió incrementando y por ello el espacio también resultó insuficiente, por tanto, se reubicó al programa en un salón más amplio en el edificio que ahora ocupan los talleres de la carrera de Comunicación y Periodismo. Asimismo, el Programa fue denominado: "Programa de Desarrollo Psicopedagógico", indistintamente en ambos turnos.

Con el transcurso del tiempo y ante el gran número de solicitantes que acuden al programa, el compromiso con la comunidad ha aumentado, por este motivo el programa ha crecido y

actualmente cuenta con un mayor espacio en los salones prefabricados a un costado del edificio de Posgrado.

La labor efectuada por el PAP en beneficio de la comunidad ha sido tan significativa, que en 1991 fue seleccionado por el Departamento de Servicio Social para representar a la FES Aragón ante todas las escuelas y facultades de la UNAM. En 1994, 30 de sus prestadores fueron distinguidos con el reconocimiento “Servicio Social de Honor”.

En 1995 y 1996 el programa obtuvo tres segundos lugares en el concurso “Gustavo Baz Prada”, consistiendo el premio en una medalla de plata y un reconocimiento en el que se designa al prestador o grupo de prestadores, como el más destacado. Los premios se otorgan uno por cada carrera que imparte cada facultad y escuela.

De igual manera en octubre de 2001 el modelo de trabajo del PAP fue seleccionado para ser expuesto en el “IV Coloquio Internacional sobre Servicio Comunitario”, en Ciudad Universitaria; en el año 2003 nuevamente se inscribió al concurso por el premio “Gustavo Baz Prada”, obteniendo un primer lugar, misma presea obtenida en el año 2005 y de nuevo en 2006.

En el año 2006, el PAP fue elegido como el mejor programa de servicio social de la FES Aragón, por lo que representó a la misma Facultad en el coloquio conmemorativo de los 70 años de la creación del servicio social de la UNAM a celebrarse en Ciudad Universitaria.

Durante los 20 años de servicio del PAP, han realizado su servicio social aproximadamente 410 alumnos de las carreras de Pedagogía y Comunicación y Periodismo de la FES Aragón; de Psicología de la FES Zaragoza y de CU; así como de Pedagogía de la Facultad de Filosofía Y letras de CU, los cuales han atendido a más de 980 niños, jóvenes y adultos con necesidades educativas especiales.

Del mismo modo, el PAP ha sido un espacio en el que egresados y estudiantes de la carrera de pedagogía se han incorporado a realizar sus prácticas profesionales. Estas prácticas permiten el acercamiento directo de los estudiantes con los (as) alumnos (as) del programa a través del trabajo directo con los alumnos en sus sesiones de clase, en la elaboración de material didáctico, periódicos murales, propuestas para el diseño de los programas de atención, trabajo en el taller productivo en donde los jóvenes con discapacidad intelectual que asisten al programa realizan diversos productos para su venta como lo son: velas, artículos de madera y paletas de chocolate artístico.

Además, los practicantes pueden trabajar directamente con los alumnos dentro del programa, también se adentran a su entorno, puesto que otra de las actividades a realizar son las pláticas y talleres de orientación a los padres de los alumnos del programa, en donde se les da la orientación en temáticas referidas al manejo de conductas con sus hijos, características de los mismos, resolución de dudas más frecuentes, por citar algunas.

Tanto la realización del servicio social como la realización de prácticas escolares dentro del PAP es una oportunidad de enfrentamiento entre la formación académica con la realidad social existente en la educación especial.

1.4 Población atendida.

Cabe resaltar que la labor que se realiza en el programa se considera un trabajo altruista ya que las personas que son atendidas en el centro reciben apoyo profesional por arte de los prestadores de servicio social, prestadores que tienen formación en la carrera de pedagogía, una carrera llena de humanismo que le da un valor imprescindible a las actividades que desempeñan los prestadores de servicio social que una vez inmersos por completo en el programa, ya los alumnos se dirigen a ellos como maestros.

La población a la que va dirigido el Programa de Atención Psicopedagógica de la FES Aragón está conformada por niños, jóvenes y adultos con problemas de aprendizaje y discapacidad intelectual.

Dentro de los **Problemas de Aprendizaje** se incluyen alumnos con problemas de lenguaje, adquisición de conceptos espacio-temporales, lecto-escritura, matemáticas y adquisición de conocimientos en las diferentes materias.

Dentro de la **Discapacidad Intelectual** se encuentran alumnos que requieren diferentes niveles de apoyo en todas sus áreas de desarrollo.

La población comprende desde niños de cuatro años hasta adultos sin límite de edad.

1.5 Áreas de atención


Las áreas de intervención del PAP son:

1.- Área básica: El objetivo del área básica consiste en determinar si el alumno posee repertorios básicos de conducta indispensables para establecer otras habilidades. El niño que carece de las habilidades incluidas en esta área requiere ser atendido en ellas antes de poder beneficiarse de la enseñanza en general y de la enseñanza escolarizada en particular.

El área básica está compuesta por cuatro subáreas:



- ✎ Subárea de Atención: Ésta subárea está diseñada para evaluar y trabajar la capacidad del alumno para detectar cambios en el medio, localizarlos, concentrarse en ellos y actuar en consecuencia. Aun cuando esta habilidad ha sido asociada de manera fundamental con situaciones de orden académico, se afirma que para personas con discapacidad intelectual, su importancia también radica en su relación con la adaptación de la persona a su medio físico y social.
- ✎ Subárea de Seguimiento de Instrucciones e Imitación: Al evaluar el seguimiento de instrucciones, se explora la capacidad del alumno para responder a los

requerimientos del adulto (órdenes o indicaciones). Al evaluar imitación, se determina la capacidad del niño para reproducir la conducta de un modelo. A lo largo de esta subárea se hace un muestreo de habilidades que implican: independencia o dependencia de la presencia del adulto para la realización de la conducta; una sola conducta o conjuntos y secuencias de conductas y relaciones de la conducta con la propia persona y con otras personas u objetos presentes o fuera del campo visual del alumno.

-  Subárea de Discriminación: Esta subárea abarca fundamentalmente la capacidad del niño para reconocer semejanzas y diferencias entre estímulos. Aquí se muestrean diversas propiedades tales como forma, tamaño, color, peso, grosor, cantidad, posición en el espacio, textura, longitud y lateralidad.

2.- Área de coordinación sensoriomotriz: Pocas formas de conducta no involucran algún tipo de movimiento. El objetivo general de esta área consiste en trabajar en el alumno las destrezas necesarias para realizar actividades que impliquen al cuerpo en su conjunto y actividades que involucren partes específicas del cuerpo.

Dicha área se divide en dos subáreas:

-  Subárea de Coordinación motora gruesa: En donde se aplica la habilidad del alumno para manejar su cuerpo de manera integral y coordinada, al realizar movimientos diversos y al manejar objetos.
-  Subárea de Coordinación motora fina: Esta subárea tiene como propósito ejecutar la capacidad del alumno para manejar partes específicas del cuerpo, tales como brazos, una o ambas manos, muñeca, palma y dedos.

3.- Área personal-social: En esta área se determinan las habilidades que el alumno posee para atender a las necesidades básicas de su persona y a las habilidades que le permiten relacionarse con otras personas en su medio cotidiano.

La importancia de que el alumno sea autosuficiente en sus necesidades es evidente. El niño que requiere de que se le alimente, se le asee, o se le vista, demanda de tiempo y esfuerzo considerable por parte de quienes están a cargo de él. Esto además le resta oportunidades de adquirir otras habilidades y limita sus posibilidades de convivencia con otros. Así mismo la relación del alumno con otras personas es determinante para lograr su adaptación al medio en el que se desenvuelve. Las oportunidades de experiencia para las personas con discapacidad son limitadas, de ahí que sea indispensable que el niño aprenda conductas socialmente aceptables que les brinden mayores oportunidades de relación y adaptación.

El área personal social está dividida en dos subáreas:

- ✎ Subárea de Autocuidado: Aquí se refuerzan aquellas habilidades que permiten al alumno satisfacer, de manera independiente, las necesidades básicas de la vida cotidiana, tales como asearse, vestirse, desvestirse, hacer uso del retrete y alimentarse.
- ✎ Subárea de Socialización: Permite determinar qué capacidad posee el alumno para relacionarse con personas y materiales, de manera adecuada en diversas situaciones. La característica más sobresaliente de la presente subárea consiste en que se divide en dos secciones. La primera incluye los aspectos conductuales positivos (socialmente aceptables o demandados) que es importantes que el alumno posea. La segunda se refiere a un conjunto de conductas negativas (socialmente inaceptables), que resultan incompatibles con la socialización del alumno.

4.- Área de comunicación: El objetivo general del área consiste en determinar si el alumno comprende el lenguaje hablado, se expresa de manera oral o por medio de gestos y ademanes y qué tal eficiente es su habilidad articularia.

En la presente área se utiliza un término general de comunicación, puesto que incorpora tres subáreas:

- ✎ Subárea de comunicación vocal-gestual: Se ocupa hacia la habilidad del alumno para manifestar conocimiento de su medio cotidiano (personal, físico y representado gráficamente), incluyendo dos niveles: un nivel motor (gestos o ademanes) y un nivel oral que se refiere a la vocalización correspondiente al requisito.
- ✎ Subárea de comunicación verbal-vocal: Abarca habilidades en las cuales la respuesta debe ser oral, en tres categorías; la primera categoría comprende un aspecto importante de la comunicación que se refiere a la memoria inmediata. En la siguiente categoría se trabaja la habilidad del alumno en el manejo de elementos gramaticales de uso frecuente, tales como pronombres y artículos y, la última categoría abarca la habilidad del alumno para hacer referencia a hechos presentes, pasados y futuros ante preguntas relacionadas con aspectos de su medio cotidiano.
- ✎ Subárea de Articulación: Abarca la habilidad del alumno para pronunciar correctamente palabras que contienen diversas combinaciones de vocales y consonantes.

5.- Área académica: Dentro de esta área se trabajan programas tales como, identificación de formas y colores, relaciones espacio-temporales, lecto-escritura, aritmética, ciencias sociales, naturales y geografía.

1.6 Funciones de los prestadores de servicio social y coordinadores del PAP.

Siendo el Programa Psicopedagógico de Servicio Social un espacio de trabajo en la educación especial, y de acuerdo a las actividades que se realizan dentro del mismo, considero que el perfil de ingreso del aspirante a servicio social debe ser:

- ☺ Interés y habilidad para trabajar y tratar con personas con Necesidades Educativas Especiales.
- ☺ Poseer conocimientos básicos del área o línea-eje psicopedagógica.
- ☺ Capacidad de adaptación al trabajo grupal.
- ☺ Habilidades en Relaciones Humanas.
- ☺ Tener disposición y actitud de compromiso y altruismo.
- ☺ Contar con valores tales como la responsabilidad, tolerancia, cooperación, disciplina y respeto.

Al conectarnos al trabajo del PAP de la FES Aragón, se pone el acento en el área de la educación especial como campo laboral importante de los pedagogos (prestadores de servicio social) viéndolo desde la perspectiva de la creciente demanda de atención a las personas con discapacidad intelectual y necesidades educativas especiales, en donde es un espacio de intervención, aprendizaje y logro de experiencias, en donde al enfrentarse con problemáticas reales y cada una con diferentes características, el estudiante y / o egresado de la carrera, podrá vincular a la práctica los conocimientos adquiridos a lo largo de su formación académica constatando y reafirmando éstos, pero también, adquiriendo muchos más, consolidando así su formación profesional.

Asimismo, dentro del trabajo en el PAP existe una vinculación de las diferentes áreas de la carrera, todas estas necesarias para el buen funcionamiento del programa.

La población de prestadores de servicio social con que cuenta el PAP, tiene ciertas características; sus edades se sitúan entre los 20 y los 35 años, lo que nos deja ver (aunque no como una regla), que la comunidad de prestadores se agrupa tanto de egresados como de estudiantes de la carrera de pedagogía.

Lo anterior, nos lleva a que los horarios en los que prestan servicio social también varían puesto que los prestadores de servicio que son estudiantes adecuan sus horarios de servicio social de acuerdo a sus horarios de clase; mientras que los egresados cumplen con horarios de servicio más fijos. Las horas de servicio social que desempeña cada prestador van desde ocho hasta 20 horas semanales.

El PAP es una alternativa para que tanto estudiantes como egresados de la carrera de Pedagogía se inserten directamente al ámbito de la educación especial, por tanto al trabajar dentro del PAP de la FES Aragón se adquiere la responsabilidad y oportunidad de realizar las siguientes actividades:

- 1) Evaluación diagnóstica de nuevos casos. Realización de evaluaciones psicopedagógicas a los solicitantes de acuerdo a las características particulares de cada caso.
- 2) Desarrollo y aplicación de los programas de atención a las personas que lo solicitan en forma individual y grupal. La elaboración de los programas se basa en la evaluación diagnóstica y son específicos para cada caso.
- 3) Elaboración de material didáctico para los programas y las evaluaciones que se trabajan (láminas, rompecabezas, esquemas, cuadernos de apoyo, juegos didácticos y manuales, entre otros).
- 4) Orientación a los padres de familia a través de cursos, pláticas y asesorías, para que el trabajo desarrollado en el servicio tenga una continuidad en su hogar.
- 5) Organización de eventos de apoyo a los programas psicopedagógicos, como proyección de videos, recorridos por la escuela y convivios relacionados con las diferentes festividades del año.
- 6) Reporte de evaluaciones parciales, para lo cual los prestadores citan a los padres de sus alumnos en forma individual con el propósito de informarles por escrito y verbalmente sobre los resultados obtenidos en las evaluaciones parciales, así como para asignarles algunas tareas que pueden trabajar en casa, hacerles sugerencias y atender a sus inquietudes. De esta manera es posible detectar avances, debilidades y aspectos que deben reforzarse en los programas de atención.
- 7) Realización de actividades administrativas como: responsables de archivero y materiales, control de horarios y directorio de prestadores, así como de la tesorería.
- 8) Redacción de una gaceta informativa sobre el trabajo desarrollado en el servicio, así como de temas educativos de interés principalmente para los padres de familia.
- 9) Participación en asesorías y sesiones de capacitación.
- 10) Participación en juntas semanales para analizar y organizar el trabajo, asignar tareas, dar avisos y tratar asuntos generales.
- 11) Participar en la promoción para el ingreso de nuevos prestadores de servicio.
- 12) Entregar semanalmente su cronograma de actividades.

- 13) Al terminar el servicio, cada prestador deberá aportar un material didáctico.
- 14) Fomentar en los alumnos hábitos de orden y limpieza.
- 15) Tratar con cortesía y respeto a los alumnos y padres de familia.
- 16) Desarrollar una buena relación con los compañeros de trabajo.
- 17) Respetar las funciones asignadas a cada prestador de servicio.
- 18) Tener al corriente, y presentar en el momento en que se soliciten, los expedientes de los casos atendidos.
- 19) Solicitar oportunamente las asesorías psicopedagógicas presentando el expediente del alumno.
- 20) Solicitar el préstamo de materiales de trabajo.
- 21) Mantener en orden los materiales de trabajo.
- 22) Mantener en orden las tarjetas de control de donativos.
- 23) Contribuir a la sensibilización de los nuevos prestadores de servicio, especialmente los que sustituirán los casos atendidos.
- 24) Elaborar sus informes globales y entregarlos oportunamente de acuerdo a lo indicado en el reglamento interno.
- 25) Observar los lineamientos establecidos en el reglamento interno.

Al ser estudiantes de la carrera de pedagogía nos encontramos del área de humanidades ya que se centra en la libertad, dignidad y potencial de los seres humanos. La suposición principal del humanismo, es que las personas actúan con intencionalidad y valores. Es por esto que en el programa se trabaja bajo esta corriente humanista ya que creemos que es necesario estudiar a cada persona como un todo, especialmente cómo crece y desarrolla como individuo a lo largo de su vida.

Al tener un trayecto considerable dentro de la pedagogía, y en el área de humanidades se podría considerar que el estudiante ya cuenta con estas habilidades que le van a permitir trabajar profesionalmente con personas, y considero importante mencionar que aun que no este escrito en el perfil de egreso “pertenecer a la corriente humanista” cada uno que forma parte del equipo del PAP cuenta con habilidades de la corriente humanista. Esto se puede

ver cuando desarrollan las actividades mencionadas anteriormente, aunque algunas son administrativas trabajos en equipo, trabajamos con personas.

Por esto se considera importante el estudiante de la carrera de pedagogía cuente con el 50 % de créditos para poder realizar actividades en el programa, no quiere decir que se fijan únicamente en algún número y eso quiere decir que tienen experiencia, el 50 % quiere decir que ya tienen una trayectoria considerable dentro de la carrera de pedagogía y en consecuencia desarrollaron valores y actitudes que pueden aplicar a distintos programas de servicio social, entre ellos el PAP. Así como dentro de un tiempo determinado de la carrera yo desarrolle ciertos valores y principios que termine aplicando en mis diversas actividades del programa.

1.7 Perfil de egreso del prestador de servicio social del PAP

Al egresar del Programa Psicopedagógico de Servicio Social, al haber estado en contacto directo con casos y problemáticas reales, y de acuerdo a la vasta experiencia de egresados del mismo, se es capaz de:

- ☺ Realizar Evaluaciones Diagnósticas, Evaluaciones Psicopedagógicas a personas con Necesidades Educativas Especiales con o sin Discapacidad Intelectual.
- ☺ Diseñar, desarrollar y aplicar programas de atención para personas con Discapacidad Intelectual y NEE que lo solicitan en forma individual y grupal. La elaboración de los programas se basa en la evaluación diagnóstica y son específicos para cada caso.
- ☺ Elaborar material didáctico para los programas y las evaluaciones que se trabajan (láminas, rompecabezas, esquemas, cuadernos de apoyo, juegos didácticos y manuales, entre otros).
- ☺ Diseñar e impartir talleres, cursos, pláticas y asesorías de Orientación dirigida a padres y alumnos.
- ☺ Desempeñar labores administrativas como son: la organización de expedientes y materiales de trabajo, así como la administración de recursos.

Observamos entonces, que la finalidad de la realización del servicio social dentro de la UNAM se cumple inherentemente con los objetivos y actividades que específicamente dentro del Programa Psicopedagógico de Servicio Social de la FES Aragón se realizan.

Cuando eres parte del equipo de trabajo del PAP desarrollas las habilidades académicas y profesionales mencionadas anteriormente, las desarrollas durante tu estancia y una vez

egresado puedes estar totalmente seguro que cuentas con ellas cuando necesites aplicarlas al mundo profesional.

Como le mencione hace un momento estas son habilidades académicas y profesionales que uno desarrolla en la estancia como prestador de servicio en el PAP, pero cuando inicias de forma profesional como lo haces en el programa entra con incertidumbre y nerviosismo y es muy común ya que inicias en un equipo de trabajo de manera profesional. Así que además de desarrollar habilidades académicas y profesionales también formas habilidades socioemocionales, desarrollas habilidades que tal vez no tenías o que si las tenías pero aún no estaban del todo desarrolladas como empatía, liderazgo, trabajo en equipo, asertividad, autodirección, autoestima, forjas tu carácter, por que uno puede creer que ya cuenta con todo esto, pero en realidad solo te das cuenta cuando te enfrentas a un ambiente retador en cualquier área, cuando sales de tu zona de confort y enfrentas lo que es real, en este caso la vida profesional es lo provoca que nos enfrentemos a situaciones con personas como alumnos y padres de familia y gracias a ese trabajo es que nos dotamos de todas estas habilidades que tal vez no están escrita en el papel pero cada uno que ha egresado del PAP sabe que cuenta con ellas.

Estar en el programa es una experiencia enriquecedora en todos los sentidos y resulta aún más gratificante cuando te das cuenta que tu vocación es estar en educación y trabajar con personas que requieren este apoyo de educación especial y con discapacidad intelectual. También es válido si resulta que trabajar en este ámbito no es lo que uno quiere o lo que uno pensaba, también es otro beneficio de vivir la experiencia, descubres que es lo que más te gusta hacer, o al menos eso es lo que yo viví en el programa, encontrar mi vocación.

1.8 Funciones de los coordinadores del PAP.



Para una mejor organización en cualquier institución, es preciso contar con un director o coordinador que dirija la misma. El PAP no es la excepción y al ofrecer un servicio formal a la comunidad tiene bien definida la responsabilidad que conlleva, de este modo, los coordinadores del mismo tienen funciones definidas para un mejor manejo del programa.

Funciones Generales:

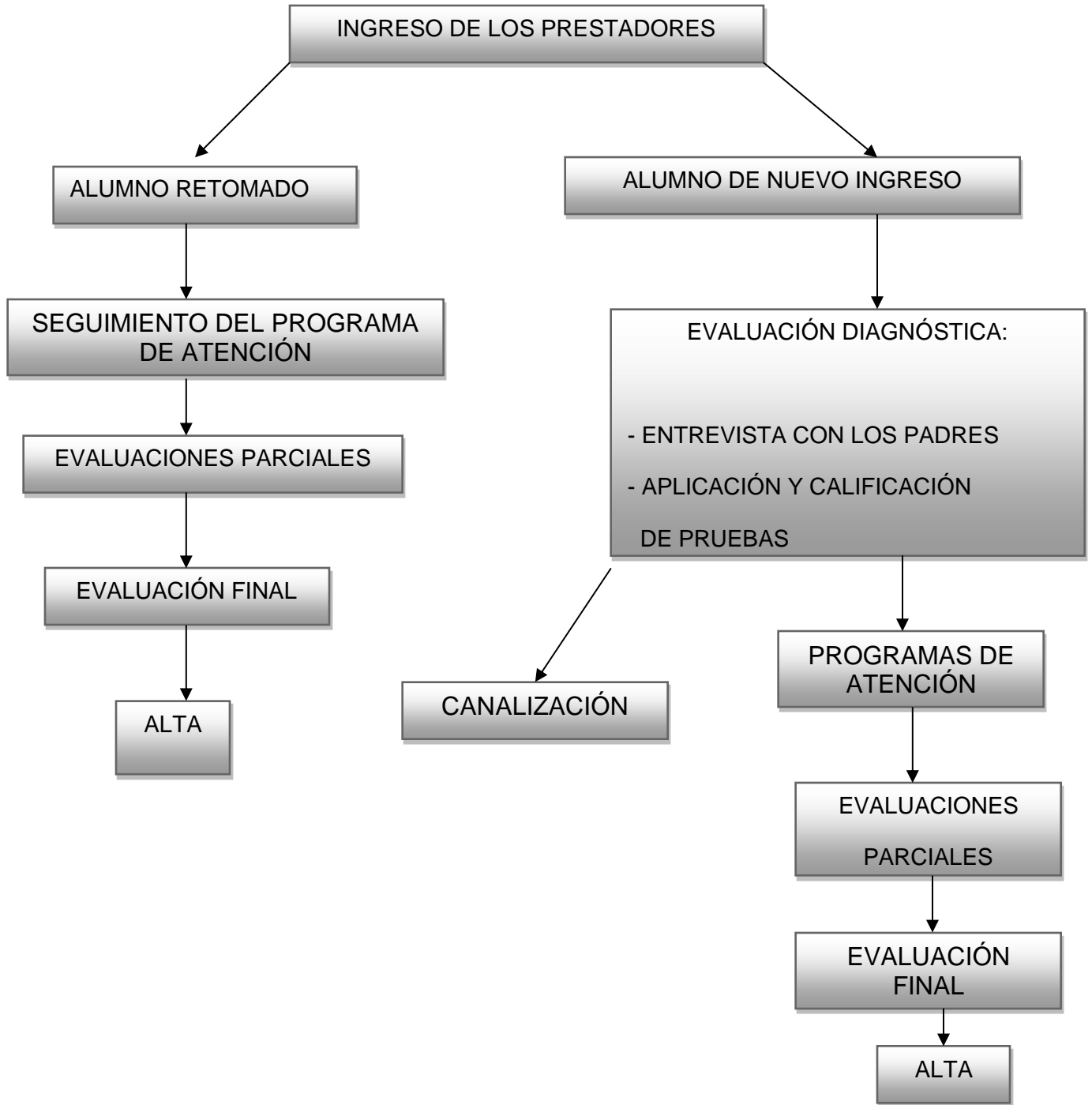
Dirigir, planear, supervisar y orientar las actividades pedagógicas y administrativas del Programa Psicopedagógico de Servicio Social de acuerdo a los lineamientos establecidos para el logro de los objetivos planteados.

Funciones Específicas:

1. Promover el buen funcionamiento del servicio.
2. Planear y organizar las diferentes actividades.
3. Supervisar que los prestadores de servicio cumplan con las funciones asignadas.
4. Evaluar el Trabajo.
5. Supervisar la adecuada administración de recursos humanos y administrativos.
6. Organizar los eventos sociales y culturales de acuerdo con el programa general.
7. Promover la participación y cooperación de los padres de familia en las actividades que lo requieran.
8. Conducir las juntas semanales de trabajo con los prestadores del servicio.
9. Convocar a juntas con los padres de familia cuando sea necesario.
10. Autorizar los permisos que soliciten los prestadores para ausentarse de sus labores considerando los lineamientos establecidos.
11. Tratar los asuntos de su competencia con la Jefatura de Carrera y el Departamento del Servicio Social.

Estar bajo la tutela de la Lic. Verónica Solís Soto Coordinadora del PAP del turno matutino junto con la Lic. Alejandra Daniela Lozano González resulta ser muy gratificante ya que como nuestros jefes directos del programa es a quienes debemos dirigirnos ante cualquiera, duda, percance, logro, situación que llegará a pasar. El apoyo por parte de tus superiores siempre te va a ayudar a generar un trabajo más satisfactorio para todos los involucrados y en el PAP pasa esto, siempre está presente el apoyo de tus superiores directos que te apoyan ante cualquier situación de cualquier índole.

1.9 Secuencia de intervención.



1.2.1 Secuencia de trabajo en la atención del alumno

El Programa Psicopedagógico de Servicio Social tiene determinadas las actividades a realizar por sus prestadores de servicio social en lo referente a la atención de los alumnos, como lo establece su manual de organización, de esta manera, los prestadores de servicio social deben observar los siguientes aspectos:

- ✎ Los coordinadores del programa asignarán los casos por atender a cada uno de los prestadores, mismos que podrán retomar o iniciar.
- ✎ Cuando el caso sea retomado, el nuevo prestador deberá pedir el expediente del alumno al maestro anterior, con el fin de dar continuidad al programa de atención aplicado, el cual podrá modificar de acuerdo a su criterio.

Esta parte del trabajo cuando uno inicia como maestro titular de algún alumno. Es cuando inicia el verdadero reto, porque es cuando tienes que poner en práctica todas tus habilidades obtenidas en la carrera. Cuando uno forma parte del PAP tiene mucho apoyo por parte de sus superiores y sus compañeros, por lo que siempre te encontrarás acompañado en tu estancia en el programa y cada duda que tengas puedes externarla sin ningún problema, para que nuestro trabajo sea más ligero y poco a poco uno empieza a trabajar de manera profesional sin darse cuenta.

- ✎ Además de continuar con el programa de atención, el nuevo prestador seguirá aplicando las evaluaciones parciales con el objetivo de conocer la eficacia del programa y los resultados observados en el alumno.

Como pedagogos sabemos que una parte fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje es la evaluación constante de nuestro trabajo para saber si la estrategia que estamos aplicando en nuestros alumnos es la correcta o si no es, modificar dicha estrategia. En el programa existe el trabajo de evaluaciones parciales para conocer los avances que han tenido los alumnos, pero esta evaluación es tanto para alumnos y para maestros ya que también evaluamos de cierta manera nuestro desempeño, y aprendemos como maestros a realizar evaluaciones escritas y posteriormente interpretarlas cuando se las damos a conocer al padre de familia. Así también aprendemos como maestros a tratar con padres de familia.

- ✎ Después de aplicar el programa al alumno, se llevará a cabo una evaluación final, misma que contemplará todos los aspectos manejados.

Cuando uno como maestro observa avances en nuestro alumno, debe aplicar evaluaciones constante o una evaluación final y si esta resulta aprobatoria quiere decir que el motivo de consulta del alumno se erradico y pero no solo quiere decir eso, quiere decir que alumno

es capaz de mejorar y crear nuevas habilidades que ayuden a su formación, también quiere decir que el alumno siempre debe tener apoyos para que su proceso de formación sea enriquecedor para él, ese proceso debe estar apoyado por sus padres y la institución en la que se encuentre.

- ✍ El alumno será dado de alta si en la evaluación final se confirma que éste ha superado el problema por el cual ingresó.

Esta es una etapa muy enriquecedora dentro del programa, se podría decir que es la etapa final de estar trabajando con el alumno. Una vez llevado a cabo el programa elaborado por el prestador de servicio y de un trabajo en equipo con padres de familia es muy probable que el motivo de consulta sea erradicado y este resultado sea motivo de alta para el alumno. Durante mi estancia fui parte del proceso de dar de alta a una de mis alumnas, resultado muy enriquecedor el saber que el trabajo constante y equipo de los padres de familia y los antiguos maestros que estuvieron con mi alumna rindió frutos y logramos ayudar a nuestra alumna.

- ✍ Cuando el alumno sea de nuevo ingreso, el prestador deberá comunicarse con los padres para citarlos a la entrevista inicial. Si éstos no se encuentran, deberá dejar el mensaje dando su nombre, informando de donde habla, así como el día, lugar y hora de la cita, cerciorándose de que la persona con quien se comunicó haya recibido correctamente los datos. Asimismo, deberá tomar el nombre de la persona con quién dejó el mensaje para cualquier aclaración.

A continuación, el nuevo prestador aplicará la evaluación diagnóstica, la cual consta de los siguientes pasos:

- ❖ **Entrevista:** Ésta deberá realizarse solamente con los padres o tutores de la persona que requiere el servicio, sin la presencia del alumno, con el fin de obtener los antecedentes familiares y clínicos con mayor precisión.

Después de algunas sesiones de observación de clases de otros prestadores de servicio, se procede a la asignación de algunos casos de nuevo ingreso y el primer paso es tener una entrevista con los padres de familia, se podría decir que es nuestra primer tarea en el mundo profesional porque vas a conocer los motivos de consulta del alumno y la historia que el padre tiene sobre su hijo y los problemas de aprendizaje que presenta, al ser nuestro primer contacto de forma profesional comienzas a trabajar tus habilidades profesionales.

- ❖ **Aplicación y evaluación de pruebas:** Si el caso puede atenderse dentro del Programa Psicopedagógico de Servicio Social, se procederá a la aplicación y evaluación de pruebas para detectar los aspectos donde el alumno requiere atención.

Esta parte del trabajo en el PAP fue la primera de diversas actividades que cambiaron la visión que yo tenía sobre la educación especial ya que las pruebas que se aplican en el programa no arrojan resultados cuantitativos, números que no definen el verdadero potencial de la persona, aquí los resultados son cualitativos, las habilidades y habilidades por desarrollar que presenta en alumno.

- ❖ **Integración de resultados:** Con la información obtenida de la entrevista y las pruebas aplicadas, se llevará a cabo una integración de estos datos para precisar las áreas que requieren ser atendidas.

Una vez ya recopilado ciertos datos y tener al menos dos sesiones para conocer al alumno, empezamos el verdadero trabajo como maestros de alumnos individuales y es una etapa en el servicio en la que conoces tus habilidades como maestro y uno se da cuenta en qué áreas debes mejorar como maestro, es un trabajo recíproco porque apoyamos al alumno en su proceso de formación y en ese mismo proceso uno como maestro mejora las habilidades que ya tiene o desarrolla nuevas.

- ❖ **Estrategias de intervención:** A partir de lo anterior se diseñará el programa de acuerdo a las necesidades presentadas por el alumno.

Diseñar un programa de acuerdo a las necesidades el alumno parecería casi imposible cuando te enfrentas a esta parte del trabajo, tal vez por temor a equivocarse, pero una vez que tienes todos los datos y la información necesaria de lo que requiere tu alumno, realizar su programa donde quedarán plasmadas tus estrategias de intervención es el trabajo que te dejará los mayores conocimientos a nivel de experiencia laboral, es gran reto que al final se convierte es tu apoyo incondicional de trabajo.

Si los resultados de la entrevista y las pruebas indican que el caso del solicitante requiere de otro tipo de atención adicional que aquí no se proporcione, será canalizado al servicio correspondiente.

- Una vez precisados los problemas del alumno y establecido su programa psicopedagógico, se procederá a su implementación.

- Conforme se vaya aplicando el programa de atención, el prestador deberá practicar las evaluaciones parciales con el propósito de verificar la eficacia del programa y efectuar los ajustes necesarios.
- Después de aplicar el programa al alumno (con sus respectivas evaluaciones parciales), se efectuará una evaluación final para conocer el resultado obtenido.
- Por último, el alumno será dado de alta si se confirma que ha superado el problema por el cual ingresó.

Se considero importante desarrollar un capítulo de programa de servicio social en el que se va a llevar a cabo el taller, con la finalidad de reconocer el apoyo que este da a la comunidad aledaña a la universidad. Como se puede apreciar el programa trabaja con personas para brindarle un apoyo de educación especial y cierta población tiene alguna discapacidad intelectual, esto puede ser un poco confuso, el entender la diferencia entre educación especial y discapacidad intelectual, algunas personas podrían confundirse y creer que es lo mismo cuándo son distintas.

Para aclarar que es la discapacidad intelectual y la educación especial tendremos que dar el significado de ambos conceptos, el tipo de población con la que trabajan y la manera en que se trabaja como lo vimos en las actividades que un prestador de servicio social realiza en el P.A.P. para esto desarrollaremos ambos conceptos en el siguiente capítulo.

CAPITULO 2. “La discapacidad intelectual como campo de estudio de la educación especial”

Para poder hablar de discapacidad intelectual y educación especial, no basta con leer algunas definiciones acerca del tema. Se debe vivir la experiencia de trabajar con personas que requieren educación especial y tienen alguna discapacidad intelectual. De esta manera, viviendo la experiencia se podrá hablar con toda seguridad acerca de este tema un poco delicado para algunos.

Cuando hablamos de educación especial, en nuestra mente siempre están presentes personas que tienen alguna discapacidad intelectual, yo pensaba igual al iniciar la carrera de pedagogía hace cuatro años, pero durante mi estancia en la carrera se fueron aclarando cada vez más estos términos. Cuando te encuentras estudiando la carrera de pedagogía te das cuenta que es un campo diverso de trabajo que nunca se vuelve rutinario ya que existen diferente campo de acción ya sea investigación, capacitación, docencia, orientación vocacional y educativa, y diseño curricular, dentro de estos campos de trabajos se encuentran “subcampos” de trabajos podríamos llamarlos, en docencia para ser exactos, hablamos de educación especial la cual definiremos más adelante. Menciono que el campo de acción del pedagogo es muy diverso porque en cada campo de acción hay un objeto de estudio en común, la formación, la cual es inacabada así que siempre nos encontramos en proceso de enseñanza-aprendizaje, este proceso se vive de primera mano en la educación especial. Cada maestro, cada alumno podrá tener su propia definición de educación especial o discapacidad intelectual y es muy válido, solo tenemos que reconocer que estos dos términos no son lo mismo, existen diferencias entre ambos, diferencias que se irán aclarando a lo largo de este capítulo.

Al iniciar mi camino a través de la pedagogía solo contaba con definiciones de autores o instituciones acerca de este tema, al parecer todas correctas, pero al llamarme demasiado la atención, no bastaba tener a la mano las definiciones y características del tema, tenía que conocer a las discapacidad intelectual a través de la educación especial en la práctica, mediante mi servicio social en el Programa de Atención Psicopedagogica de la F.E.S. Aragón y fue ahí donde me di cuenta si todo lo que había leído y analizado durante la carrera era correcto o no.

¿Por qué menciono que es delicado hablar de estos dos términos? Empezare trabajando la educación especial ya que considero que de esta manera quedarán más claro ambos términos. El concepto de educación especial se ha utilizado de manera tradicional para nombrar a un tipo de educación diferente a la educación regular u ordinaria, ya que anteriormente ambos tipos de educación tomaban caminos paralelos en los que no existían puntos de acuerdo o de comparación. Es así que a los alumnos diagnosticados con deficiencia, discapacidad o minusvalía (términos que hasta la fecha se toman como sinónimos sin serlo), se les segregaba a escuelas específicas de educación especial para la atención de la condición en particular que presentaban, por el puro hecho de salirse de la norma y sin analizar en ningún momento las capacidades con las que sí contaban los

sujetos diagnosticados. Esta forma de proceder en cuanto a las personas con ciertas características especiales provocaba la segregación y marginación cultural y social de las personas así diagnosticadas. Debido a tales circunstancias, se inició el movimiento denominado normalización, el cual implica que la persona con discapacidad lleve una vida lo más "normal" posible.

En la actualidad, hablar de educación especial implica tener presentes los cambios experimentados en dicho campo, iniciando con los mismos términos de educación especial, discapacidad, dificultades de aprendizaje, necesidades educativas especiales y, por supuesto, normalidad, tan comunes en el lenguaje educativo contemporáneo.

Algunas personas confunden estos términos y creen que son lo mismo, así que analizaremos las definiciones empezando por la educación especial. Según la SEP La educación especial es una modalidad de la Educación Básica con servicios educativos escolarizados y de apoyo. Ofrece atención educativa en los niveles de preescolar, primaria, secundaria, además de formación para la vida y el trabajo, a los niños, niñas, jóvenes y adultos que enfrentan barreras para el aprendizaje y la participación, por presentar una condición de discapacidad, capacidades y aptitudes sobresalientes o dificultades en el desarrollo de competencias de los campos de formación del currículo. Impulsa el desarrollo integral de los estudiantes y prioriza la minimización o eliminación de las barreras para el aprendizaje y la participación presentes en los contextos escolar, áulico y socio-familiar. Parte sustancial de su ser y quehacer es contribuir en la construcción de políticas, culturas y prácticas inclusivas que eliminen la intolerancia, la segregación o exclusión de las escuelas. La educación especial incluye la asesoría, orientación y acompañamiento a docentes y directivos de educación básica, así como la orientación a las familias (SEP, 2013).

Basándonos en la definición que da la SEP, nos percatamos que la educación especial es una modalidad de la educación básica, y esta modalidad ofrece servicios a nivel básico, pero no solo ofrece sus servicios para personas con discapacidad, también se brinda el apoyo a personas con alguna barrera del aprendizaje. Las barreras para el aprendizaje son todos factores, situaciones, ideas, prácticas, normas, actitudes, prejuicios, relaciones, culturas y políticas que obstaculizan, dificultan, limitan, discriminan, marginan o excluyen a alumnos y alumnas del pleno derecho a acceder a una educación de calidad y a las oportunidades de aprendizaje que ofrece el currículum de la educación básica. (SEP, 2013).

Entonces esto quiere decir que las personas que no tengan alguna discapacidad intelectual pero que presenten alguna dificultad en su proceso de enseñanza-aprendizaje, requiere un apoyo extra del sistema escolarizado para fortalecer su aprendizaje en cierta área. Esto quiere decir que aquellas personas con barreras de aprendizaje ya formarían parte de la educación especial, ya que requieren algún **apoyo extra**, a parte de la educación regular a la que se asiste. La mayoría de nosotros en algún momento de nuestra vida, requerimos algún apoyo extra para reforzar nuestros aprendizajes (regularización, actividad extracurricular, material de apoyo etc.) porque en ocasiones el asistir a la escuela regular

no era suficiente para apropiarnos del conocimiento y la práctica y sin saberlo estábamos dentro de la educación especial sin tener alguna condición de discapacidad intelectual.

Para que quede más claro el tema nos apoyaremos en otra definición de la educación especial muy similar a la que trabaja la SEP, esta vez se trata de la Secretaría de Educación de Jalisco en específico la Dirección de Educación Especial de Jalisco que nos dice que La Educación Especial es una modalidad de la Educación Básica que ofrece atención educativa con equidad a alumnos con necesidades educativas especiales **con o sin discapacidad** y/o aptitudes sobresalientes, de acuerdo a sus condiciones, necesidades, intereses y potencialidades, su práctica se basa en el enfoque de la educación inclusiva, entendida como un conjunto de procesos orientados a eliminar o minimizar las barreras que limitan el aprendizaje y la participación de todo el alumnado. Las barreras, al igual que los recursos para reducirlas, se pueden encontrar en los elementos y estructuras del sistema educativo, como en escuelas, en la comunidad, y en las políticas locales y nacionales. (SEJ, 2015)

Para cumplir con su cometido, la educación especial ha de brindar:

- Procesos de asesoramiento y acompañamiento metodológico a los profesores de educación básica
- Atención y monitoreo a los alumnos
- Orientación permanente a los padres
- Difusión y sensibilización permanente a la comunidad

La definición que trabaja la SEP y la Secretaria de Educación de Jalisco son muy similares, así que podemos confirmar que en la educación especial no solo se trabaja con personas con alguna condición de discapacidad, si no con cualquier persona con o sin condición de discapacidad intelectual y que tenga alguna barrera de aprendizaje durante su proceso de formación. Dentro de ambas definiciones se trabaja implícitamente un término sumamente importante que es la **inclusión** ya que es un reto de la educación que establece orientar la práctica educativa en acciones encaminadas a incorporar al sistema educativo nacional a niñas, niños y jóvenes que, por alguna otra causa de índole social, cultural, de desigualdad de género y/o económica, no tienen acceso al sistema educativo y/o se encuentran en riesgo de exclusión de los servicios educativos.

El mismo concepto de inclusión conlleva el reconocimiento del valor de la diversidad en las escuelas y en las comunidades, lo que implica innovaciones y, a la vez, reorganizaciones que respondan positivamente con respeto a la individualidad de todos los alumnos. La educación inclusiva busca que todas las personas tengan acceso a una educación de calidad, ya que la educación es la base de una sociedad más justa e igualitaria. Un aspecto clave de la inclusión es conseguir la plena participación de todas las personas implicadas, ya que todos tenemos derecho a pertenecer a una comunidad y compartir con sus miembros las distintas experiencias de la vida cotidiana. Por lo tanto, es importante señalar que la inclusión es un proceso que no tiene fin; no es una tarea sencilla, ya que es muy fácil que aparezcan barreras que excluyan o discriminen al alumnado, o que limiten su aprendizaje y desarrollo como personas.

La misma inclusión educativa nos abre el panorama para definir las características de la educación especial. La educación especial se articula según una serie de principios básicos que son:

- El principio de **normalización** lleva implícito la noción de normalidad, concepto absolutamente relativo, sujeto a muchos tipos de criterios y modelos explicativos y en los que lo normal es diferente para cada uno de ellos. Por ejemplo, lo que hoy consideramos como normal, ayer probablemente no lo fue y quién sabe mañana. Lo que en una parte del mundo es normal, en otra puede ser considerado totalmente lo contrario. Es fácil descubrir que lo normal o anormal se encuentra fuera de la persona y depende de lo que se perciba de ella. La normalización implica que en lo posible la persona con discapacidad debe tener los mismos derechos y obligaciones que los demás miembros de la sociedad; esto no significa negar la discapacidad, sino tender al desarrollo de las capacidades individuales de cada sujeto recibiendo atención particular a través de los servicios ordinarios y propios de la comunidad, teniendo presente que solo en los casos necesarios podrá recibirla en instituciones específicas. Hacerlo con el mayor grado de normalización en cuanto a la provisión de servicios educativos, del currículum y de los emplazamientos escolares, es decir, de acuerdo con el denominado principio de integración educativa.
- El concepto de **diversidad** nos remite al hecho de que todos los alumnos tienen necesidades educativas comunes que comparten con la mayoría y, a su vez, tienen necesidades propias, que pueden ser o no especiales. Por esto necesitamos un mayor nivel de equidad, lo cual implica la creación de escuelas que eduquen realmente en y para la diversidad, entendida ésta como fuente de la calidad educativa que enriquecerá a toda la comunidad escolar. Las escuelas integradoras representan un marco favorable para la igualdad de oportunidades y la completa participación; contribuyen a una educación más personalizada, fomentan la solidaridad entre todos los alumnos y mejoran la relación costo-eficacia de todo el sistema educativo. Plantear la preocupación más amplia en cuanto al respeto y la atención a la diversidad de capacidades, motivaciones e intereses del alumnado. Se entiende, pues, diversidad en la educación al hecho de que todos los alumnos y alumnas tienen unas necesidades educativas propias y específicas para acceder a las experiencias de aprendizaje, que requieren una atención pedagógica individualizada.
- La **individualización** que responde a criterios particulares en cuanto a la intervención profesional y terapéutica (adaptación curricular, metodología especial, etc.)
- La **sectorización** responde a que los servicios educativos especiales sean brindados en el lugar donde el alumno con discapacidad vive y se desarrolla. Es decir, instrumentar los medios para que se preste servicio aún cuando no existan en el lugar instituciones específicas.

- La **integración** que se desprende del principio de normalización, en cuanto a que en la utilización de los dispositivos de la técnica y de la organización de los servicios sociales, procurará que los alumnos con discapacidad reciban la asistencia necesaria en el seno de los grupos normales y no de forma segregada. En definitiva, y como lo define el Ministerio de Educación y Ciencia, la EE es entendida como un proceso educativo dinámico que reconoce y atiende la diversidad del alumno y en la que se apoya para permitir a éste la consecución de metas más ajustadas a sus características personales. Lograr el mayor grado de desarrollo de las diferentes capacidades-objetivos para todos y cada uno de los alumnos, incluidos aquellos cuyas necesidades educativas son descritas como especiales.

Las características que forman parte de la educación especial nos llevan a una educación inclusiva sin ninguna barrera de aprendizaje, solo si aplicamos todos los principios mencionados anteriormente. Algunos conceptos se tornan subjetivos como el de “normalización” ya que lo uno considera normal tal vez no lo sea para otra persona y lo mismo pasa en el sector educativo, lo que una institución logra ver como algo “normalizado” para otra institución no lo es, y es por eso que existe tanta discrepancia cuando la educación es el tema a debatir sobre la mesa, que tanta diversidad aceptan las instituciones en sus aulas y hasta qué punto individualizar las situaciones particulares de un alumno se convierte en favoritismo, hasta qué punto un docente sin capacitación suficiente, integra de forma digna a un alumno con discapacidad en un grupo de educación regular,

Cuando hablamos de educación especial e inclusión educativa todo supone un panorama utópico en caso de que todo proceso de enseñanza se llevara a cabo de esta manera, pero sabemos que nos así, y no podemos si quiera llevarlo a cabo si no sabemos distinguir entre educación especial y discapacidad intelectual, es por esto que decidí empezar hablando por educación especial para tener un paisaje más claro acerca de la discapacidad intelectual que se desarrolla a largo de este capítulo. Teniendo en claro que la discapacidad intelectual es un campo de estudio que se encuentra dentro de la educación especial, ahora conoceremos todo acerca de la discapacidad intelectual y como ha sido el desarrollo del término y de la práctica profesional de la misma.

Desde que inicie mi camino por la universidad en la carrera de pedagogía yo tenía una idea de lo que es la discapacidad intelectual, pero solo era una idea sin argumentos y bases sólidas. Conforme fueron pasando los semestres mi idea se fue enriqueciendo ya que tenía diferentes aportaciones de lecturas, autores y maestros acerca del tema, y yo creía que ya tenía mi propia concepción muy clara de este término, uno como pedagogo se puede considerar “experto” en la materia hablando de discapacidad por el hecho de leer libros de grandes autores, por leer y aprenderte las definiciones o sus distintos niveles, creemos que los sabemos todo. Pero qué pasa cuando te encuentras en el salón de clase y el maestro lanza una pregunta al grupo como ¿Qué es la discapacidad intelectual? nosotros los alumnos, respondemos con las definiciones que hemos leído a largo de la carrera, a lo mejor en la definición que das mencionas los distintos niveles y características y una de

ellas es que son personas o “sujetos” con problemas de lenguaje porque su condición les impide comunicarse o que ni siquiera pueden realizar actividades de autocuidado que cualquiera de nosotros realiza de forma rutinaria, desde esta definición y el profesor en turno la toma por correcta, y cuando termina tu clase, sales del salón te encuentras en la explanada a un joven con condición síndrome de Down y te dice “buenas tardes” y lo ves cómo lleva arrastrando su mochila de ruedas dirigiéndose al Programa de Atención Psicopedagógica. Te quedas con “la boca abierta” mientras lo ves alejándose, porque hace unos instantes diste una definición acerca de su condición en la cual mencionabas que no podía comunicarse o realizar tareas tal y como tú las haces.

Yo fui la persona que se quedó con “la boca abierta” al ver pasar a esta persona, fue tanta mi curiosidad que decidí un día realizar mi servicio social en el Programa de Atención Psicopedagógica de la F.E.S. Aragón. Realizando mi servicio me di cuenta que parte de mi concepción sobre la discapacidad intelectual está muy alejada de la realidad que yo observaba en el programa, yo observaba personas con condición de “discapacidad intelectual” con la capacidad de comunicarse; escribir, leer, comer, conversar, correr y muchas cosas más que no alcanzas a percibir en la definición de un libro, es cierto que existen distintos niveles de acuerdo a la condición que tengan, para unos es más complicado y para otros no tanto. Incluso es en la misma experiencia de mi estancia en el programa, donde me di cuenta donde radica uno de las principales barreras de aprendizaje que provoca que las personas con condición síndrome de Down, síndrome de Williams, Autismo, Asperger, etc. no alcancen su mayor desarrollo como personas autosuficientes, hablamos de la familia, la principal institución que se encuentra antes de la escuela. En la familia se enseñan valores y principios que rigen la vida de las personas desde que son niños, no importa si el niño tiene o no tiene discapacidad intelectual, los valores y principios siempre van inculcados. ¿Cómo puede ser posible que desde casa exista la primer y más importante barrera del aprendizaje?

La educación siempre debe ir acompañada de un buen refuerzo en casa de lo contrario nunca se van ver cambios radicales en la persona. Para aclarar la pregunta anterior daré un ejemplo de mi estancia en el programa. Yo tenía una alumna llamada Ximena de nueve años con condición síndrome de Down, y para su edad es una niña muy independiente y capaz, capaz de comunicarse, de ir a la escuela, de comer sola, de ir al baño sola, de bañarse sola, lavarse los dientes, vestirse y capaz de socializar con las demás personas. Estos grandes avances que tiene Ximena y seguirá teniendo son consecuencia del arduo trabajo de su papá y de su mamá que nunca se escondieron detrás de la etiqueta “mi hija por su condición no puede hacer nada de eso”, Ximena recibe los apoyos necesarios para tener un desarrollo digno como persona. Su papá en reiteradas ocasiones cuando yo recibía a Ximena para su sesión mencionaba lo siguiente y lo cito **“Yo solo vengo a que me digan cómo debo trabajar con mi hija, no a que hagan el trabajo por mí, ustedes díganme que hago y yo llevo a cabo”** así como existen familias como la de Ximena, también existen padres con los que no se puede trabajar porque no son capaces de desechar la concepción que tienen sobre sus hijos y eso ocasiona que el alumno no tenga un desarrollo digno como persona. Si a esto le sumamos la falta de preparación de docentes y planes de estudio ineficientes, es ahí donde te das cuenta que una condición de algún síndrome o algún

problema de conducta no es una etiqueta humana, ni mucho menos una condena, solo es un camino distinto que recorrer.

Al hablar de discapacidad intelectual, aparte de explicar lo que es a través de la experiencia, también es importante conocer ¿Qué es? a través de su definición.

La noción actual de discapacidad intelectual se enmarca en la noción general de discapacidad que centra su atención en la expresión de las limitaciones del funcionamiento individual dentro de un contexto social y representa una desventaja sustancial para el individuo. La discapacidad tiene su origen en un trastorno del estado de salud que genera deficiencias en las funciones del cuerpo y en sus estructuras, limitaciones de la actividad y restricciones en la participación dentro de un contexto de factores medioambientales y personales (OMS, 2001).

2.1 La Discapacidad Intelectual

La definición de discapacidad intelectual ha sido modificada a lo largo de la historia, por lo que realizaremos un breve viaje histórico para analizar los cambios que ha tenido la definición de Discapacidad Intelectual (DI). En el año 1992 la Asociación Americana de Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo (AAIDD, antes AAMR) propuso una definición del retraso mental ahora discapacidad intelectual (novena edición) que supuso un cambio radical del paradigma tradicional, alejándose de una concepción del retraso mental como rasgo del individuo para plantear una concepción basada en la interacción de la persona y el contexto. La principal aportación de aquella definición consistió en modificar el modo en que las personas (profesionales, familiares, investigadores) conciben esa categoría diagnóstica, alejándose de identificarla exclusivamente como una característica del individuo para entenderla como un estado de funcionamiento de la persona.

La décima edición de la definición propuesta por la AAIDD se puede considerar una revisión y mejora de las propuestas hechas en la novena edición de 1992. Una vez difundido y aceptado por gran parte de la comunidad científica y profesional el cambio de paradigma, lo que ahora se pretende es: 1) operacionalizar con mayor claridad la naturaleza multidimensional del retraso mental, y 2) presentar directrices de buenas prácticas para diagnosticar, clasificar y planificar apoyos.

La discusión sobre cuál es la terminología más adecuada para referirse a la población ha sido motivo de debate desde finales de los años ochenta en ámbitos científicos y profesionales. Progresivamente este debate se ha visto ampliado a los familiares y a las personas con esa discapacidad. La principal razón para sugerir un cambio en la terminología se deriva del carácter peyorativo del significado de retraso mental que, además, reduce la comprensión de las personas con limitaciones intelectuales a una categoría diagnóstica nacida desde perspectivas psicopatológicas. La discapacidad intelectual debe concebirse hoy desde un enfoque que subraye en primer lugar a la persona como a cualquier otro individuo de nuestra sociedad.

Definir se refiere a explicar el término con precisión y establecer el significado y los límites del mismo. La definición operativa de la DI se muestra con una pequeña modificación que sustituye el término retraso mental por el de discapacidad intelectual. La DI se caracteriza por limitaciones significativas tanto en el funcionamiento intelectual como el comportamiento adaptativo, que se expresan en las habilidades conceptuales, sociales y de adaptación práctica.

La Asociación Americana de discapacidades intelectuales y del desarrollo en su 11ª edición (2010) lanza la siguiente definición de discapacidad intelectual:

“La discapacidad intelectual se caracteriza por limitaciones significativas tanto en funcionamiento intelectual, como en conducta adaptativa, tal y como se ha manifestado en habilidades adaptativas, conceptuales y prácticas. Esta discapacidad se origina antes de los 18 años”.

Esta definición va acompañada de unas premisas que clarifican el concepto:

- ✓ Las limitaciones en el funcionamiento presente deben considerarse en el contexto de ambientes comunitarios típicos de los iguales en edad y cultura.
- ✓ Una evaluación válida ha de tener en cuenta la diversidad cultural y lingüística, así como las diferencias en comunicación y en aspectos sensoriales, motores y conductuales.
- ✓ En una persona, las limitaciones coexisten habitualmente con capacidades.
- ✓ Un propósito importante de la descripción de limitaciones es el desarrollo de un perfil de necesidades de apoyo.
- ✓ Si se mantienen apoyos personalizados apropiados durante un largo periodo, el funcionamiento en la vida de la persona con discapacidad intelectual, generalmente mejorará.

Este enfoque concibe la discapacidad como el ajuste entre las capacidades de la persona y el contexto en que esta funciona y los apoyos necesarios.

El funcionamiento intelectual está relacionado con las siguientes dimensiones:

Dimensión I: Habilidades intelectuales.

La inteligencia se considera una capacidad mental general que incluye “razonamiento, planificación, solucionar problemas, pensar de manera abstracta, comprender ideas 9 complejas, aprender con rapidez y aprender de la experiencia” (Luckasson y cols. 2002, p. 40). Este planteamiento tiene relación con el estado actual de la investigación que nos dice que la mejor manera de explicar el funcionamiento intelectual es por un factor general de la inteligencia. Y ese factor va más allá del rendimiento académico o la respuesta a los tests para referirse a una ‘amplia y profunda capacidad para comprender nuestro entorno’. Hay

que tener en cuenta que la medición de la inteligencia tiene diferente relevancia según se haga con una finalidad diagnóstica o clasificatoria.

Dimensión II: Conducta adaptativa (habilidades conceptuales, sociales y prácticas).

La conducta adaptativa se entiende como el conjunto de habilidades conceptuales, sociales y prácticas aprendidas por las personas para funcionar en su vida diaria. (Luckasson y Cols. 2002, p. 73). Las limitaciones en la conducta adaptativa afectan tanto a la vida diaria como a la habilidad para responder a los cambios en la vida y a las demandas ambientales.

Dimensión III: Participación, Interacciones y Roles Sociales.

Esta nueva dimensión es uno de los aspectos más relevantes de la definición de 2002. Lo primero que resalta es su similitud con la propuesta realizada por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002) en la Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF) (2001). La OMS en esa propuesta (ver en este mismo número los artículos de Pantano y de Crespo, Campo y Verdugo) plantea como alternativa a los conceptos de deficiencia, discapacidad y minusvalía, los de discapacidad, actividad y 12 participación, dirigidos a conocer el funcionamiento del individuo y clasificar sus competencias y limitaciones. Por tanto, en ambos sistemas resalta el destacado papel que se presta a analizar las oportunidades y restricciones que tiene el individuo para participar en la vida de la comunidad.

Dimensión IV: Salud (salud física, salud mental y factores etiológicos).

En el sistema de la AAMR de 1992 se había propuesto una dimensión sobre Consideraciones psicológicas y emocionales para diferenciar la conducta psicopatológica de la concepción de comportamiento adaptativo. Si bien esta diferenciación fue un buen paso adelante, se había criticado la limitación de esa propuesta desde una “perspectiva excesivamente psicopatologizadora en la cual se destacan únicamente los problemas de comportamiento y la posible psicopatología de los individuos”, proponiendo que esa dimensión “debe extender sus planteamientos hacia la inclusión de aspectos no patológicos del bienestar emocional” (Verdugo, 1998/en prensa; Verdugo, 1999, p. 29-30).

Dimensión V: Contexto (ambientes y cultura).

Esta dimensión describe las condiciones interrelacionadas en las cuales las personas viven diariamente. Se plantea desde una perspectiva ecológica que cuenta al menos con tres niveles diferentes: a) Microsistema: el espacio social inmediato, que incluye a la persona, familia y a otras personas próximas; b) Mesosistema: la vecindad, comunidad y organizaciones que proporcionan servicios educativos o de habilitación o apoyos; y c) Macrosistema o mega sistema; que son los patrones generales de la cultura, sociedad, grandes grupos de población, países o influencias sociopolíticas. Los distintos ambientes que se incluyen en los tres niveles pueden proporcionar oportunidades y fomentar el bienestar de las personas.

Nos percatamos que en la definición de DI existen diversos factores que forman parte de ella, como el contexto, limitaciones, apoyos, comportamiento y habilidades, todos estos factores juegan un papel importante en la definición porque son los que nos van a guiar nuestra praxis al estar frente a una persona con DI. No solo el Coeficiente Intelectual (CI) juega un papel importante en el desarrollo de la DI si no una serie de dimensiones que antes no alcanzábamos a ver, son cinco las dimensiones que nos amplían el panorama incluso del diagnóstico de la discapacidad intelectual, así como la inteligencia se considera como una capacidad de la mente que influye en el desarrollo de alguna discapacidad, también las conductas o habilidades adaptativas de la persona influyen en la misma discapacidad, así como el rol que la misma persona tiene en la sociedad, ya sea un rol de perfil bajo o sumiso o uno muy activo y participativo en el cual su nivel de socialización sea de lo mejor, porque en la mayoría de los casos las personas obtienen un mejor desarrollo intelectual y personal al relacionarse con otras personas y se desarrollan habilidades que les pueden ayudar a tener una vida independiente y autónoma, pero nada de eso importa si no tiene un nivel de salud digno el cual nos ayude a fortalecer las tres dimensiones anteriores, si no tenemos un cuerpo y mente sanos no podremos llevar a cabo el desarrollo pleno y digno de nuestra vida, tengamos o no tengamos alguna DI, incluso los que nos podría llevar a tener un excelente estado de salud es nuestro contexto, (la última dimensión) la cultura que nos rodea, los ambientes que nos contagian de experiencias gratificantes. Todo lo interno y externo influye en el desarrollo de una persona no solo de un niño, también de un joven y de un adulto todo nos puede beneficiar o perjudicar.

2.2 Paradigma Tradicional del Coeficiente Intelectual.

En un paradigma anterior al de ahora la discapacidad intelectual se definía a través exámenes psicológicos que arrojaban un resultado cuantitativo, hablamos del Coeficiente Intelectual (CI) es una puntuación que se deriva de una serie de pruebas o test. Existen muchos tipos de test cuyo objetivo es medir tanto habilidades generales como específicas: lectura, aritmética, vocabulario, memoria, conocimiento general, razonamiento abstracto, habilidades visuales, habilidades verbales, etc. Entre los test que miden el CI se encuentran la Escala de Inteligencia de Wechsler para Niños, la Stanford-Binet, la Batería de Evaluación de Kaufman para Niños y la Escala de Matrices Progresivas de Raven. Tradicionalmente, la puntuación de CI se obtenía dividiendo la edad mental de la persona (el grupo de edad que de media obtuvo cierto resultado en una muestra aleatoria de la población general) por la edad cronológica multiplicada por 100.

El CI es una herramienta que nos ayuda a saber el nivel de desarrollo que las personas, principalmente niños tienen en determinada edad, sin embargo el resultado obtenido de los distintos test **puede cambiar dependiendo el estado emocional, físico y psicológico del niño y el lugar o ambiente donde la prueba sea aplicada**, por ejemplo: si se aplica cualquier test a un niño de 6 años y la prueba mide el CI del niño, pero el niño se levantó a las 6 am, no durmió bien, no desayunó de forma adecuada y parte de eso sabe que está contestando un ejercicio que se le dificulta resolver, es muy probable que obtenga un resultado sobre la media o por debajo de la media lo que en términos psicológicos puede

interpretarse que el niño no es capaz de realizar las principales tareas de autosuficiencia de acuerdo a su edad.

En muchos casos lo único que ven los aplicadores de dichas pruebas solamente es el resultado final del test, y no ven las condiciones internas y externas que influyeron en dicho resultado, tal vez el resultado hubiera sido distinto si el niño hubiera descansado lo mejor posible, desayunado de una manera correcta y no sabiendo que está realizando un trabajo, si nos posicionamos ahora en el otro extremo de la situación, que hubiera pasado si todas las condiciones son favorables y el resultado del niño es favorable, quiero decir un resultado por encima de la media, incluso dotado o súper dotado. El resultado de dicha prueba jugará un papel importante en el futuro de la persona a la que se le aplique y ese resultado puede que mejore su situación o la empeore, porque no solo las condiciones fisiológicas como la alimentación o el descanso influyen en el resultado, no solo el bienestar físico si no el también el bienestar psicológico tales como: problemas de conducta en la escuela, problemas familiares que el niño ve y escucha, depresión, ansiedad etc. Por esto que se tiene que trabajar con mucha atención la ejecución y el resultado de este tipo de test que miden el CI.

La DI se caracterizan por un retraso en el desarrollo del funcionamiento intelectual y dificultades en el funcionamiento social adaptativo. De acuerdo con la gravedad del retraso en el funcionamiento intelectual, las dificultades en el funcionamiento adaptativo y social, y el Coeficiente intelectual (CI), las clasificaciones psiquiátricas describen cuatro niveles de gravedad:

- Profunda El CI está por debajo de 20. La discapacidad intelectual profunda representa del 1% al 2% de todos los casos. Estos individuos no pueden cuidar de sí mismos y no tienen lenguaje. Su capacidad para expresar emociones es limitada y difícil de comprender. Son frecuentes las convulsiones, las discapacidades físicas y tienen una expectativa de vida reducida.
- Grave Un CI entre 20 y 34. La discapacidad intelectual grave representa entre el 3% y el 4% de todos los casos. Todos los aspectos del desarrollo están retrasados, tienen dificultad para pronunciar palabras y tienen un vocabulario muy limitado. Con práctica y tiempo considerable, pueden adquirir habilidades básicas de cuidar de si mismos, pero todavía necesitan apoyo en la escuela, en casa y en la comunidad. Discapacidad intelectual C.1 6 Manual de Salud Mental Infantil y Adolescente.
- Moderada CI entre 35 y 49, representando aproximadamente el 12% de todos los casos. Son lentos en alcanzar los hitos del desarrollo intelectual; su capacidad para aprender y pensar lógicamente está disminuida, pero son capaces de comunicarse y cuidar de sí mismos con algún apoyo. Con supervisión, pueden realizar trabajos no calificados o semi-especializados.
- Leve El CI suele estar entre 50 y 69 y representan aproximadamente el 80% de todos los casos. El desarrollo durante los primeros años es más lento que en niños de la misma edad y los hitos del desarrollo se retrasan. Sin embargo, son capaces de comunicarse y aprender

habilidades básicas. Su capacidad de usar conceptos abstractos, analizar y sintetizar está afectada, pero pueden llegar a leer y calcular a un nivel de tercer a sexto grado. Pueden hacer tareas domésticas, cuidarse a sí mismos y realizar trabajos no calificados o semi-especializados. Por lo general, requieren algún apoyo.

El CI cuenta con estas características y se encontraba inmerso en el paradigma anterior de la educación especial y la discapacidad intelectual, aún hay instituciones que trabajan bajo este paradigma. A pesar de que en el PAP y en muchas otras instituciones ya se no se trabaja bajo esta visión, considero importante mencionarlo porque ha existido un gran avance al no prestarle tanta importancia a un número poco confiable y dedicarle más atención a las habilidades y destrezas que presenta la persona. Aún existen quienes mantienen el paradigma tradicional del CI y es muy respetable.

Cada persona tiene su manera de trabajar y a lo largo de mi estancia en el PAP he adquirido los conocimientos necesarios para trabajar en un esquema de formación de habilidades y actitudes, un enfoque cualitativo y no cuantitativo con los alumnos que presenten problemas de aprendizaje. Es importante conocer como fueron creadas las distintas teorías del aprendizaje, algunas por psicólogos otras por pedagogos y dentro de ellas también las humanistas, y siempre serán reconocidos los grandes avances que tenemos gracias todas estas teorías y lo correcto sería aprender de todas para generar un trabajo completo a al momento de desenvolvemos en el área profesional ya sea docencia, investigación, capacitación, diseño curricular y orientación educativa o vocacional, esto enriquecerá nuestro trabajo. Sin embargo, también es importante definir nuestra postura ante una idea o paradigma y dentro del PAP y en lo personal consideramos imperativo el trabajo formativo bajo un diseño de estrategias que nos ayuden a potencializar las habilidades y destrezas con las que ya cuenta la persona y ayudarla a desarrollar nuevas habilidades.

El termino de CI prevaleció muy dominante por mucho tiempo, incluso actualmente sigue vigente para algunos autores o instituciones. Después surgió un término cuyo fin era la inclusión de las personas que eran segregadas por tener alguna discapacidad intelectual, este término generó un cambio ideológico y conceptual para las personas que requerían del apoyo de la educación especial y se terminara por completo las etiquetas y diversas formas de segregar y discriminar las personas que formaban parte de la educación especial, este término es las Necesidades Educativas Especiales.

2.3 Necesidades Educativas Especiales

El termino de educación especial y discapacidad tienen un gran peso a lo largo de la historia, y con el paso del tiempo se han buscado actualizar dichos conceptos para generar una mayor inclusión e integrar de manera uniforme, uno de los cambios o actualizaciones de estos términos son las Necesidades Educativas Especiales que genero un cambio

ideológico y conceptual. A este cambio ideológico-conceptual han contribuido numerosos factores. El Informe Warnock supuso un momento fundamental al convertir un conjunto de ideas generales y dispersas en una propuesta coherente y sistemática, encabezada por el concepto de "necesidades educativas especiales" (NEE).

Considero que la mejor manera de explicar el significado de las NEE es a través del Informe de Warnock este informe fue encargado por el secretario de Educación del Reino Unido a una comisión de expertos, presididos por Mary Warnock, en 1974 y publicado en 1978, convulsiono los esquemas vigentes y popularizó una concepción distinta de la educación especial. El comité comenzó sus trabajos poco después de la entrada en vigor de la Ley de Educación (para niños y niñas deficientes) de 1970. Según dicha ley toda persona deficiente, al margen de la gravedad de su dificultad, queda incluido en el marco de la educación especial, por lo que ningún niño o niña debe ser considerado ineducable. La educación es un bien al que todos tienen derecho y por tanto los fines de la educación son los mismos para todos, independientemente de las ventajas o desventajas de cada uno. (Warnock, 1978, p.147)

Estos fines son dos:

1. aumentar el conocimiento que la persona tiene del mundo en que vive, al igual que su comprensión imaginativa tanto de las posibilidades de ese mundo como de sus propias responsabilidades en él; y,
2. proporcionarle toda la independencia y autosuficiencia de que sea capaz, enseñándole con este fin lo necesario para que encuentre un trabajo y esté a disposición para controlar y dirigir su propia vida.

De esta forma, la educación especial, consiste en la satisfacción de las necesidades especiales de una persona con objeto de acercarse, en lo posible, al logro de los fines de la educación. Por un lado, las necesidades educativas son comunes a todas las personas, al igual que lo son los fines de la educación; pero, por otro lado, las necesidades de cada persona le son específicas ya que se definen como lo que él o ella necesita para, individualmente, realizar progresos.

Las influencias de este informe no se produjeron tan sólo en el país donde se originó (Inglaterra), que inspiró la nueva Ley de Educación de 1981, sino que se ha convertido en punto de referencia para la planificación educativa y la normalización en varios países, entre ellos y de forma muy especial, España. Como señala Ruiz (1988) de acuerdo con el Informe Warnock las necesidades y actuaciones educativas especiales deberían entenderse como extremos, y formando parte del conjunto de necesidades y actuaciones educativas, respectivamente; y ello en la medida en que se descarta la idea de que hay dos tipos de alumnos: los que reciben Educación Especial y los que "sólo" reciben Educación (Warnock, 1978 p. 27).

Warnock compara las dificultades educativas de los niños con los obstáculos a lo largo de una senda. Una mirada retrospectiva y su compromiso con la respuesta a las necesidades educativas especiales lleva a la autora a señalar: "La educación era un sendero a lo largo

del cual cada niño y adulto tenía derecho a caminar, un derecho "de tránsito". Para algunos, este sendero era relativamente suave y fácil, para otros un lugar con obstáculos. Estos podían surgir por una variedad de causas y podían en algunos casos ser terriblemente desalentadores. Era la obligación de los servicios educativos, creemos, capacitar a los niños para llegar tan lejos como fuera posible a lo largo del sendero, ayudándolos a superar los obstáculos. Proporcionar tal ayuda fue responder a las necesidades especiales de esos niños. Y así el concepto de necesidad educativa, siempre esta latente en el pensamiento educativo (ciertamente no es nada nuevo) llega a adquirir importancia a finales de los 70 y a principios de los 80, y fue incorporado en el Acta de Educación de 1981". El término necesidades educativas especiales que actualmente se utiliza para hacer referencia al grupo de sujetos que anteriormente eran llamados de Educación Especial, es el resultado de una evolución ideológica, social y educativa. Las concepciones sociales respecto a determinados grupos marginales se han ido modificando con el tiempo y haciéndose menos peyorativas. La progresiva democratización de las colectividades propició una igualdad de derechos, entre ellos el derecho a la no discriminación por razones de sexo, opinión, raza o características físicas e intelectuales. (Warnock, 1991 p. 147)

Así como surgió este término, surge otro más actual que predomina en nuestros tiempos cuando hablamos de discapacidad intelectual y educación especial. Lo que se buscaba era generar un estado completo de inclusión y eliminar los obstáculos ideológicos y contextuales que dificultaban la integración total de personas de educación especial y con discapacidad intelectual. Así que crean un nuevo término llamado Barreras para el Aprendizaje y Participación, ya que ahora no solo se buscaba integrar a las personas a escuelas regulares, ahora también se pretende insertarla en un campo laboral y para la vida digna mejorando las condiciones ideológicas y contextuales de la persona.

2.4 Barreras para el Aprendizaje y Participación

El concepto de barreras para el aprendizaje y la participación es el eje vertebral para la mejora de los procesos educativos desarrollados en los diferentes contextos y un pilar de la Educación Inclusiva. Como se mencionó con anterioridad, la educación inclusiva exige la construcción de una comunidad educativa sustentada en valores, preocupada por desarrollar una escuela para todos y organizada para atender a la diversidad, además de movilizar sus recursos para orquestar el proceso de aprendizaje.

Tiene como punto de partida la articulación de estrategias de análisis, identificación y sistematización de los factores (barreras) que dificultan o limitan el pleno acceso a la educación y a las oportunidades de aprendizaje de alumnos y alumnas, con la intención de actuar proactivamente para su minimización o eliminación. Las barreras para el aprendizaje y la participación surgen de la interacción entre los estudiantes y los contextos: de la mirada a un "otro" que implica la condición humana, de la elaboración de políticas, de la configuración de la cultura y de las prácticas generadas en la institución, así como de las circunstancias sociales y económicas que impactan sus vidas. En otras palabras, pueden estar presentes en todas las circunstancias de interacción y, por ello, su detección implica

realizar un exhaustivo análisis de todas las formas posibles a través de las cuales las escuelas y las aulas pueden marginar o excluir a los alumnos y alumnas.

La estrecha relación entre el modelo social de la discapacidad, el concepto de barreras para el aprendizaje y la participación implica comprender que actualmente los entornos físicos, sociales y culturales son inadecuados para permitir el aprendizaje y la participación de las personas con discapacidad, por lo que la presencia de barreras en estos entornos limita o restringen el ejercicio pleno de sus derechos humano. El miedo y el rechazo de la comunidad escolar a causa de la desinformación, la preocupación del maestro en relación a que se retrase el aprendizaje del resto de su grupo por atender al alumno con discapacidad, así como el desconocimiento de estrategias diversificadas para el aprendizaje, pueden derivar situaciones generadoras de barreras para el aprendizaje y la participación. La principal barrera a identificar es que maestros, directivos y padres, madres de familia piensen que los alumnos con discapacidad son incapaces de aprender.

Por ello, una vez identificadas las barreras en los contextos, es necesario establecer las estrategias pertinentes para minimizarlas o eliminarlas. La identificación en los contextos de las barreras para el aprendizaje y la participación y las acciones para su minimización o eliminación constituyen la oportunidad para que la escuela y las aulas se adentren a un continuo proceso de mejora y desarrollo, para crear condiciones idóneas de atención a la diversidad y ofrecer los recursos para proporcionar oportunidades de aprendizaje de calidad a todos los alumnos y las alumnas. Es decir, constituyen aspiraciones para superar las desigualdades y avanzar hacia sociedades más justas, equitativas y democráticas. Las barreras para el aprendizaje y la participación que alumnos y alumnas con discapacidad pueden enfrentar en la escuela son de diversa índole:

- ✿ Ideológicas: Tienen en común la idea de que un niño con discapacidad intelectual no es capaz de aprender algo o que no tiene sentido que lo consiga.
- ✿ Actitudinales: Las barreras de este tipo se refieren a la forma en que docentes, padres/madres, directivos y compañeros/compañeras se relacionan con el alumnado con discapacidad. El rechazo, menosprecio, la discriminación y la sobreprotección son actitudes que imponen barreras.
- ✿ Pedagógicas: Tienen en común que la concepción de las y los educadores y sus acciones de enseñanza y fomento de prácticas de aprendizaje no corresponden al ritmo y el estilo de aprendizaje del alumnado con discapacidad. Por ejemplo, cuando la enseñanza es homogénea; el docente no ofrece apoyos al alumno/alumna con discapacidad porque piensa que si lo hace, el resto del grupo se retrasa y no cubrirá el programa. Otro ejemplo es cuando la o el docente excluye al alumno/alumna con discapacidad de las actividades que realiza el resto del grupo, y le pide que realice otras correspondientes a grados escolares inferiores.

- 👉 De organización: Las barreras de este tipo se refieren al orden y la estabilidad en las rutinas de trabajo, la aplicación de las normas y la distribución del espacio y el mobiliario. Por ejemplo: los cambios abruptos en las actividades, el desorden en el acomodo del material didáctico o un alto nivel de indisciplina obstaculizan el aprendizaje de cualquier alumno/alumna; y se agudiza en el caso de quienes presentan discapacidad.

Finalmente terminaremos hablando de un concepto que ha existido ya hace tiempo y se conoce de distintas maneras, pero su significado es el mismo y al igual que todos los términos mencionados anteriormente fue creado para generar inclusión en todos los contextos, solo que este concepto busca potenciar las habilidades, destrezas o conductas de la persona, sobre todo en personas que requieren educación especial y también a personas con discapacidad intelectual.

2.5 Habilidades adaptativas

Existe un factor sumamente importante cuando hablamos de discapacidad intelectual, me refiero a las **habilidades adaptativas, destrezas adaptativas o conductas adaptativas** un término contemporáneo que nos ayuda a clarificar lo que es la DI. Cuando hablamos de habilidades adaptativas hacemos referencia a las capacidades, conductas y destrezas que una persona adquiere para desempeñarse con mayor éxito en sus entornos habituales y en sus grupos de referencia acordes a su edad cronológica. En el modelo teórico tradicional, con una perspectiva médica, las personas con discapacidad eran asistidas y tratadas como enfermos. Actualmente, en el modelo social, la discapacidad es considerada como una característica de la persona en relación consigo misma y el entorno. En este esquema, al proporcionarle los apoyos necesarios desarrollará o fortalecerá habilidades adaptativas que le permitirán una mejor calidad de vida.

La AAIDD a lo largo de su historia ha definido el retraso mental ahora discapacidad intelectual. En ese proceso ha intentado quitar el peso del “coeficiente intelectual” como único parámetro, priorizando las habilidades y conductas, así como resaltando la importancia de los apoyos para valorar las potencialidades de la persona. Así, en el año de 1992, aportó el concepto de “habilidades adaptativas” y en la última versión del 2002 incluye como uno de varios conceptos “operativos” la “conducta adaptativa o destreza adaptativa”, la cual es dividida en las siguientes áreas:

1. Comunicación: Capacidad de comprender y expresar información a través de conductas simbólicas o no simbólicas
2. Autocuidado: Habilidades relacionadas con el aseo, comida, vestido, higiene y apariencia personal.
3. Habilidades de vida en el hogar: Incluye tareas como: cuidado de la ropa, preparación y cocinado de la comida, planificación y presupuesto de la compra, seguridad en el hogar, tareas domésticas de limpieza y mantenimiento, etc.

4. **Habilidades Sociales:** Relacionadas con intercambios sociales con otras personas incluyendo: iniciar, mantener y finalizar una interacción con otros.
5. **Uso de la Comunidad:** Habilidades relacionadas con la utilización adecuada de los recursos de la comunidad que incluyen: el transporte, tiendas, servicios públicos, acontecimientos culturales, normas de urbanidad, etc.
6. **Autodirección:** Habilidades relacionadas con elegir, aprender a seguir un horario, iniciar y acabar tareas adecuadas, resolver problemas, etc.
7. **Salud y Seguridad:** Habilidades relacionadas con el mantenimiento de la salud en términos de: comer, reconocer cuando se está enfermo, primeros auxilios, sexualidad, chequeos médicos, etc.
8. **Habilidades Académicas y Funcionales:** Habilidades cognitivas y relacionadas con aprendizajes escolares que tienen una aplicación directa en la vida personal: escritura., lectura, conceptos matemáticos básicos, reloj, calendario, orientación espacio-temporal, etc.
9. **Tiempo libre y Recreación:** Hace referencia al desarrollo de intereses variados de ocio y recreativos que reflejan las preferencias y elecciones personales y si la actividad se realiza en público la adaptación a las normas relacionadas con la edad y la cultura.
10. **Trabajo:** Habilidades relacionadas con tener un trabajo a tiempo parcial o completo en la comunidad, en el sentido de mostrar habilidades laborales específicas, conducta social apropiada y habilidades relacionadas con el trabajo.

Las habilidades adaptativas son un conjunto de herramientas que todas las personas, no solo las que padezcan de DI deben de tener desarrolladas, ya que les van a ayudar a fortalecer su desempeño habitual. Sin embargo, se trabajan más sobre el esquema de las discapacidades porque se considera debido a su condición que estas personas son prioridad para obtener estas habilidades ya que se les dificulta un poco más adquirirlas.

Cuando hablamos de habilidades adaptativas y al leer su significado, no es complicado darse cuenta que son habilidades que cada ser humano debe apropiarse si es que quiere tener una vida digna y autónoma. El tener alguna condición de DI nos puede privar en un inicio de contar con estas herramientas, sin embargo, no significa que no se puedan adquirir a través de la práctica y la disciplina. Esto es lo que sucede en Programa de Atención Psicopedagógica con los alumnos que tienen alguna discapacidad intelectual, a través de la práctica, que es trabajo duro de cada sesión de trabajo y la constancia y seguimiento que se da en casa, se trabaja en la adquisición de estas habilidades que son vitales en cada persona y aun que puede parecer muy complicado la apropiación de estas herramientas en un niño o joven con condición síndrome de Down, por poner un ejemplo, se puede llevar a cabo, puede que sea un camino largo para la persona que intenta adquirirlas pero eso no quiere decir que no pueda hacerlas suyas. Solamente el trabajo constante y disciplina entrega los resultados adecuados para el alumno. Es común hablar de la carencia de estas habilidades que tienen las personas con alguna condición de DI pero ellos no son los únicos

que carecen de ellas, incluso un alumno regular o persona del sistema escolar normalizado, incluso nosotros mismos, podríamos no contar con algunas o varias de ellas y no darnos cuenta.

Necesitamos una sociedad incluyente no de nombre, sino en la práctica, que haga sentir a todos sus miembros, a todos los ciudadanos en igualdad de condiciones para participar de la vida política, económica, social, cultural, con acceso a todos los servicios particularmente salud, educación y vivienda. Una sociedad que dé cabida a todos sin importar condición social, ni sexo, edad, creencias u origen étnico, y todos tengamos los mismos derechos y obligaciones sin privilegios ante la ley y de ninguna clase; esa es una sociedad inclusiva, que brinda oportunidades para todos, sin la ideología de que ofrece las mismas oportunidades a todo mundo o que hace iguales, porque, de hecho, existen diferencias, no sólo las mencionadas anteriormente, sino también de capacidades intelectuales, de intereses, de oportunidades sociales y de preparación remota, en otros términos, existen clases sociales. Una sociedad incluyente es, pues, la sociedad que acepta en su seno a los miembros de las distintas clases sociales, sin discriminación, sin exclusión ni limitaciones para el desarrollo personal y colectivo.

Finalmente, considero que la tarea educativa es la más importante, dedicada y decisiva que realiza el profesor. La educación tiene una característica intrínseca: el optimismo, (sustancial en la educación, porque nos permite pensar en mejoras constantes) el cual implica compromiso y responsabilidad, ir más allá de las habilidades técnicas, es decir, hablamos de un compromiso humano. Para que estos objetivos se cumplan el profesor debe ser: flexible, optimista, transformador, comprometido y tener una amplia participación colegiada.

Ahora que ya conocimos a la educación especial y la discapacidad intelectual, un concepto no está “peleado” con el otro, ambos van de la mano para poder trabajar de una mejor manera. Dentro del PAP se apoya a niños, jóvenes y adultos que requieren algún apoyo de educación especial y a otros con alguna condición de discapacidad intelectual. Como lo mencionamos anteriormente podemos contemplar la discapacidad intelectual como un campo de acción de la educación especial ya que la educación especial puede trabajar con personas con discapacidad intelectual y personas sin discapacidad que requiere algún apoyo de regularización.

En algunas ocasiones llegamos a requerir apoyo porque no tenemos buenas calificaciones en la escuela o no entendemos algún tema académico y es cuando entra la educación especial a ayudarnos a regularizar nuestros conocimientos y habilidades pero no todo el apoyo es destinado al área académica, también existe apoyo en el área social como aprender a relacionarnos con los demás y ahí no entraría una regularización académica, sería una regularización en cuanto a las habilidades sociales, incluso un desarrollo de habilidades socioemocionales. Las habilidades socioemocionales es el punto central de este trabajo, y para conocer la importancia del desarrollo de estas habilidades y como mejorarían el desempeño no solo académico, también ayudarían al desarrollo personal del

individuo que requiere el apoyo, conoceremos en el siguiente capítulo ¿Qué es una habilidad socioemocional? ¿Qué habilidades son las que se pretenden desarrollar?

CAPITULO 3. “La importancia del desarrollo de las habilidades socioemocionales en el ser humano”

Nos encontramos en el punto central de este proyecto, conocer las habilidades socioemocionales, ¿Cuáles son? ¿Qué son? Y ¿Por qué es importante su desarrollo en las personas? Desarrollaremos estas preguntas a lo largo de este capítulo. Al mencionar habilidades socioemocionales (HSE) nos referimos a las herramientas que permiten a las personas entender y regular sus emociones, comprender las de los demás, sentir y mostrar empatía por los otros, establecer y desarrollar relaciones positivas, tomar decisiones responsables, así como definir y alcanzar metas personales (CASEL, 2017).

Decidí trabajar con las HSE ya que hace tiempo viví ciertas caídas emocionales y depresiones que provocaron que no tuviera un desarrollo correcto de mi vida personal y académica, experimenté situaciones que afectaron mi desempeño en estas áreas y yo culpaba a mi entorno, por el mal desempeño que tenía, cuando en realidad me costó demasiado tiempo ver que todo el mal rendimiento en distintos ámbitos era ocasionado por qué no contaba con el desarrollo de las herramientas necesarias para afrontar la situación y por consecuencia, pase por problemas emocionales: tenía baja autoestima, poca asertividad, ansiedad, toma de decisiones irresponsable, y una mala regulación de mis emociones. Supe que esto era el origen de todo lo que estaba viviendo. Cuando ya me encontraba en una situación muy precaria, con ayuda de mi familia y el correcto asesoramiento de personas profesionales en mi vida logre darme cuenta de lo que tenía que cambiar para poder mejorar y no volver a pasar por situaciones parecidas.

Las HSE tales como: liderazgo, desapego, asertividad, conciencia social, autoconocimiento y empatía, entre otras son un conjunto de herramientas que el ser humano necesita para su desarrollo personal, laboral, académico y espiritual. Es por esto que surge la idea de la creación de un taller para jóvenes y adultos que les ayude a desarrollar las habilidades socioemocionales mencionadas anteriormente, para brindarles las herramientas necesarias para que las apliquen en su vida diaria.

Comenzaremos definiendo qué son las HSE como primer apartado. Estas habilidades juegan un papel fundamental en nuestra vida, y como el ser humano se desenvuelve en grupos, comunidades y familia, se convierte en un fenómeno social, debido a esto maneja dos conceptos: emociones y sociedad, de ahí el término habilidades socioemocionales.

3.1 ¿Qué son las habilidades socioemocionales?

Las HSE son las conductas aprendidas que llevamos a cabo cuando nos relacionamos con personas de nuestro entorno, por medio de la expresión de nuestros sentimientos, actitudes, derechos u opiniones. Dentro de las habilidades socioemocionales existen habilidades básicas (escuchar, iniciar una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, etc) y habilidades más desarrolladas (tomar iniciativas, tomar

decisiones, establecer objetivos o resolver problemas según su importancia, entre otras). Para poder llegar a desarrollar las segundas se debe generar la adquisición de las primeras.

Uno de los entornos formativos para el desarrollo de las HSE es la escuela, ya que estas habilidades se deben empezar a trabajar en edades tempranas. La educación tiene por función principal la adaptación social del individuo. Esto conlleva fomentar su integración en la sociedad mediante la socialización, a través de la cual cada sujeto, mediante la interacción con los demás, desarrolla diversas maneras de sentir, pensar y actuar que resultan esenciales para la participación apropiada en la sociedad.

La escuela juega un papel significativo en la educación de los jóvenes al brindarles la oportunidad de adquirir mayores conocimientos y mayor conciencia social y emocional. Además, ofrece el espacio ideal para desarrollar diversas habilidades. El aprendizaje socioemocional dota a las personas de entendimiento, estrategias y habilidades que les ayudan a desarrollar un concepto positivo de sí mismos, promover relaciones sanas y de respeto, así como a desarrollar la capacidad de reconocer y manejar sus emociones y tomar decisiones responsables.

En todas las aulas del país, desde aquellas que se encuentran en las ciudades más pobladas hasta las que se encuentran en el lugar más recóndito, los docentes deben tener una relación armoniosa con sus estudiantes, y éstos, a su vez, deben saber convivir entre ellos para poder trabajar juntos y con otros para aprender de la manera más efectiva y desempeñar un buen papel en su familia, su comunidad y el mundo. Esto es especialmente importante en la educación, pues los estudiantes son adolescentes que atraviesan por cambios físicos, en sus habilidades cognitivas, de su desarrollo emocional y social. Es una etapa durante la cual algunos pueden experimentar dificultad y confusión. Así, la adolescencia es una etapa clave para que los estudiantes adquieran un mayor entendimiento sobre ellos mismos y sobre el mundo que los rodea. Muchos tendrán trabajo por primera vez, su primer novio o novia, pero sobre todo tomarán decisiones que pueden repercutir de manera fundamental en su primer acercamiento a la vida adulta.

En consecuencia, es inherente el trabajo como docente de dotarlos lo mejor posible de las habilidades que necesitarán para enfrentar los distintos retos que les esperan.

De acuerdo al diagnóstico de necesidades que se hizo en el PAP a través de la observación y participación en las sesiones que se llevan a cabo con los jóvenes y adultos del programa se encontró que ciertas HSE no están del todo desarrolladas en ellos.

Lo más importante en el desarrollo de una persona no es únicamente los conocimientos académicos, sino la capacidad que se tenga para desarrollar un conjunto de habilidades diversas como la persistencia, el autocontrol, la curiosidad, la conciencia, la determinación y la confianza en sí mismo. Por esto considero imperativo la realización de un taller en donde los jóvenes del PAP del turno matutino para que desarrollen habilidades socioemocionales que los beneficiará en los siguientes aspectos:

- Reconocer, regular y expresar adecuadamente las emociones.
- Mejorar el conocimiento de uno mismo.
- Aumentar de la valoración que nos hacemos como personas.
- Mejorar la confianza en uno mismo.
- Manejar diferentes técnicas de resolución de conflictos.
- Mejorar la comunicación con los iguales y los adultos.
- Mejorar las relaciones interpersonales.
- Mejorar la motivación de los alumnos.
- Mejorar el rendimiento del alumno.

Actualmente, en la sociedad se dan continuos cambios que exigen al individuo un reajuste continuo. Por ello, es de vital importancia desarrollar la capacidad de adaptación del individuo y flexibilización de los sujetos para poder ir moldeándonos según las necesidades que vayan surgiendo. Así, considero que coadyuvando al desarrollo de HSE en los jóvenes del PAP mostrarán destreza a la hora de relacionarse y comportarse adecuadamente de acuerdo a unos objetivos determinados ante diversas situaciones.

A lo largo de este capítulo se irán tocando distintos puntos, entre ellos los contextos en los que se tienen que desarrollar las HSE y por qué tiene que ser en esos contextos, en automático se pueden venir a nuestra mente la escuela y la familia, las instituciones más importantes en las que se desarrolla el ser humano, en el siguiente subtema abordaremos este tema de manera más clara.

3.2 El impacto de las habilidades socioemocionales en el aula

El taller será diseñado bajo un ambiente educativo, en un aula. Las HSE se deben trabajar desde un inicio en la institución número uno que es la familia, sin embargo, como se mencionó anteriormente en muchas familias se deja de aparte el desarrollo humano ya que sus condiciones de vida son precarias, o incluso existe la otra parte en la sin saber que están desarrollando de forma correcta las HSE lo hacen inconscientemente y de una correcta forma. La escuela no es la “barita mágica” que muchos padres de familia creen, algunos creen que porque su hijo vaya a la escuela él ya va adquirir las habilidades, los conocimientos y valores que ellos requieren para vivir una vida digna. Es cierto que la escuela es un ambiente de formación, pero esta formación sería realmente completa si cada institución, familia y escuela asumieran el papel que a cada una les corresponde, por eso este capítulo hablaremos de la importancia que el aula tiene en el desarrollo de las distintas HSE.

La importancia de las HSE en el logro educativo ha sido reconocida de forma creciente; se argumenta que benefician el desarrollo personal y social de los individuos. Estudios empíricos y revisiones sistemáticas de la literatura han corroborado su impacto en la mejora de las habilidades de lectura, matemáticas y ciencias. Pero, ¿cómo explicar estos hallazgos? Algunos modelos conceptuales señalan que el desarrollo socioemocional en la infancia y adolescencia en un primer momento mejora la percepción de sí mismos, de otros,

y de los centros escolares. Este desarrollo socioemocional y de la apreciación del entorno tiene un impacto subsecuente en la autoestima y en las habilidades cognitivas y metacognitivas que promueven el aprendizaje, al mismo tiempo que reduce el estrés emocional y las conductas problemáticas en el aula. Como consecuencia, estos factores en su conjunto contribuyen al logro educativo que se ha reportado en la literatura científica.

En los enfoques teóricos desarrollados al presente, se pone énfasis en la promoción de distintas HSE en el contexto educativo. De entre estos enfoques destaca el trabajo del grupo de investigadores involucrados en el proyecto Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning [Colaboración para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional] (CASEL por sus siglas en inglés), que propone el desarrollo de cinco HSE: autoconsciencia, consciencia social, autogestión, habilidades para las relaciones sociales y toma responsable de decisiones.

La autoconsciencia o consciencia de sí mismo involucra la capacidad de identificar las propias emociones, hacer una evaluación realista de las propias capacidades y un sentido de confianza en uno mismo. La consciencia social se enfoca en la capacidad de poder identificar las emociones de los otros, poder tomar en cuenta otros puntos de vista, y la capacidad de poder interactuar de modo positivo con personas diversas. La autogestión implica poder manejar las emociones propias en la ejecución de tareas, ser capaz de postergar recompensas y perseverar en las tareas a pesar de las dificultades y frustraciones. Las habilidades en las relaciones sociales se evidencian cuando debemos saber manejar nuestras emociones en las relaciones sociales de modo efectivo, en la capacidad de poder mantener relaciones saludables basadas en la cooperación, poder negociar la solución a conflictos, y buscar ayuda cuando se necesita. Finalmente, la toma de decisiones responsable tiene como ejes el poder tomar decisiones considerando factores que influyen en nuestras acciones, las posibles consecuencias y rutas alternativas de acción, al mismo tiempo que involucra poder respetar y cuidar de otros con nuestras acciones y tomar la responsabilidad de nuestros actos. En este apartado de este subtema se mencionan ciertas HSE que el proyecto CASEL propone ya que han trabajado y lo han puesto a prueba. Se considerarán algunas de estas HSE para incluirlas al desarrollo del mismo taller, sin embargo en cada ser humano es distinto el proceso de enseñanza-aprendizaje y cada uno requiere de distintos tiempos o en este caso distintas habilidades, sé considero importante mencionar el proyecto CASEL ya que es un proyecto que se ha llevado a cabo y a generado propuestas de trabajo, de esta manera vemos que la idea de trabajar con HSE en los alumnos no es errónea, se trata de generar una serie de acciones para que se den a conocer este tipo de proyectos y talleres, así las demás personas alcancen a ver el impacto de este tipo de trabajos.

Estas habilidades pueden desarrollarse y ejercitarse de manera intencional en el contexto educativo, y que justo la infancia y la adolescencia son las etapas más significativas para aprenderlas (Cunningham, W., McGinnis, L., García, R., Tesliuc, C. y Verner, D., 2008, p. 78). Se menciona que es durante la infancia o adolescencia porque es la etapa del ser humano en donde al obtener un conocimiento o una habilidad se apropia totalmente de esa habilidad y conocimientos ya que son más receptivos, en esta etapa evolutiva del niño es

cuando absorbe más conocimientos como si fuera una esponja y se los apropian aún que ellos no sean conscientes de esto.

Existe consenso de que en la actualidad los jóvenes y las personas de todas las edades requieren de una formación integral que no sólo proporcione conocimientos académicos, sino que les brinde herramientas que les permitan enfrentar con éxito las demandas de un mundo complejo y cambiante además de destacar que diversos autores señalan que trabajar con HSE ayuda a prevenir situaciones de riesgo, tales como violencia, depresión, drogadicción, deserción escolar, estrés, entre otras; también promueve las capacidades necesarias para un inminente ingreso de los jóvenes a un mercado laboral altamente competitivo (Cunningham, 2008, p.90). Por tal motivo, facilitar el desarrollo de las HSE de los jóvenes desde el ámbito educativo es fundamental, ya que éstos atraviesan por un momento crucial en el que deben tomar decisiones que tendrán un impacto determinante en su futuro. Se trata de un trabajo realmente humano, ya que si el ser humano se encuentra “mal” emocionalmente su proceso de formación se verá realmente afectado y no alcanzará a desarrollar todas sus habilidades, destrezas y conocimientos

La preparación de los jóvenes para la vida es uno de los principales retos que enfrentan las políticas públicas de nuestro país, considerando que la cuarta parte de la población total está conformada por jóvenes de 15 a 29 años de edad. Es decir, en 2015 había 30.6 millones de jóvenes, de los cuales 21% (6.5 millones) tenían entre 15 y 17 años de edad, y el universo de jóvenes que asistía a la educación media superior (EMS) ascendía a 5.3 millones de estudiantes (INEGI, 2016). Con la reciente integración de las HSE como una innovación educativa al currículo de la educación obligatoria, México ha dado un gran paso hacia la mejora del bienestar de sus niños y jóvenes. El desarrollo de estas habilidades sucede en una gran diversidad de contextos e inicia en la familia; inicia en la familia porque como seres humanos es nuestro primer contacto con otro ser. Socializamos primero con nuestra familia que es la primera institución de formación en una persona, los valores, conocimientos y habilidades que obtenemos primero son las familiares, por eso es de vital importancia la educación y formación que nuestros padres, hermanos y seres cercanos al núcleo familiar. Si un niño nace en ambiente lleno de violencia y agresividad por parte de sus padres se verá afectado emocionalmente, puede ser que el niño también se vuelva violento o que sea consciente que él no quiere ser así pero mientras tanto ya se vio afectado emocionalmente por culpa su núcleo familiar y esos problemas se verán reflejados a lo largo de su vida, en la cual no se verá beneficiado. Del lado contrario si el niño nace en una familia no disfuncional con buenas oportunidades, pero sobre todo una familia que se preocupa por la salud emocional de sus hijos, este niño obtendrá ciertas HSE que le serán de vital importancia al encarar situaciones que pongan en peligro su salud emocional y sabrá desenvolverse de una manera más eficiente que el niño que nació en un ambiente violento.

No existe una receta única para desarrollar el aprendizaje socioemocional de los estudiantes en el contexto de la escuela y en el aula. Las intervenciones de HSE se asocian a una mayor asistencia escolar, mayor involucramiento en el aula, y una mayor resolución de conflictos entre pares. No obstante, hoy contamos con evidencia suficiente que nos

revela el gran potencial que se tiene para moldearlas desde la escuela. Por fortuna las personas ingresan desde temprana edad a la escuela y es ahí donde se pueden empezar a trabajar las HSE en el niño, desde una edad que resulta favorable para ellos.

La escuela tiene un papel fundamental en el desarrollo de estas habilidades, en caso de que la familia no asuma su papel como institución formadora, alguien tiene que ayudar a las personas que carecen de un óptimo desarrollo de las HSE, es por eso que este taller se llevará a cabo dentro de las instalaciones de la FES Aragón, a los jóvenes y adultos del PAP, se proporcionará esta ayuda dentro de instalaciones educativas ya que es donde se han abierto más espacios para el desarrollo de estas habilidades. Así como se habla de la escuela como contexto formador, incluso de estas habilidades para la vida, también debemos tener en cuenta, y como nos referimos a un ambiente educativo entonces esta persona, hablamos del docente. El maestro debe contar con ciertas habilidades, actitudes y aptitudes para poder transmitir de la mejor manera el conocimiento, pero ahora no solo hablamos de conocimientos académicos, hablamos de habilidades socioemocionales que tienen que ser transmitidas de forma asertiva, de lo contrario el mensaje y los aprendizajes que se pretenden transmitir no se harán propios de los educandos que participen en proceso.

3.3 El papel del pedagogo en el desarrollo de las habilidades socioemocionales

El pedagogo, maestro, docente o facilitador como se le conoce actualmente juega un papel fundamental en el proceso de formación de los individuos, ya que es el mediador entre el conocimiento y la persona a la que se le va a transmitir dicho conocimiento, con conocimiento no me refiero solo a los académicos, también las habilidades, destrezas y en este contexto las HSE. En esta parte abordaremos la importancia que tiene el docente al impartir el desarrollo de estas habilidades, qué habilidades, actitudes y aptitudes debe tener como maestro responsable para poder transmitir de la mejor manera los conocimientos y habilidades.

Es entendible que muchas veces los docentes se sientan preocupados, además de enseñar su materia, saber cómo manejar emocionalmente a sus estudiantes, ésta no es tarea sencilla puesto que, algunas veces, los alumnos presentan deficiencias académicas o manifiestan problemas de conducta. Tampoco podemos olvidar que los estudiantes de la educación básica y media superior, son niños y adolescentes que están en etapas que traen consigo numerosos cambios físicos, emocionales, cognitivos y sociales. Es un periodo donde el individuo crea conciencia de sí mismo, todo individuo desarrolla una identidad propia, genera nuevas e incrementadas expectativas sobre la escuela y el trabajo y desarrolla las habilidades cognitivas que ha adquirido a lo largo de su vida.

Diariamente el docente vive situaciones en el salón de clases a las que tiene ciertas limitaciones emocionales. Sus emociones pueden influenciar su motivación y funcionamiento cognitivo, por lo cual, estudiantes con “mala conducta” dentro del salón de clases pueden activar emociones en el maestro que repercuten en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Actualmente, al docente se le demandan mayores habilidades

socioemocionales que coadyuvan al desarrollo de iguales habilidades en sus alumnos. La SEP al desarrollar distintos proyectos para el desarrollo de las HSE Un maestro social y emocionalmente competente goza de las siguientes características (SEP, 2010):

- ❖ Tiene alta conciencia de sí mismo.
- ❖ Reconoce sus emociones, patrones emocionales y tendencias y sabe cómo generar y utilizar emociones como la alegría y el entusiasmo para motivar el aprendizaje en él/ella mismo(a) y en otros.
- ❖ Tiene un entendimiento realista de sus capacidades y reconoce sus fortalezas y habilidades emocionales.
- ❖ Goza de una alta conciencia social.
- ❖ Sabe cómo sus expresiones emocionales afectan su interacción con otros.
- ❖ Reconoce y entiende las emociones de otros.
- ❖ Es capaz de construir relaciones sólidas y de apoyo a través de la comprensión mutua y la cooperación y puede negociar de manera efectiva soluciones a situaciones conflictivas.
- ❖ Es culturalmente sensible.
- ❖ Entiende que otros pueden tener diferentes perspectivas a las de él/ella y toma esto en cuenta en sus relaciones con estudiantes, padres y colegas.
- ❖ Exhibe valores prosociales y toma decisiones responsables con base en una evaluación de factores que incluye cómo sus decisiones pueden afectarlo(a) a él/ella y a otros(as).
- ❖ Respeta a los demás y asume la responsabilidad de sus decisiones y actos.
- ❖ Sabe cómo manejar sus emociones, su conducta y su relación con otros.
- ❖ Puede controlar su conducta incluso cuando está emocionalmente afectado por situaciones difíciles.
- ❖ Puede regular sus emociones sanamente de manera que facilita resultados positivos en el aula sin comprometer su salud.
- ❖ Establece efectivamente límites con firmeza, pero siempre con respeto.
- ❖ Se siente cómodo con el nivel de incertidumbre que surge al dejar que los estudiantes resuelvan las cosas por sí mismos.

Si el docente cumple con la mayoría de estas características, entonces va por buen camino. Puede empezar demostrando en clase actitudes como saludar a sus estudiantes por su nombre cuando entren al salón, empezar o terminar el día con breves periodos dedicados a que los estudiantes reflexionen sobre lo que han aprendido y qué quieren aprender, crear reglas en el salón, que reconozcan el comportamiento positivo como trabajo en equipo, empatía y apoyo, mostrar interés por sus vidas personales fuera de la escuela e incluso preguntarles cuáles consideran que han sido los ambientes de aprendizaje más y menos exitosos para ellos en el pasado y utilizar esta información a su favor. Cada maestro tiene un papel crucial como fuente de apoyo y como factor decisivo en el éxito de los estudiantes. Un estudiante pasa la mayor parte de su tiempo en la escuela convirtiendo a los maestros, la mayoría de las veces, en el adulto más importante de su día a día.

De acuerdo a las habilidades que la SEP nos arroja, se marcan los parámetros que nosotros como docentes debemos cumplir, personalmente y profesionalmente. Debemos ser muy cuidadosos al momento de trabajar las emociones de alumnos ya que una mala praxis puede perjudicar el crecimiento personal del educando.

Ya conocemos que son las HSE y qué sentido tienen para la vida del ser humano. Conocemos los lugares propicios para su desarrollo y quién es el encargado de transmitir estos conocimientos, ahora tenemos que dar a conocer que HSE son las que queremos desarrollar en los jóvenes y adultos del PAP, así mismo se explicará cada una de ellas para justificar por qué está presente en taller y no otras.

3.4 Las habilidades socioemocionales de los jóvenes y adultos del turno matutino del PAP.

Cómo se mencionó anteriormente, la población con la que se trabajará será un grupo de jóvenes y adultos del programa. Durante mi estancia de servicio social fui maestro de este grupo de alumnos, los conocí en el ámbito académico y personal, algunos de ellos tenían mucha confianza hacia mí, cuando tenían algún problema personal, lo reflejaban inmediatamente, ya que no querían trabajar, no querían comer, no platicaban cómo siempre, se sentían cansados, entre otras cosas, al conocerlos sabía diferenciar cuando se trataba de un simple berrinche, capricho o flojera, así que cuando ocurrían este tipo de comportamientos, le pedía al alumno que presentaba esta conducta que si me acompañaba a fuera un momento, generaba un “tiempo fuera” con el alumno, le preguntaba ¿Qué tienes? ¿Por qué estas así? Así que comenzaba a platicarme que era lo que le ocurría. En la mayoría de los casos los alumnos tenían problemas familiares, algunos sufrían el deceso de un familiar, se peleaban con sus padres, se enojaban con algún amigo, discutían con su novio o novia, entre otras cosas y fue ahí donde comencé a notar que mis alumnos carecían de un desarrollo de ciertas habilidades como todo ser humano, habilidades: como empatía, asertividad, desapego, toma de decisiones responsable, etc. los alumnos tenían un desarrollo de HSE en distintos niveles unos más altos que otros, o viceversa, algunos su desarrollo era casi nulo.

Lograba percatarme de esta situación al interactuar con ellos, ya sea en el algún “tiempo fuera” que generaba durante la clase, o durante la hora de su receso que era el tiempo en donde sentían más confianza. Durante estos momentos los alumnos me platicaban situaciones de su vida diaria con el propósito de que yo les brindaría algún consejo que los guiará a tomar la decisión correcta. Los jóvenes y adultos del programa cuentan con HSE desarrolladas en distintos niveles, fue por esto que consideré pertinente llevar a cabo este taller con mis alumnos, para potencializar su desarrollo de estas habilidades, y que ellos conozcan la importancia de conocer cada una de ellas.

3.5 ¿Qué Habilidades Socioemocionales se van a desarrollar?

Es tiempo de empezar a hablar de las HSE que se van a desarrollar en los jóvenes y adultos del PAP, se trata de ciertas emociones que se sometieron a una valoración ya que existe una gran variedad de estas habilidades y se eligieron las que cada persona debe tener bien cimentada como pilares que sostengan y guíen su vida, después de haber tenido sesiones de observación para percibir que HSE hacen falta desarrollar en los alumnos del programa o que habilidades aún no tienen desarrolladas. Se llevo a cabo un ejercicio de discernimiento para elegir las siguientes habilidades: asertividad, autoconocimientos, empatía, conciencia social, liderazgo y desapego, son solo seis HSE, sin embargo, considero que trabajando tan solo con estas seis se lograrán formar cimientos emocionales muy fuertes en los jóvenes y adultos del PAP, así que iremos desglosando cada una de ellas para justificar por qué se eligieron estas HSE.

La asertividad

Comenzaremos hablando de la asertividad, considero que esta habilidad tiene una presencia vital en la vida del ser humano ya que tiene que estar desarrollada desde que uno nace, nos la deben inculcar a través del ejemplo al exigirnos gatear, caminar, hablar para poder crecer como ser humano, se debe desarrollar esta habilidad para que todo ser humano se comunique de forma clara y precisa sin daño a terceros y a ellos mismos.

La habilidad de ser asertivo proporciona importantes beneficios:

- Incrementa la autoestima.
- Le proporciona la satisfacción de hacer las cosas con la capacidad suficiente, llegando a aumentar la confianza y la seguridad en sí mismo.
- Mejora la posición social, la aceptación y el respeto de los demás
- Se hace un reconocimiento a la capacidad de si mismo. Se afianzan los derechos personales.
- La asertividad suele usarse también para resolver problemas psicológicos y disminuir la ansiedad social.
- Hace que la persona no sea ni muy agresivo, ni muy pasiva
- Para aprender asertividad resulta imprescindible tener claro el hecho que tanto ser en extremo agresivo o muy pasivo, no le servirá de mucho a la hora de conseguir los objetivos que usted desea.
- Ser asertivo
- Una persona asertiva es aquella que:
- Es expresiva, espontánea y segura,
- Tiene una personalidad activa,
- Defiende sus propios derechos,
- No presenta temores en su comportamiento,
- Posee una comunicación directa, adecuada, abierta y franca, Su comportamiento es respetable,
- Acepta sus limitaciones,

- Se comunica fácilmente con toda clase de personas. Ser asertivo es saber expresarse sin ansiedades, es decir cuáles son tus puntos de vista y tus intereses, sin negar los de los demás.

Alberty y Emmons la definen de la siguiente manera “La conducta que permite a una persona actuar con base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales, sin negar los derechos de los otros.” (Alberty y Emmons, 1978, p.66) Otros autores retoman la asertividad como la habilidad de expresar los sentimientos. “Permite a la persona expresar adecuadamente (sin medir distorsiones cognitivas o ansiedad y combinando los componentes verbales y no verbales de la manera más efectiva posible) oposición (decir no, expresar desacuerdos, hacer y recibir críticas, defender derechos y expresar en general sentimientos negativos) y afecto (dar y recibir elogios, expresar sentimientos positivos en general) de acuerdo a sus intereses y objetivos, respetando el derecho de los otros e intentando alcanzar la meta propuesta.” (Walter, 1988, p.50) Esto no significa querer llevar siempre la razón, sino expresar nuestras opiniones y puntos de vista, sean estos correctos o no, con el derecho a equivocarnos.

La persona que no es asertiva muestra una falta de respeto por sus propias necesidades, y su meta es aplacar, pacificar y evadir conflictos. Las razones por las cuales la gente es poco asertiva, es que piensan que no tienen derecho a expresar sus creencias u opiniones. En este sentido, hay que enseñar que la gente tiene derecho a defender sus derechos ante situaciones que suelen ser injustas. Los casos en los cuales no es aconsejable defender nuestros derechos se reducen solo a aquellos en los que corremos peligro de agresiones a nuestra integridad física o situaciones que estén al margen de la legalidad. Para todo hay un momento, y saber encontrar el momento adecuado para decir las cosas es también una habilidad.

Al conocer ahora la definición de asertividad podríamos creer solo con esta habilidad presente en los seres humanos toda su formación sería muy distinta y mejoraría en muchos sentidos, y puede que así sea, pero si unimos esta habilidad con las demás que vienen a continuación formaremos una red socioemocional inquebrantable en cada uno de los jóvenes y adultos de PAP. Desarrollaremos otra habilidad que pretende trabajar que es la empatía ya que es una habilidad que apoyada por la asertividad se convertiría en una combinación muy saludable para los seres humanos.

La empatía

La mayoría de las personas creemos o asumimos que sabemos el verdadero significado de empatía y lo englobamos a que solo es “ponerse en los zapatos del otro” cuando su definición es aún más compleja de lo que parece, no solo se trata de colocarse en una posición contraria para comprender al otro, se trata de seguir y respetar una serie de parámetros para llevar a cabo el desarrollo correcto de esta HSE que es vital para poder

tener un vida respetable y digna ya que el ser humano es un ser social, aprende y se forma dentro de una sociedad, mediante relaciones personales en las cuales se entablan canales de comunicación que si no se respetan o se cuidan puede perderse el verdadero sentido de la socialización y eso ocasionar un problema emocional en el ser.

Para que esta habilidad pueda desarrollarse de la mejor manera se deben tomar en consideración algunas capacidades del comportamiento tales como:

- La calidad de interrelación.
- El desarrollo moral.
- El altruismo (generosidad).

También debemos tener en cuenta:

- 👉 Las respuestas emocionales.
- 👉 El bienestar que orientamos hacia las otras personas.
- 👉 Algunos sentimientos empáticos (simpatía, compasión y ternura).

La empatía cumple funciones de motivación e información, ya que va dirigida a aliviar la necesidad de otra persona, permitiendo obtener información acerca de la manera en la cual se debe valorar el bienestar de los demás. Esta habilidad empleada con acierto, nos facilitara el progreso de las relaciones entre dos o más personas, convirtiéndose en algo así como nuestra conciencia social, ya que situarse en el lugar de la otra persona, ayuda a comprender lo que esta siente en este momento.

Ser empáticos no significa estar de acuerdo con el otro, ni tampoco implica dejar de lado nuestras propias decisiones para asumir como nuestras las de los otros. Podemos estar en completo desacuerdo con alguien, pero debemos tratar de respetar su posición, debemos aceptar como validas sus propias creencias y motivaciones.

Es de sabios recordar que los malos entendidos solo terminarán cuando las personas entiendan el punto de vista de los demás. Por ello debemos estar atentos en todo momento, pues no siempre lo que le funciona a una persona le funciona a otra.

Cuando una persona es empática:

- 👉 Se ajusta a las situaciones.
- 👉 Sabe escuchar, pero mejor aún sabe cuando hablar y cuando no.
- 👉 Regula las emociones del otro.
- 👉 Escucha con atención y está dispuesta a discutir los problemas.
- 👉 Es abierta y flexible a las ideas.
- 👉 Apoya y ayuda.
- 👉 Es solidaria.
- 👉 Recuerda los problemas y le da solución.
- 👉 Propicia el trabajo en equipo.
- 👉 Alienta la participación y la cooperación.
- 👉 Orienta y enseña.

- ✚ No se impone a la fuerza.
- ✚ Confía en el grupo y en los individuos.
- ✚ Estimula las decisiones de grupo.
- ✚ Se comunica abiertamente.
- ✚ Demuestra capacidad de autocrítica.

Ser empáticos es simplemente ser capaces de entender emocionalmente a las personas, lo cual es la clave del éxito en las relaciones interpersonales.

Cuando las personas carecen de esta habilidad tienen dificultades para poder interpretar de manera correcta las emociones de los demás. No saben escuchar, muchas veces son ineficientes, son sujetos “fríos”, son personas insensibles. Estos individuos dañan las emociones de quienes los tratan.

Cuando se presenta una grave carencia de esta habilidad las personas se hacen incapaces de expresar los propios sentimientos, incluso dejan de percibir adecuadamente los sentimientos de los demás. Se convierten en personas asociales, y si nos vamos a una situación extremista pueden llegar a convertirse en psicópatas, individuos desequilibrados que no tienen ninguna consideración por los sentimientos ajenos y que pueden llegar incluso a manipularlos en propio beneficio.

La empatía debe convertirse en una habilidad crucial para alcanzar la excelencia, pero como la mayoría de las habilidades, no basta con entender al otro, hay que demostrarlo, ya que la otra persona percibe que se le comprende cuando:

- ❖ Física y psicológicamente le prestamos atención a sus mensajes y a sus gestos corporales (tensión, resistencia y aceptación).
- ❖ No evadimos los temas importantes que surgen durante nuestra conversación, manteniendo siempre la cordialidad, demostrándole que estamos dispuestos a conversar los temas que él considera importantes.
- ❖ Le hacemos saber de manera afectiva que entendemos su mensaje.
- ❖ Le concedemos especial atención a sus respuestas.
- ❖ No lo evaluamos, ni los juzgamos, ni mucho menos lo descalificamos.
- ❖ Lo comprendemos y nos ponemos siempre en su lugar, evaluando la situación desde su propia perspectiva.
- ❖ Si hay algo que a él le resulta interesante y a nosotros no, nos preocuparemos solo en entender porque él lo siente así.

Vamos a ir uniendo cada una de la HSE que se pretenden desarrollar, hasta ahora llevamos la asertividad y la empatía, ahora conociendo la definición de estas dos, ¿Cómo sería el crecimiento personal de alguien que está pasando por alguna depresión emocional por la pérdida de una pareja o de un ser querido? ¿Acaso no sería un duelo muy distinto a los que estamos acostumbrados? Continuaremos hablando ahora con el autoconocimiento y de la misma manera buscaremos la relación de esta HSE con las anteriores que hemos desarrollado.

Autoconocimiento

El autoconocimiento es una de las HSE más personales ya que se trata de conocerse a uno mismo, pero no solo en cuanto a gustos o hablando del cuerpo al físico, se trata de la identidad, ¿Qué tanto sé de mí?, ¿Qué tanto realmente me conozco? se trata de identificar aspectos relevantes de su identidad como sus valores, logros, fortalezas, debilidades y redes de apoyo. Se trata de desarrollar conciencia de sí mismos. Se trata de conocer sus emociones, fortalezas y desafíos, cómo sus emociones afectan su comportamiento y sus decisiones. La conciencia de sí mismo es clave para manejar acciones y establecer metas para el futuro. Por ejemplo, quizás ingrese a un club, a grupos o a equipos que fomenten ese conocimiento, y quizás pueda distinguir mejor lo que quiere ella de lo que quieren sus amigos. Durante estos años, los adolescentes también empiezan a establecer metas a largo plazo, como ir a la universidad o conseguir un empleo.

Rogers se interesó en el estudio del individuo en sí mismo. Para esto desarrolló una teoría de la personalidad centrada en el yo, en la que se ve al hombre como un ser racional, con el mejor conocimiento posible de sí mismo y de sus reacciones, proponiendo además él como base de la personalidad y a cada individuo como ser individual y único. (Hall, 1975 p.89) Rogers en su teoría de la personalidad le otorga una importancia fundamental a dos constructos, que serán la base de ésta, tales constructos son el organismo y en sí mismo. El organismo, sería el centro de cualquier experiencia que incluya todo aquello que ocurre internamente en el organismo. De hecho el modo como el individuo se comporta depende del campo fenoménico, es decir, la realidad subjetiva y no de las condiciones estimulantes (realidad externa), este campo fenoménico sería entonces para Rogers la simbolización de parte de las experiencias de cada persona. Es posible, sin embargo, que la experiencia no se represente de un modo correcto, en dicho caso la persona se desempeñará inadecuadamente. Según la teoría de Rogers todas las personas tienden a confrontar sus experiencias simbólicas con el mundo objetivo, esta verificación de la realidad le proporciona al sujeto un conocimiento confiable del mundo el cual le permite conducirse adecuadamente en la sociedad, sin embargo, en algunas ocasiones estas verificaciones pueden ser incorrectas, lo cual conlleva al individuo a tener un comportamiento carente de realismo. El sí mismo por otra parte sería una parte del campo fenoménico que poco a poco se va diferenciando y que en definitiva representa lo que la persona es. Además del sí mismo como tal, existe un sí mismo ideal que representa lo que la persona desearía ser. Podríamos decir entonces, en términos más simples, que el yo o sí mismo estaría constituido por un conjunto cambiante de percepciones que se refieren al propio individuo. Como ejemplo de estas percepciones tendríamos: las características, atributos, capacidad, valores, etc, que el sujeto reconoce como descriptivos de su persona y que percibe como partes de su identidad. La posición o rol que asumimos se conforma desde nuestra infancia a través de las relaciones que establecemos con el entorno familiar, social y cultural. No es fácil identificar y tomar conciencia de los roles que asumimos, generalmente los roles llevan mensajes a cuestas o encubiertos que pueden ser transmitidos no sólo verbalmente sino expresiones faciales, posturas corporales, tono de voz y gestos.

En este proceso de construcción personal, es imprescindible la interacción con el medio familiar y social. En esta interacción, que debe contribuir a promover una imagen positiva de sí mismo, la autonomía, la conciencia de la propia competencia, la seguridad y la

autoestima, se construye la propia identidad. Esto debe contribuir a la elaboración de un concepto personal ajustado, que le permita percibir y actuar conforme a sus posibilidades y limitaciones, para un desarrollo pleno y armónico.

Si fusionamos el autoconocimiento, con la asertividad y la empatía, contaríamos con una terna fundamental de habilidades y emociones por desarrollar en una persona, ya que autoconocimiento es conocer nuestro ser, carácter, fortalezas, oportunidades, actitudes, gustos, disgustos, valores. Conocerse a sí mismo también significa construir sentidos acerca de nosotros mismos, de las demás personas y del mundo en que vivimos.

Conciencia social

Volvemos al tema de la conciencia pero esta vez no va enfocado a uno mismo, esta vez nos referimos a lo que realmente conocemos y que tenemos a nuestro alrededor, no me refiero solo a saber que en donde vivimos o en que colonia estas actualmente, es otro estadio mental en el que nuestra conciencia se desarrolla en otro plano distinto al personal ya que la conciencia social es aquel estadio o actividad mental a través de la cual una persona puede tomar conciencia sobre el estado de otros individuos o incluso de ella misma dentro de una comunidad o grupo.

La conciencia social es un tipo particular de conciencia. La conciencia es un concepto psicológico, probablemente uno de los más importantes dentro de esta disciplina. Sin embargo, no ha sido exclusivo de la psicología; la filosofía ha sido una de las primeras ramas de la ciencia encargada de reflexionar sobre el papel de la conciencia en el conocimiento. La conciencia puede ser entendida como aquella capacidad de razonar, en la cual podemos interpretar los estímulos y sensaciones externas e incluso internas (es decir, estados mentales). La conciencia de sí, es decir, el reconocerse como una entidad racional distinta a lo que lo rodea, es una de las principales diferencias con el resto de los seres vivos.

Ahora bien, si la conciencia es esa capacidad de razonar, de relacionarnos a través de nuestro intelecto con nosotros mismos y el mundo que nos rodea. Entonces la conciencia social es un tipo particular de conciencia, es aquella que permite relacionarnos en sociedad, estableciendo relaciones de empatía, con las personas que nos rodean. Este tipo de conciencia es vital para el correcto desarrollo de una comunidad, ya que forma individuos más respetuosos, virtuosos y capaces de desarrollar todo su potencial.

La necesidad y la relevancia de conciencia social varían, dependiendo del momento histórico y de la forma de gobierno. Con los sistemas monárquicos, la conciencia social no era necesariamente un factor relevante para la forma de gobernar, ya que por más que todos los actores sociales tomaran conciencia de su situación, no contaban con formas de llegar al poder, exceptuando las revoluciones o las guerras civiles.

Por ejemplo: La revolución francesa las personas se convierten finalmente en ciudadanos. Esto conlleva un cambio radical en la forma de la vida de los individuos, ya que es la cuna

de los derechos humanos donde la conciencia social se establece con parámetros básicos que no pueden ser violados. La democracia es la forma de gobierno que lleva la conciencia social a su máxima expresión, siendo uno de los pilares de este sistema.

Muchos fenómenos dictatoriales, principalmente aquellos que se dieron a lo largo del siglo XX, tienen un profundo sesgo ideológico que hace de la conciencia social una herramienta de control. Esto se debe, principalmente, a que muchos grandes ideólogos de los peores movimientos políticos e ideológicos tienen una gran “*conciencia social*”.

A primera vista, esto puede contradecir lo anteriormente dicho, pero es necesario hacer una aclaración: como dijimos, la conciencia social es la capacidad de reconocer la situación en que nos encontramos con respecto a los otros, pero ésta no necesariamente tiene que traducirse en una buena actitud para con el resto. La conciencia social puede ser reducida a su carácter instrumental, interpretando el contexto social para tomar medidas que puedan orientar la conducta de los individuos.

Como podemos dar nos cuenta la conciencia social no solo es saber que el tirar basura genera contaminación, es estar conscientes que en este mundo no somos solo nosotros, estamos rodeados de seres humanos con capacidades diferentes, estas capacidades pueden ser beneficiosas para la comunidad o no, en nosotros como seres humanos conscientes queda la responsabilidad de saber cuándo intervenir y de qué manera hacerlo.

Ahora haciendo la relación con asertividad, empatía, autoconocimiento y conciencia social, sé podemos formar seres realmente sanos emocionalmente y que estas personas harán un bien común y personal, es lo que se pretende desarrollar en los jóvenes y adultos del PAP. La siguiente HSE se considera de las más complejas a desarrollar por su naturaleza, muchos seres humanos somos conscientes de que si la lleváramos a cabo tendríamos un desarrollo emocional eficaz, pero no la llevamos a cabo por temor al dolor que podríamos sentir durante el proceso.

Desapego

Para definir desapego, primero hay que entender qué es el apego:

“El apego es un estado emocional de dependencia a una cosa, a una situación o persona” (Bowlby, 1998, p. 6).

El primero en definirlo fue el psicólogo John Bowlby. Según él, la conducta de apego tiene dos funciones básicas: una función biológica, que es obtener protección para asegurar la supervivencia, y la otra de carácter más psicológico, la de adquirir seguridad. Está claro que cuando nacemos dependemos de los demás para nuestra supervivencia y por eso el apego

es tan importante. Pero aquí no voy a hablar de las teorías del apego, que hay muchas y muy interesantes, nos basaremos más en que es apego, desapego y como identificarlo.

Lo que sí quiero recalcar es que para los budistas el apego es una actitud que sobrestima las cualidades de un objeto o persona y después se aferra a ella. Me apego a las personas, situaciones o cosas hasta que las hago necesarias para mí y así me hago dependiente de ellas. Como se puede observar, el concepto de apego aquí es distinto.

Para mí, la definición de apego tiene un poco de las ambas definiciones mencionadas anteriormente. El apego en la infancia es necesario para crecer porque te nutre, sobre todo, emocionalmente y te ayuda a salir al mundo de forma más seguro. Pero este apego puede convertirse en necesidad del otro para sentirme seguro y esto en la edad adulta es un problema. El apego a una persona, a una situación o a una cosa puede llevarme a pensar que es imprescindible en mi vida y eso tarde o temprano, me hará sufrir y depender. Si dependo de algo o de alguien, dejo de ser libre. Hay muchas relaciones tóxicas que se originan en un apego y una dependencia emocional.

¿Entonces el apego es bueno o malo? Una vez más, constato que una misma cosa puede ser mala y buena a la vez. El apego es necesario para crecer, para sentirnos seguros, para nutrirnos emocionalmente y su función es que seamos adultos autónomos e independientes. Por lo tanto, el apego debe dar paso al desapego tarde o temprano. Yo no puedo depender de mis padres toda la vida para sentirme seguro porque es probable que los pierda en el camino. Nada dura para siempre, por lo tanto, si yo me aferro a algo y lo pierdo, sufriré.

Ahora sí, ¿qué es el desapego? El desapego mal entendido puede parecer puro egoísmo, pero nada está más lejos de la realidad. Practicar el desapego no significa romper vínculos con todo aquello que es importante para mí, ni siquiera significa dejar de tener objetivos o de querer cosas o personas. Más bien significa que aunque yo quiera algo, no lo necesito para vivir feliz.

Puedo querer una casa más grande, pero puedo a la vez aprender a apreciar la que tengo, a valorar lo que tiene de bueno, a mejorar lo que no me gusta, a agradecer la suerte de tener un techo y entender que, aunque quiera una casa más grande, no la necesito para vivir. Esta casa que tengo ahora ya me hace feliz, cumple con todas mis necesidades. Tal vez, algún día me compre una casa más grande, pero, aun así, no habré vivido solo pensando en eso, habré disfrutado del camino. O tal vez, nunca me la compre y aún así sea feliz con lo que tengo.

Este es el poder del desapego, no dejo de querer cosas o a personas, simplemente dejo de aferrarme a ello como si fuera lo único importante. Es andar mirando el camino y no el resultado. Los excesos nos ponen cadenas y no nos dejan ser libres.

En nuestras relaciones personales, el desapego es clave para nuestro bienestar. Puedo relacionarme contigo de una manera más libre, dejando espacios para la individualidad. Te elijo, pero no te necesito, prefiero estar contigo, pero puedo estar sin ti. Disfruto de compartir

mi tiempo contigo, pero no vivo con el miedo a perderte. El amor deja de ser necesidad para ser solo amor.

¿A qué nos apegamos a lo largo de nuestras vidas? A lo largo de nuestras vidas nos apegamos a muchísimas cosas, tantas que resulta fácil encontrar ejemplos con los que, casi con toda seguridad, te sentirás identificado.

- ✿ Nos apegamos a ciertas amistades cuando somos niños. Tanto, que el miedo a separarnos de ellos puede condicionar nuestras decisiones, desde nuestros estudios a nuestro futuro lugar de residencia.
- ✿ Nos apegamos a un amor platónico. Tanto, que pasamos horas pensando en ella (o él), en cómo la conquistaremos y en cómo será una futura vida conjunta. Finalmente, si no somos correspondidos, acabamos por sentirnos tristes, frustrados y decepcionados.
- ✿ Nos apegamos a un trabajo estable que nos permite sobrevivir haciendo algo que no nos gusta. Tanto, que somos capaces de pasar una vida entera realizándolo mientras dejamos escapar nuestra felicidad, nuestros sueños y nuestras aspiraciones.
- ✿ Nos apegamos a una pareja. Tanto, que a veces, incluso cuando sentimos que la relación es tóxica para nosotros, seguimos con ella por miedo a la soledad y por temor a no encontrar nunca a alguien que nos quiera.
- ✿ Nos apegamos a una idea o punto de vista. Tanto, que cuando alguien nos lleva la contraria, acabamos montando en cólera. Y nos apegamos a nuestros planes. Tanto, que cuando las cosas no salen como esperábamos, maldecimos al mundo entero y a cualquiera que se cruce en nuestro camino.
- ✿ Nos apegamos a nuestra familia. Tanto, que para no separarnos de ellos somos capaces de dejar pasar una oportunidad laboral en el extranjero. O de ejercer un trabajo que les gusta más a ellos que a nosotros mismos. O incluso de elegir a una pareja buscando su beneplácito

Relacionando el desapego con las demás habilidades socioemocionales podemos notar que el desarrollo humano sería realmente bueno, así que pasaremos a definir la última HSE que culminará nuestro trabajo y que a pesar de ser la última al tenerla bien trabajada, el ser humano podría tener una formación realmente exitosa y digna, hablamos del liderazgo.

Liderazgo

La palabra liderazgo define a una influencia que se ejerce sobre las personas y que permite incentivarlas para que trabajen en forma entusiasta por un objetivo común. Quien ejerce el liderazgo se conoce como líder.

El liderazgo es la función que ocupa una persona que se distingue del resto y es capaz de tomar decisiones acertadas para el grupo, equipo u organización que preceda, inspirando al resto de los que participan de ese grupo a alcanzar una meta común. Por esta razón, se dice que el liderazgo implica a más de una persona, quien dirige y aquellos que lo apoyen (los subordinados) y permitan que desarrolle su posición de forma eficiente.

La labor del líder consiste en establecer una meta y conseguir que la mayor parte de las personas deseen y trabajen por alcanzarla. Es un elemento fundamental en los gestores del mundo empresarial, para sacar adelante una empresa u organización, pero también lo es en otros ámbitos, como los deportes (saber dirigir un equipo a la victoria), la educación (profesores que consiguen que sus alumnos se identifiquen con su forma de pensar) y hasta en la familia (padres o hermanos mayores que son tenidos como absoluto ejemplo por parte de sus hijos, por ejemplo).

El liderazgo en sí mismo no es bueno o malo. El liderazgo es como el dinero, es neutral. Tú puedes hacer grandes cosas con dinero para ti, tu familia y otros; pero también puedes hacer desastres con dinero. Igual es el liderazgo.

El liderazgo más puro es el que se forma a través de la más pura influencia. Influencia generada por la confianza y respeto de otros hacia ti.

Pero también puedes ejercer el liderazgo en base a poder. La gente te sigue por el poder que tú tienes sobre ellos. Existe un sin número de tipos de poder que las personas utilizan en el liderazgo, he aquí unos ejemplos:

- ✓ Un jefe que te amenaza con despedirte o calificarte negativamente para que hagas algo.
- ✓ Un esposo o esposa que utiliza el dinero, la violencia doméstica o hasta la intimidad como arma para lograr que el otro se comporte de la manera deseada por él o ella.
- ✓ Un líder religioso que utiliza su “conexión con Dios” para manipular a otros de diversas maneras.
- ✓ Una persona se victimiza antes sus seres queridos para manipularlos y que hagan lo que quiere.

El liderazgo ayuda a formar carácter en las personas, ese carácter les va a ayudar a reforzar la toma de decisiones responsables en su vida, el carácter te fuerza, además de madurez mental que en muchas ocasiones nos hace mucha falta como se explicó anteriormente no ese trata de dar órdenes se trata de ser conscientes, empáticos con los demás, de igual forma cuando ya te vuelves un líder quiere decir que ya eres una persona autoconsciente y que te conoces a ti mismo mejor que nadie, es aquí donde seguimos encontrando la relación en cuanto a todas la HSE que pretendemos desarrollar en este taller, te conviertes en una figura que inspira a ser mejor, no dar órdenes o seguirlas, te conviertes en superación para las personas que te siguen y te admiran como un líder, de esta manera tu formación en la HSE se habrá cumplido de la mejor manera.

Ahora que ya tenemos más información acerca de las HSE, remocemos la importancia que tienen en el desarrollo de la vida del ser humano, es fundamental contar con estas habilidades, pero contar con las herramientas que nos ayuden a generar un desarrollo de las HSE en la vida de cada individuo.

Ya mencionamos que HSE se desarrollarán y porque, cada una tiene una importancia fundamental incluso en el orden en que se mencionaron. Ahora empezaremos a desarrollar las sesiones del taller para llevar a cabo el objetivo de este trabajo que es un desarrollo de habilidades socioemocionales en los jóvenes y adultos del PAP.

En el siguiente capítulo se mencionará que es un taller, así como los tipos de talleres que existen. Además, desarrollaremos las sesiones de trabajo con sus distintos objetivos en cada una.

CAPÍTULO 4 “Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales en los jóvenes y adultos de Programa de Atención Psicopedagógica del turno matutino”

Hemos llegado al punto en donde pondremos en práctica anteriormente vista, es aquí donde se trabajarán los objetivos establecidos en el proyecto. Se decidió trabajar el desarrollo de las HSE a través de un taller, pero para iniciar la elaboración del taller tendremos que conocer ¿Qué es un taller? Y si existen distintos tipos de taller, además de sus características. De esta manera nuestro trabajo se encontrará mejor desarrollado.

4.1 ¿Qué es un taller?

Cuando hablamos de un taller evidentemente, en el lenguaje coloquial, es el lugar donde se hace, se construye o se repara algo, por ejemplo, un taller de mecánica, taller de carpintería, etc. Pero cuando hablamos de un taller en otro contexto como en el educativo dentro de una institución (escuela) todo cambia, de acuerdo a la tarea que se realiza.

En la antigüedad sólo los “maestros” artesanos eran miembros del gremio y llegar a serlo no era fácil. El “maestro” hábil en su oficio aceptaba en su taller a un cierto número de aprendices, quienes comenzaban su aprendizaje alrededor de los 12 años. Durante su entrenamiento, que podía prolongarse entre cinco y doce años, según la habilidad requerida, los aprendices compartían casa y comida con el “maestro”. Una vez completada su formación, el aprendiz adquiría la condición oficial, y aunque estuviera en condiciones de abrir su propio comercio, aún no podía incorporarse al gremio. Para ser admitido debía rendir exámenes orales y presentar su “obra maestra”; aprobados estos requisitos, pasaba a ser “maestro”. Como vemos, el taller, como lugar de trabajo y aprendizaje, no es un hecho novedoso y, con los años, fue incorporándose en distintas áreas.

Existen bastantes definiciones de taller de varios autores, pero solo rescataremos las definiciones que nos ayuden a aterrizar al taller en un contexto educativo. Para Melba Reyes el taller es cómo una realidad integradora, compleja, reflexiva, en que se unen la teoría y la práctica como fuerza motriz del proceso pedagógico. En esta definición Melba recalca el concepto de reflexión, unida a la teoría y práctica, la teoría como el reforzador del conocimiento y la práctica como el motor del proceso de enseñanza aprendizaje. Por otra parte se considera que el taller es una importante alternativa que permite una inserción más cercana a la realidad ya que gran parte del taller se centra en la práctica y el saber ser.

Mediante el taller, los docentes y los alumnos desafían en conjunto problemas específicos buscando también que el aprender a ser, el aprender a aprender y el aprender a hacer se den de manera integrada, como corresponde a una auténtica educación o formación integral. Mediante el taller los alumnos en un proceso gradual o por aproximaciones, van alcanzando la realidad y descubriendo los problemas que en ella se encuentran a través de la acción – reflexión, como lo enmarca en su definición Melba Reyes.

El proceso pedagógico se centra en el desarrollo del alumno y se da como resultado de la vivencia que este tiene de su acción en terreno, formando parte de un equipo de trabajo, y de la implementación teórica de esta acción. Si bien se ha hecho énfasis en el taller en cuanto rescata la acción y la participación del alumno en situaciones reales y concretas para su aprendizaje. Se debe reconocer finalmente que la fuerza del taller reside en la participación más que en la persuasión

Los talleres se encuentran fundamentados por objetivos, cada taller tiene una razón de ser, una justificación, y todo se plasma en los objetivos del taller. Sin embargo, dichos objetivos tienen una estructura, dicha estructura se desarrolla en el siguiente punto.

Ahora que ya tenemos la definición de un taller, tenemos una idea más esclarecida de lo que es un taller, el medio por el cual se llevará a cabo el desarrollo de las HSE, así que debemos conocer como está compuesto un taller y bajo qué características se trabaja.

4.2 Características de un taller

Un taller tiene una estructura de trabajo, como se mencionó anteriormente es la unión racional entre teoría y práctica, pero esta unión debe tener un orden para poder ejecutarse de la mejor manera. Iniciaremos con los objetivos y que deben llevar o como deben estar conformados estos objetivos ya que es el punto de partida de cada taller porque se trata del ¿Qué vas a hacer? ¿Para qué? Y ¿Cómo lo vas a llevar a cabo? De esta manera se responde a un objetivo bien fundamentado. Después se hablará sobre la importancia de la unión racional entre la práctica y la teoría, para terminar con la planificación correcta de un taller.

Objetivos generales de los talleres:

1. Promover y facilitar una educación integral e integrar simultáneamente en el proceso de aprendizaje el Aprender a aprender, el Hacer y el Ser.
2. Realizar una tarea educativa y pedagógica integrada y concertada entre docentes, alumnos, instituciones y comunidad.
3. Superar en la acción la dicotomía entre la formación teórica y la experiencia práctica.
4. Superar el concepto de educación tradicional en el cual el alumno ha sido un receptor pasivo, bancario, del conocimiento.
5. Facilitar que los alumnos o participantes en los talleres sean creadores de su propio proceso de aprendizaje.
6. Producir un proceso de transferencia de tecnología social.
7. Hacer un acercamiento de contrastación, validación y cooperación entre el saber científico y el saber popular.

8. Aproximar comunidad - estudiante y comunidad - profesional.
9. Desmitificar la ciencia y el científico, buscando la democratización de ambos.
10. Desmitificar y desalinear la concientización.
11. Posibilitar la integración interdisciplinaria.
12. Crear y orientar situaciones que impliquen ofrecer al alumno y a otros participantes la posibilidad de desarrollar actitudes reflexivas, objetivas, críticas y autocríticas.
13. Promover la creación de espacios reales de comunicación, participación y autogestión en las entidades educativas y en la comunidad.

Una vez ya bien establecidos los objetivos, se deben planear las actividades a realizar, y para esto se debe tener muy claro la idea de la unificación entre la teoría y la práctica ya que ambas trabajan de la mano a la hora de ejecutar un taller, por esto se considera importante desarrollar este tema entre la teoría y la práctica.

4.3 Integración de la Teoría y la Práctica

El taller nos permite una integración en el proceso de aprendizaje o adquisición del conocimiento de la práctica y la teoría, sin darle ventaja a ninguna de estas dos categorías, ya que en ambas hay que reconocerles el valor equitativo en la construcción o adquisición del conocimiento.

Este significado de la integración teórico - práctica está muy ligado al Saber Hacer o al "Aprender a Hacer Sabiendo" de que tanto se habla en la didáctica moderna.

Si el taller privilegia a veces la práctica prestando especial interés al hacer (a la dimensión praxeológica de las competencias), no por ello descuida la teoría. En el taller siempre la teoría está referida a una práctica concreta que se presenta como problema, ella aparece como una necesidad para iluminar una práctica, ya sea para interpretar lo realizado, ya sea para orientar una acción. Práctica y teoría son dos polos en permanente referencia uno del otro.

Podemos decir, que el taller es una estrategia pedagógica que busca constantemente la síntesis entre los dos polos de la contradicción teoría - práctica.

También es importante conocer quién ejecuta el taller y quién lo recibe, además de conocer qué papel juega cada uno de ellos y de qué manera se tiene que desempeñar, quién lo lleva cabo tiene una gran responsabilidad porque es quién transmite los aprendizajes esperados así que definirá en el siguiente apartado que rol juega cada uno de ellos.

4.4 El rol del docente y los alumnos

Si pretendiéramos una gran síntesis, diríamos que el docente, planifica, organiza, ejecuta y evalúa el taller, pero muestra una información muy amplia y global. Podemos por ello agregar las siguientes funciones:

- Promueve y propone actividades que faciliten el vínculo grupal y la tarea.
- Salvaguarda la libertad de expresión, aún la de aquellos que circunstancialmente no se expresan, ya que aún el silencio implica comunicación.
- Mantiene el intercambio en un nivel que todos entiendan, se interesen y puedan participar.
- Facilita la exploración, el descubrimiento y la creación de nuevas respuestas.
- Interviene para explicar, lograr nuevos enlaces y estimular el pasaje de lo vivencial y afectivo a lo conceptual y teórico.
- Respeta el tiempo grupal, sin dejar de sostener el encuadre establecido.
- Favorece la evaluación y realimentación permanente, de los alumnos

El alumno ha tenido que replantear su rol:

En lugar de su rol pasivo en el cual el alumno solo recibía la información la procesaba pasa a una posición en la que debe expresarse, argumentar, analizar, participar etc. otras veces manipularan cosas, herramientas, equipos, etc., dependiendo del tipo y objetivo del taller.

- ✓ En lugar de órdenes y reglamentos, tendrán libertad y autonomía.
- ✓ En lugar de coerción, amenazas, sanciones, deberán actuar con responsabilidad. Y compromiso.
- ✓ En lugar de competición habrá participación cooperativa.
- ✓ En lugar de "obediencia" y acatamiento ciego o impuesto a la autoridad habrá comprensión de las necesidades del grupo y del individuo.
- ✓ El lugar de clima represivo o intimidatorio habrá ambiente permisivo y cordial.
- ✓ En lugar de actitud defensiva habrá sensación de seguridad.
- ✓ En lugar de sorpresas e incógnitas habrá planificación colectiva de actividades y objetivos.
- ✓ En lugar de atención centralizada en el docente o agente educativo habrá interés centralizado en el proceso y en las tareas grupales.
- ✓ En lugar de decisiones tomadas siempre por la autoridad, habrá decisiones tomadas por el propio grupo.
- ✓ En lugar del simple memorismo o re productivismo del conocimiento libresco habrá aplicación de conocimientos teóricos, utilización de la información existente, ejercitación en el uso de las técnicas, actuación frente a los acontecimientos, aprendizaje de resolución de problemas y adquisición de capacidades para hacer inferencias teóricas a partir de los hechos empíricos y de iluminar con la teoría las acciones concretas.

4.5 La planificación

El docente, el agente educativo o el grupo organizador del taller deben elaborar el plan y el programa de trabajo del mismo. El plan como usted debe saberlo es una visión general de lo que se propone hacer. El programa es el detalle organizado día por día, sesión por sesión respecto a lo que debe hacerse, dónde, cuándo, con quiénes y con qué recursos. El punto de partida para la planificación son las necesidades que se espera resolver, las cuales deben haberse traducido a unos objetivos que son determinados por el docente o agente educativo y ojalá, cuando sea posible, concertados con los alumnos o participantes en el taller. La logística tiene que ver con la definición y solución de todos estos aspectos. En algunas ocasiones hay que buscar la manera de involucrar a otras personas que se integren al docente o grupo organizador para resolver asuntos como:

- 🍷 El lugar de realización del taller.
- 🍷 La convocatoria personal a los participantes.
- 🍷 La ambientación del lugar para las actividades.
- 🍷 El compromiso de cooperación de personas respetadas y con ascendiente en el lugar.
- 🍷 La identificación de los recursos que se necesitarán y quiénes en la localidad pueden aportar o cooperar para su consecución.

4.6 Tipos de talleres

A pesar de que ya se conoce la definición de taller y como está conformado, existen algunos tipos de taller, todos conservan la misma misión que es fortalecer la unión entre la teoría y la práctica, lo único que podría cambiar es la metodología de aplicación, aun así se considera importante dar a conocer cada uno de estos talleres para ampliar nuestro panorama en cuanto a la metodología de trabajo.

Taller pedagógico

Un taller pedagógico es una reunión de trabajo donde se unen los participantes en pequeños grupos o equipos para hacer aprendizajes prácticos o aplicados según los objetivos que se proponen y el tipo de materia que los organice. Puede desarrollarse en un local o salón, pero también al aire libre.

No se concibe un taller donde no se realicen actividades prácticas, manuales o intelectuales. Pudiéramos decir que el taller tiene como objetivo la demostración práctica de las leyes, los principios, las ideas, las teorías, las características y las relaciones que se estudian, la solución de las tareas con contenido productivo.

Por eso el taller pedagógico resulta una vía idónea para formar, desarrollar y perfeccionar hábitos, habilidades y competencias que le permiten al alumno operar con el conocimiento y el transformar el objeto, cambiarse a sí mismo.

Precisamente esta actitud activa y transformadora que exige el desarrollo científico técnico y la formación (construcción cultural), constituye una de las razones para que los talleres hayan renacido en el quehacer pedagógico cotidiano.

Talleres para niños

Como usted lo sabe bien por su experiencia, este tipo de talleres, que se puede dar escolarizada o extraescolarmente, no es fácil precisamente por el tipo de población a que van dirigidos. Encontrar el deseo del grupo, las necesidades que buscan satisfacción, no es cosa sencilla para un coordinador docente con poca experiencia o muy estructurado. Los talleres para niños, requieren otras habilidades pedagógicas de los orientadores, distintas a las que utilizarían con adolescentes o adultos, dado el sujeto tan especial que es el niño en cuando a su potencial anímico, sus necesidades e intereses ya citados, su creatividad, su psicología de aprendizaje, etc. El conocimiento de la psicología infantil en general y de la psicología del aprendizaje en particular, son conocimientos esenciales que debe manejar el docente para aproximarse con seguridad a la realización de talleres con los niños. Tener muy claro, por ejemplo, que el niño, como lo afirmara Piaget, no trae los conocimientos en su mente, sino que trae una especie de computadores, una estructura de pensamiento que elabora interpretaciones, registra las experiencias que van surgiendo y planea el comportamiento adaptativo. Todo el conocimiento se refiere al cómo saber. Surge conforme el niño actúa y la forma que adquiere en su mente, entendiéndola correctamente, consta de ciertos planes de acción. Quién es el niño, cómo construye el conocimiento, cómo aprende a partir de las realidades concretas, cómo se socializa, etc. son conceptos de base necesarios para el docente que asuma el taller con niños.

Talleres para adolescentes

Así como el docente tallerista de niños debe preocuparse por el conocimiento del mundo de éstos para poder planear, organizar, ejecutar y evaluar los talleres igual cosa debe hacer el docente tallerista de adolescentes. ¿Pero quién es y cómo es un adolescente? es otra reflexión que cobra vigencia y utilidad en este momento. Hay que “diseñar” perfil que con el conocimiento y experiencia disponible. Cada taller, y en esto somos reiterativos, tiene el nivel u orden de complejidad y a veces dificultad dependiendo de a quién va dirigido. Posiblemente estas dificultades surjan como siempre al comienzo, cuando el docente o agente educativo no tiene aún mucha experiencia, pero ellas irán desapareciendo en la medida en que aquél la adquiera y se vaya encontrando más seguro en la aplicación del instrumento o técnica.

Talleres para adultos

En esta denominación de adultos estamos clasificando padres, familiares y miembros adultos de la comunidad; también podemos comprender aquí a los educadores de todos

los niveles. Nos ocuparemos por separado de las dos poblaciones consideradas para referirnos de manera especial a los talleres con los educadores.

Talleres con los educadores

La importancia relevante que a ellos se les concede en las transformaciones sociales que Colombia, en nuestro caso reclama exigiría que toda la capacitación y desarrollo de docentes debiera orientarse con esta estrategia metodológica. Por educadores estamos entendiendo, a todas las personas, tengan o no formación pedagógica, que por vocación humana y compromiso social se ven abocados a ayudar a otros en su desarrollo; por ello hemos hablado persistentemente de educadores o agentes educativos tratando de cubrir a todas aquellas personas que estamos definiendo aun cuando no se ha buscado decir dogmáticamente taller es esto y se hace así porque sería contradictorio con el espíritu abierto y constructivista del conocimiento y la participación que aquí se ha sustentado, si pensamos que existe un conocimiento importante construido y validado por otros que no se puede ignorar para comenzar de cero, y gire la mejor manera de aprender o mejorar la dirección o coordinación de talleres es mediante un proceso de inmersión en ellos. Nadie aprende por nadie, nos dicen Rogers y Freire, cada uno aprende mediado. Por ello se considera de primera importancia la capacitación del docente en la dirección o coordinación de los talleres. Por eso, es conveniente que este “docente” sea capacitado sobre dinámica de grupo, sobre comunicación educativa, sobre creatividad.

Ya que dejamos en claro lo que es un taller, ¿Para qué sirve? Y sus características pasaremos al diseño del taller del “Desarrollo de habilidades socioemocionales en los jóvenes y adultos del Programa de Atención Psicopedagógica” del turno matutino”

Para el diseño del taller se realizó una detección de necesidades en los jóvenes y adultos del programa, en este diagnóstico y algunas sesiones de observación y pláticas con los alumnos del programa se detectó que alumnos carecen del desarrollo ciertas HSE: asertividad, empatía, autoconocimiento, conciencia social, desapego, liderazgo.

Para poder desarrollar de la mejor manera las HSE se diseñarán las sesiones y las dinámicas pertinentes que se requieren para desarrollarlas.

4.7 Taller de habilidades socioemocionales

En este apartado nos basaremos en todo el diseño del taller, hablaremos de los temas que se trabajarán (HSE). Antes de entrar a trabajar la primera habilidad que sería la asertividad se comenzará a trabajar desde “cero” se trabajará el tema de ¿Qué son las emociones? ¿Qué emociones conoces? Y ¿Por qué es importante conocer cada una de mis emociones? Una vez que estas preguntas hayan quedado claras pasaremos a desarrollar la primera

habilidad. También daremos a conocer la población del taller, reglamento, número de integrantes, número de sesiones, además de los horarios.

Reglamento:

- ✓ Respetar a los compañeros del taller
- ✓ No puedo comer durante la sesión, solo se puede tomar agua.
- ✓ Si llaman la atención por tercera vez se te retirará de la sesión.
- ✓ Participar durante las dinámicas de las sesiones.
- ✓ Traer el material que se me solicita para cada sesión.
- ✓ No se puede responder llamadas telefónicas durante la sesión.
- ✓ Si la dinámica me hace sentir incómodo, hacerlo saber al maestro.

En el taller del desarrollo de la HSE se trabajarán los siguientes temas:

- ❖ ¿Qué son las emociones?
- ❖ ¿Qué emociones conoces?
- ❖ ¿Por qué es importante conocer cada una de mis emociones?
- ❖ Asertividad.
- ❖ Empatía.
- ❖ Autoconocimiento.
- ❖ Conciencia social.
- ❖ Desapego
- ❖ Liderazgo
- ❖ Ahora que conozco mis emociones ¿Cómo me siento al respecto?

Población:

Grupo 1 y grupo 2 del P.A.P, 12 participantes:

- Arturo
- Juanita
- David
- Karen
- Carolina
- Ángeles
- Fernanda
- Montserrat
- Cristian
- Hugo
- Erick
- Fernando

Número de sesiones.

Sesión 1. ¿Qué son las emociones? ¿Qué emociones conoces? ¿Por qué es importante conocer cada una de mis emociones? (1 hora 30 minutos)

Sesión 2. Desarrollo de la asertividad. (2 horas)

Sesión 3. Desarrollo de empatía. (1 hora 30 minutos)

Sesión 4. Desarrollo de autoconocimiento. (2 horas)

Sesión 5. Desarrollo de conciencia social. (1 hora 30 minutos)

Sesión 6. Desarrollo de desapego. (1 hora 30 minutos)

Sesión 7. Desarrollo de Liderazgo y Ahora que conozco mis emociones ¿Cómo me siento al respecto? (2 horas)

Sesión 8. Trabajo en equipo y bien común (2 horas)

Duración/Horario:

La duración de cada sesión de taller va de 1 hora 30 minutos a 2 horas dependiendo del tema a desarrollar. Algunos temas requieren más dinámicas para explicar y quede lo más claro posible, el tiempo dependerá del tema a desarrollar.

Las sesiones se aplicarán los días martes y jueves en un horario de 10:00am a 11:30am o de 10:00 am a 12:00pm dependerá del tema que se desarrolle.

4.8 Guías didácticas del taller

Guía Didáctica

Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales

Dirigido a: Jóvenes y adultos del Programa de Atención Psicopedagógica

No. de sesión: 1

No. de participantes: 13

Facilitador: Rodrigo Emiliano Gamiño Pérez

Tema: Las emociones

Objetivo: Los jóvenes y adultos identificarán las siguientes emociones: miedo, afecto, tristeza, enojo, alegría, desagrado que se explicarán en el desarrollo de la sesión a través de distintas dinámicas con la finalidad fortalecer los conocimientos en el tema de las “emociones” con la finalidad coadyuvar en el desarrollo personal y emocional de los alumnos. Así los alumnos al vivir experiencias de la vida cotidiana reconozcan sus emociones y puedan responder de manera asertiva. .

Subtema	Estrategia didáctica	Material	Tiempo	Observaciones
Bienvenida	<ul style="list-style-type: none">• Se recibirá a los alumnos del programa que participarán en el taller en su lugar donde se sientan normalmente en sus clases.• Se le preguntará al alumno cómo se siente y cómo le fue en su semana para crear un ambiente más agradable y romper el hielo.• Se le explicará al alumno el objetivo del taller y de la sesión.	Pizarrón. Marcadores de pizarrón.	10 min.	
Reglamento del taller	<ul style="list-style-type: none">• Se explicará al alumno que se manejará un reglamento interno del taller.• Se les explicará cada uno de los puntos del reglamento interno al alumno (se podrá apreciar el reglamento en anexo 1).• Se le preguntará al alumno si está de acuerdo con las reglas del taller.• Se le preguntará al alumno si quiere añadir alguna regla o modificar alguna.	Cartel con cada una de las reglas del taller.	10 min.	

<p>“Tablero de emociones”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se les pedirá a los alumnos que se sienten en círculo en el piso (en medio se colocará un bote que contiene tarjetas con emociones escritas, “el bote de las emociones”). • Una vez que estén sentados se le preguntará al alumno ¿Qué es una emoción? • Se le pedirá al alumno que participe y diga lo primero que se les venga a la mente a manera de lluvia de ideas. • Una vez terminada la lluvia de ideas se pasará a realizar la actividad de “Tablero de emociones”: • Se le pedirá al alumno que permanezca sentado en su lugar. (En el pizarrón se colocará un tablero con dibujos que representen cada emoción que está escrita en el bote). <p>Se le dará las siguientes indicaciones al alumno para realizar la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasa a tomar una tarjeta del “bote de las emociones”. • Identifica la emoción de la tarjeta. • Una vez que identifiques la tarjeta, observa “el tablero de las emociones”. • Pega la tarjeta en la imagen correspondiente en el “tablero de las emociones”. (Se adjuntarán fotos del tablero de emociones y las tarjetas en anexo 2). <p>La dinámica finaliza cuándo todos alumnos hayan pasado.</p>	<p>Tablero de emociones. Bote de emociones. Tarjetas de emociones</p>	<p>20 min.</p>	
<p>“Adivina cómo me siento”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se formarán dos equipos de 6 integrantes cada uno. • Se le pedirá al alumno que permanezca sentado en círculo. • Ya que estén divididos en equipos se le pedirá al primer 	<p>Bote de emociones. Tarjetas de situaciones.</p>	<p>20 min.</p>	

	<p>equipo que elija a un representante.</p> <ul style="list-style-type: none"> • El representante del equipo 1 será el primero en pasar. <p>Se le dará las siguientes indicaciones al alumno para realizar la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Representante del equipo 1, pasa a tomar una tarjeta del bote de las emociones. (Esta vez no será solo la emoción, será una situación combinada con emoción). • Identifica la situación y la emoción de la tarjeta. • Una vez que hayas identificado la situación, interpreta con mímica la situación de la tarjeta. • Si tu equipo adivina la situación, sumarán para su equipo los puntos de la tarjeta, en caso de que no adivinará tu equipo la situación, el equipo contrario puede adivinar y “robar” los puntos de la tarjeta, (cada participante tendrá 30 segundos para actuar la emoción). <p>El equipo contrario realizará la misma dinámica que el primer equipo.</p> <p>Ganará el equipo que tenga más puntos. El premio para cada ganador será un chocolate para cada integrante.</p>	Reloj (cronometro)		
“Lotería de emociones”	<ul style="list-style-type: none"> • Se le pedirá al alumno que se siente en su lugar donde trabaja regularmente en sus clases. • Se le entregará a cada alumno una tabla de lotería con distintas emociones, además de cierta cantidad de sopa o frijoles para que el alumno coloque en la emoción correspondiente una vez que identifique las emociones que vaya diciendo en voz fuerte el facilitador. 	Tablas de lotería. Tarjetas de emociones. Frijoles, sopa, etc.	25 min.	

	<p>Se le dará las siguientes indicaciones al alumno para realizar la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifica bien las emociones de la tarjeta de lotería. • Pon atención al facilitador. • Identifica las emociones que el facilitador este diciendo al pasar las tarjetas. • Si el facilitador menciona una emoción que tú identifiques en tu tarjeta de lotería, coloca un frijol encima de ella. • Una vez que todas tengas un frijol en todas las emociones de tu tarjeta de lotería, ganarás el juego diciendo "lotería". • El facilitador comenzará a decir con voz fuerte cada una de las emociones de las tarjetas (se seguirá la misma dinámica que el juego de lotería tradicional) 			
Retroalimentación	<ul style="list-style-type: none"> • Al final de esta actividad se le pedirá al alumno que se preste mucha atención y guarde silencio. • Se realizará una retroalimentación por parte del facilitador sobre las tres actividades realizadas. • Se le preguntará al alumno ¿Cómo se sintieron? Y ¿Qué aprendieron? • Cada alumno deberá participar sin excepción. 		10 min	
Variables	<ul style="list-style-type: none"> • A los alumnos que se les dificulte la comunicación verbal serán apoyados por el facilitador. • Cada alumno que participe en las dinámicas se le incentivará con un dulce. • En la dinámica de "Adivina como me siento" el facilitador formará los equipos. • Cada vez que un alumno gané en el juego de "lotería de emociones" ganará un dulce. • Las emociones que se trabajarán serán las siguientes: miedo, afecto, tristeza, enojo, alegrías, desagrado. 			

Guía Didáctica

Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales

Dirigido a: Jóvenes y adultos del Programa de Atención Psicopedagógica

No. de sesión: 2

No. de participantes: 13

Facilitador: Rodrigo Emiliano Gamiño Pérez

Tema: Comunicación asertiva

Objetivo: Los jóvenes y adultos reconocerán y practicarán cómo se lleva a cabo la comunicación asertiva (verbal y corporal), a través de distintas dinámicas en grupo, para que generen una comunicación asertiva con las personas que los rodean en su vida cotidiana con la finalidad de mejorar su proceso de socialización.

Subtema	Estrategia didáctica	Material	Tiempo	Observaciones
Bienvenida	<ul style="list-style-type: none"> Se recibirá a los alumnos del programa que participarán en el taller en su lugar donde se sientan normalmente en sus clases. Se saludará al grupo y se les preguntará ¿Cómo se sienten? Para romper el hielo. 	Mesas, sillas	10 min.	
Retroalimentación de la sesión 1 "Las emociones"	<p>Se le preguntará a cada alumno lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Recuerdas que emociones que vimos la clase pasada? ¿Qué emociones vimos? ¿Por qué es importante conocer mis emociones? 	.	10 min.	
"Pasivo agresivo"	<ul style="list-style-type: none"> Se les pedirá a los alumnos que levanten de su lugar y se sienten circulo, pero en el piso. <p>Ya que estén sentados, el facilitador le dará a cada alumno una hoja con una imagen que representa el comportamiento de una persona pasiva. (Las hojas se podrán apreciar en anexo 3)</p> <p>Se le darán las siguientes indicaciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> Observa la imagen. Explica que es lo que ves en la imagen (el facilitador elegirá a un alumno para participar). 	Hojas con imágenes de comportamientos pasivos, agresivos y asertivos.	20 min.	

	<ul style="list-style-type: none"> • Pasa la hoja con la imagen a tu compañero de la izquierda. • Describe que es lo que ves en la imagen (el facilitador elegirá a un alumno para participar). • Pasarán 6 veces la imagen al compañero de la izquierda para que todos los alumnos puedan apreciar todas las imágenes de una persona pasiva, cada vez que se pase la imagen el facilitador le pedirá al alumno que describa la imagen que tiene en sus manos. <ul style="list-style-type: none"> • Después de ver todas las imágenes del comportamiento de una persona pasiva, se retirarán las hojas y ahora se les proporcionará a los alumnos hojas con imágenes del comportamiento de una persona agresiva. Se les darán las mismas instrucciones que en la dinámica anterior. • Al terminar la dinámica con los ejemplos de la persona agresiva se continuará bajo las mismas instrucciones, pero ahora con ejemplos de comportamientos asertivos <p>Ya que terminen ambas rondas de imágenes (pasiva y agresiva) el facilitador con apoyo de algunos maestros del programa representarán seis ejemplos de los comportamientos pasivos, agresivos, y asertivos dos de cada comportamiento, que vienen en las hojas que se les entregaron anteriormente a los alumnos.</p> <p>Se les darán las siguientes indicaciones a los alumnos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observa el comportamiento de los maestros. • Identifica que tipo de comportamiento tiene cada uno de los maestros. 			
--	--	--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué comportamiento tiene cada maestro? <p>La dinámica finalizará cuando los maestros hayan representado los seis comportamientos.</p>			
<p>“¿Qué piensas de mí?”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El facilitador formará parejas para trabajar en esta dinámica. • Se les pedirá a los alumnos que se pongan de pie para poder formar las parejas de trabajo. • Una vez formadas las parejas. Se les pedirá a los alumnos que se sienten de frente a su compañero, en su lugar correspondiente. • Se le entregará a cada alumno una hoja blanca y colores. <p>Se les dará las siguientes indicaciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observa a tu compañero que tienes en frente. • Dibuja sobre la hoja blanca, cómo es él/ella físicamente, es alta, con cabello largo, usa lentes, etc. además dibujarás cómo se comporta cuando está contigo, es divertido, gracioso, enojón. • Cuando termines de dibujar pasarás al frente para explicarle a tu compañero lo que dibujaste acerca de él o ella. <p>Cada vez que un alumno pase al frente al describir a su compañero no se expresen con palabras ofensivas ni con diminutivos hacia sus compañeros con la finalidad de ser personas asertivas al expresar lo que quieren decir hacia alguien.</p> <p>Así mismo se les pedirá a los alumnos que estén escuchando su descripción por parte de su compañero de trabajo, que no lo interrumpan y lo dejen terminar. Esto con la finalidad de generar una comunicación asertiva.</p>	<p>Hojas blancas. Colores. Lápices. Bolígrafo.</p>	<p>20 min.</p>	

	La dinámica termine cuándo todos los alumnos hayan pasado al frente a describir a su compañero.			
“Aprende a decir NO”	<ul style="list-style-type: none"> • Se les pedirá a los alumnos que salgan de manera ordenada al patio trasero para poder realizar la dinámica. • Ya que todos estén en el patio se les pedirá a los alumnos que se sienten en una de las bancas grandes, se sentarán en una de las bancas donde puedan sentarse los trece participantes de forma vertical. • El facilitador le pedirá a cada alumno que pase al frente para realizar una dinámica con él. Pasarán de forma individual con el facilitador. • El facilitador jugará el papel de un amigo o amiga del alumno que pase y le planteará una situación en la que el participante se vea obligado a decir “no” por ejemplo: invitación a salir, hacer trampa en un examen, declaración de amor, etc. <p>Cada vez que un alumno pase al frente se les dará las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escucha atentamente la situación que se plantea. • Cuando el facilitador te lo pida, responde a la pregunta. <p>La dinámica termina cuándo todos los alumnos hayan pasado al frente con el facilitador.</p> <p>Al terminar la dinámica se dará una retroalimentación acerca de la importancia de aprender a decir “no” ante situaciones en las que realmente no queramos participar.</p>		25 min.	
Variables,	<ul style="list-style-type: none"> • A los alumnos que se les dificulte la comunicación verbal serán apoyados por el facilitador. • Cada alumno que participe en las dinámicas se le incentivará con un dulce. 			

Guía Didáctica

Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales

Dirigido a: Jóvenes y adultos del Programa de Atención Psicopedagógica

No. de sesión: 3

No. de participantes: 13

Facilitador: Rodrigo Emiliano Gamiño Pérez

Tema: Autoconocimiento

Objetivo: Los jóvenes y adultos identificarán sus gustos, capacidades, habilidades y virtudes, a través de distintas dinámicas grupales y personales, así esto les ayudará a tener una toma de decisiones responsable ante situaciones personales que se les presenten en su vida diaria.

Subtema	Estrategia didáctica	Material	Tiempo	Observaciones
Bienvenida	<ul style="list-style-type: none"> Se recibirá a los alumnos del programa que participarán en el taller en su lugar donde se sientan normalmente en sus clases. Se saludará al grupo y se les preguntará ¿Cómo se sienten? Para romper el hielo. 	Mesas, sillas	10 min.	
Retroalimentación de la sesión 2 "Comunicación asertiva"	<p>Se le preguntará a cada alumno lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué actividades se realizaron la sesión anterior? De acuerdo a las actividades realizadas la sesión pasada ¿Cómo es una persona asertiva? 	.	10 min.	
"Mi historia favorita"	<p>En una sesión previa se le pedirá al alumno la siguiente tarea:</p> <ul style="list-style-type: none"> En su cuaderno traer su biografía descrita con dibujos. <p>El alumno se encontrará sentado en su lugar habitual viendo hacia el pizarrón, y se darán las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasa al frente con tu cuaderno. Cuéntanos tu biografía. 	Cuaderno.	25 min.	

	<p>Todos los alumnos pasarán al frente a contar su biografía, describiendo sus dibujos. La descripción de la biografía debe ser muy detallada en cada dibujo por parte del alumno. Si el alumno omite algún dibujo o parte de su historia el facilitador tendrá que recordarle que debe describir todo con detalle.</p> <p>La dinámica terminará cuándo todos los alumnos hayan pasado al frente.</p>			
<p>“Mi cuadro de honor”</p>	<p>En una sesión previa se le pedirá al alumno la siguiente tarea:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Traer fotos de las personas que forman parte de en su vida, familia, amigos, compañeros, pareja, lugares. • Un 1/4 de papel cascaron. <p>Se le dará las siguientes instrucciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elabora tu “cuadro de honor de la siguiente manera” • Saca tu material de trabajo: Papel • cascaron, fotografías, colores, tijeras, resistol. • Siéntate en el piso, y coloca tu material a un lado tuyo. • Coloca tu papel cascaron delante de ti. • Con tus fotografías decora el papel cascaron de la forma que tú quieras, recorta las fotografías y pégalas como a ti más te guste. • Si quieres puedes decorar con dibujos el papel cascaron. <p>Cuando todos los alumnos acaben de hacer su “cuadro de honor” se le pedirá al alumno que recoja y guarde su material sobrante y pase a su lugar donde se encontraba sentado anteriormente.</p> <p>Una vez que todos los alumnos estén sentados, se les dará las siguientes indicaciones:</p>	<p>Papel cascaron. Fotografías . Resistol. Colores. Bisutería.</p>	<p>30 min.</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> • Pasa al frente. • Háblanos sobre las personas forman parte de tu cuadro de honor y ¿Por qué? Colocaste a esas personas. <p>El facilitador debe instigar a que el alumno sea muy detallado en la descripción de cada persona del cuadro de honor, podrá hacerle las siguientes preguntas el facilitador al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Dónde vive? • ¿Por qué lo consideras importante en tu vida? • Si lo tuvieras en frente de ti en estos momentos ¿Qué le dirías? <p>La dinámica terminará cuándo todos los alumnos pasen a exponer su cuadro de honor.</p>			
<p>“¿Quién soy yo?”</p>	<p>Para esta actividad se le proporcionará al alumno una cartulina blanca, colores, plumones, bisutería, para decorar su trabajo.</p> <p>Se les pedirá a los alumnos que se sienten de nuevo en piso y coloquen su cartulina delante de ellos. En medio de ellos se colocará todo el material para decorar su trabajo.</p> <p>Se le dará las siguientes indicaciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observen la cartulina que tienen enfrente. Esta divide en tres partes. • En donde dice ¿Qué es lo que más gusta? Dibuja que es lo que más te gusta hacer (patinar, salir de compras, comer, bailar) todas las cosas que a ti te guste hacer. • En donde dice ¿Qué es lo que no me gusta? Dibuja que es lo que no te gusta hacer (ejercicio, tarea, el ruido, estar en lugares con mucha gente). 	<p>Cartulina blanca. Resistol. Colores. Bisutería.</p>	<p>30 min.</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> • En la tercera parte donde dice ¿Cómo soy yo? Tienes que dibujarte siendo alegre, enojón, sonriente, risueño, serio, etc. <p>Ya que terminen todos los alumnos, se les pedirá que se sienten en sus lugares, para que posteriormente pase cada una a explicar su cartulina.</p> <p>Una vez sentados se darán las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasa al frente. • Platícanos que dibujaste en tu cartulina. <p>Al igual que en la actividad de “Mi cuadro de honor” el maestro debe instigar a cada alumno a que sea detallista al hablar sobre su trabajo con distintas preguntas.</p> <p>La dinámica terminará cuando todos los alumnos hayan pasado a explicar su cartulina.</p>			
Retroalimentación.	<p>Al terminar la actividad, se le pedirá al alumno que permanezca sentado en su lugar.</p> <p>El facilitador recalcará la importancia de las actividades y dará una retroalimentación de cada una de las dinámicas, resaltando el valor que tiene el autoconocimiento, lo fundamental que es el conocerse uno mismo ya que si no nos conocernos a nosotros mismos.</p>		10 min.	
Variables,	<ul style="list-style-type: none"> • A los alumnos que se les dificulte la comunicación verbal serán apoyados por el facilitador. • Cada alumno que participe en las dinámicas se le incentivará con un dulce. 			

Guía Didáctica

Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales

Dirigido a: Jóvenes y adultos del Programa de Atención Psicopedagógica

No. de sesión: 4

No. de participantes: 13

Facilitador: Rodrigo Emiliano Gamiño Pérez

Tema: Empatía

Objetivo: Los jóvenes y adultos reconocerán la importancia de ser una persona respetuosa, responsable, asertiva y compasiva a través de distintas dinámicas en las cuales se expondrán sentimientos y emociones para generar un ambiente sensible ante situaciones personales que los participantes viven en su vida diaria con la finalidad de generar empatía en ellos y sus compañeros.

Subtema	Estrategia didáctica	Material	Tiempo	Observaciones
Bienvenida	<ul style="list-style-type: none"> Se recibirá a los alumnos del programa que participarán en el taller en su lugar donde se sientan normalmente en sus clases. Se saludará al grupo y se les preguntará ¿Cómo se sienten? Para romper el hielo. 	<ul style="list-style-type: none"> Mesas, sillas 	10 min.	
Retroalimentación de la sesión 3 "Autoconocimiento"	<p>Se le preguntará a cada alumno lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué actividades se realizaron la sesión anterior? ¿Qué fue lo que más les gusto de la sesión anterior? 	.	10 min.	
"Adivina como me siento"	<p>Para esta actividad el facilitador proporcionará el siguiente material:</p> <ul style="list-style-type: none"> Máscaras que representan distintas emociones: tristeza, enojo, miedo, felicidad. <p>En facilitador se colocará en frente de los alumnos. Los alumnos estarán sentados en sus lugares correspondientes.</p> <p>El facilitador dará las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Tengo unas máscaras en mi manos (las enseñará al grupo). Cada mascara representa una emoción. 	Mascaras de emociones.	25 min.	

	<ul style="list-style-type: none"> • Pasa al frente cuándo yo te lo indique. • Toma la máscara (el facilitador elegirá una máscara al azar). • Ponte la mascarará. • Pregúntales a tus amigos como te sientes según la máscara, triste, feliz, enojado o con miedo. • Los alumnos tienen que decir cómo se siente su compañera de acuerdo a la máscara que tiene • En qué situaciones de tú te sientes así (de acuerdo a la máscara que le toco). <p>El alumno tiene que platicar en que situaciones se siente triste, enojado, feliz o triste.</p> <p>Cuando el alumno se encuentre en frente con la máscara, los alumnos que están sentados tienen que estar atentos a la máscara que porte su compañero ya que la finalidad es que los alumnos reconozcan como se sienten sus compañeros al portar la máscara y al contar sus experiencias.</p> <p>La dinámica terminará cuándo todos los alumnos hayan pasado al frente y hayan usado las cuatro máscaras cada uno.</p>			
<p>“¿Cómo te sentirías tú sí...?”</p>	<p>Los alumnos permanecerán sentados en sus lugares para esta actividad.</p> <p>El facilitador se colocará al frente de los alumnos con el material para esta dinámica: Imágenes que representen ciertas situaciones, por ejemplo: Una fiesta de cumpleaños, un funeral, un accidente, una graduación escolar, una pelea con tus amigos o pareja, la preocupación de una madre porque no llega su hijo a casa.</p> <p>Se le darán las siguientes indicaciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les pasaré una imagen. • Tendrás cierto tiempo para ver la imagen. • Dime que es lo que ves en la imagen. • ¿Cómo crees que se sienten las personas de la imagen? 	<p>Imágenes que representen en ciertas situaciones</p>	<p>30 min.</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo te sentirías tú, si fueras la persona de la imagen? • Pasa la imagen a tu compañero de alado. <p>La dinámica será la misma con cada uno de los alumnos, cada vez que un alumno tenga una imagen se deberán seguir las mismas instrucciones.</p> <p>La dinámica terminará cuándo todos alumnos hayan visto y comentado las seis imágenes que el facilitador les proporcionó</p>			
<p>“El estambre de la libertad”</p>	<p>Se le pedirá al alumno que se siente en el piso formando un círculo con sus compañeros.</p> <p>En esta actividad el facilitador se unirá a la ejecución de la dinámica y se sentará en piso junto con los alumnos.</p> <p>El facilitador tendrá en sus manos una bola de estambre y comenzará la dinámica con dando las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comenzaré contando una experiencia no grata o que me fue muy difícil de superar. • Cuando yo terminé de contar mi experiencia pasará la bola de estambre sujetando un extremo de la bola de estambre a otro de ustedes para que nos comparta alguna experiencia no grata o que les fue difícil de superar. • La actividad consiste en compartir con tus compañeros alguna experiencia y al pasar la bola de estambre sujetar un extremo de estambre. <p>Al final de la actividad, cuándo todos los alumnos hayan terminado de contar su experiencia se observará una especie de red o telaraña de estambre.</p>	<p>Bola de estambre</p>	<p>30 min.</p>	

	<p>La reflexión final debe ir acompañada del tejido de la bola de estambre que nace en torno a un equipo y las relaciones que surgen dentro del mismo, ya que al final se podrá observar una especie de red de estambre y esto simbolizara la unión grupal a la par de libertad que es lo que unió al grupo.</p>			
Retroalimentación.	<p>Al terminar la actividad, se le pedirá al alumno que permanezca sentado en su lugar.</p> <p>El facilitador recalcará la importancia de las actividades y dará una retroalimentación de cada una de las dinámicas, resaltando el valor que tiene el desarrollo de la empatía en una persona.</p>		10 min.	
Variables,	<ul style="list-style-type: none"> • A los alumnos que se les dificulte la comunicación verbal serán apoyados por el facilitador. • Cada alumno que participe en las dinámicas se le incentivará con un dulce. • Los alumnos que no quieran participar en la dinámica “El estambre de la libertad” no será obligado a participar si no lo quiere hacer, sin embargo si debe sujetar un extremo del estambre. 			

Guía Didáctica

Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales

Dirigido a: Jóvenes y adultos del Programa de Atención Psicopedagógica

No. de sesión: 5

No. de participantes: 13

Facilitador: Rodrigo Emiliano Gamiño Pérez

Tema: Conciencia social

Objetivo: Los alumnos trabajarán distintas dinámicas de conciencia social que tendrán la finalidad de crear una toma de decisiones consiente y responsable, así ellos podrán aplicar lo aprendido a la hora de tomar decisiones en su vida cotidiana y como estas repercuten no solo en ellos, también los distintos contextos de los que forman parte.

Subtema	Estrategia didáctica	Material	Tiempo	Observaciones
Bienvenida	<ul style="list-style-type: none"> • Se recibirá a los alumnos del programa que participarán en el taller en su lugar donde se sientan normalmente en sus clases. • Se saludará al grupo y se les preguntará ¿Cómo se sienten? Para romper el hielo. 		10 min.	
Retroalimentación de la sesión 4 "Empatía"	<p>Se le preguntará a cada alumno lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué actividades se realizaron la sesión anterior? • De acuerdo a las actividades realizadas la sesión pasada ¿Cómo es una persona asertiva? 		10 min.	
“Gracias por todo”	<p>El facilitador preparará la sesión minutos antes de la llegada del alumno. Para esta actividad el facilitador sacará al patio trasero las colchonetas del PAP y las acomodará al centro del patio para que los alumnos se sienten en ellas.</p> <p>Se le pedirá al alumno que salga junto con sus compañeros al patio trasero del programa.</p> <p>Antes de dar las indicaciones el facilitador ambientará con música de fondo para relajar al grupo.</p>		25 min.	

	<p>Ya que esté el alumno afuera alrededor de las colchonetas se le dará las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siéntate sobre las colchonetas y forma un círculo con tus compañeros. • Cierra los ojos. • Olvida todo por un momento, todo déjalo del otro lado de la puerta del PAP, tarea, problemas, personas, familia, amigos, pendientes, clases, todo eso que mencioné déjalo del otro lado de la puerta del PAP. • A todo eso que dejaste afuera pídele que te espere un momento en lo que acaban tus clases, diles que los ves al rato, que es tiempo de cuidarte a ti, y sanarte a ti, ahora es tu tiempo solo tuyo, diles que ya los verás más tarde, despídete de ellos, diles adiós con una sonrisa. • Ahora imagina que estás en este lugar (en el programa) y es un día muy tranquilo, soleado, pero sin tanto calor, con aire fresco soplando. • Sigue imaginando que estás sentado en la banca del patio y solo o sola, en este día tan tranquilo, sin ruido exagerado que te moleste. • Es tu momento y lo estás disfrutando como no tienes idea, eres feliz. • Ahora imagina que a lo lejos, cerca del árbol ves a aquella o aquellas personas si es que más de uno, ves a esa persona que siempre te apoya, siempre está a tu lado, puede ser tu papá, tu mamá, tu hermano o hermana, algún amigo, tu pareja, esa persona que nunca te deja solo, pase lo que pase, puede ser solo una o más de una, incluso puede ser alguien que ya falleció, tu elige. • Esta persona se dirige a hacia a ti con una sonrisa y tú le contestan con otra sonrisa. • Se acerca a ti y se sienta a tu lado. 			
--	---	--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> • Mírala a los ojos, observa su sonrisa, sus mejillas, su rostro. • Tómallo de la mano. • ¿Qué le dirías a esa persona? No lo digas en voz alta, solo piénsalo ¿Qué le dirías? Tal vez, gracias por siempre estar conmigo, o tal vez perdón si algún día te falle, también es válido perdonarlo a él o ella si quieres hacerlo. • ¿Qué más le dirías? Dile cuánto lo quieres a pesar de todo lo que han vivido, a pesar de todo lo malo y lo bueno, a pesar de eso dile cuanto lo quieres, abrázalo, abrázalo fuerte como si fuera el último abrazo que le darías. Y nuevamente dale las gracias por él o ella fue o es una parte fundamental en tu vida, si no es que la más importante, o tal vez no sabías hasta ahora que tan importante era en tu vida. • Lo que tú no sabías es que esta personas o personas que están contigo ahora, nunca te van a dejar solo, siempre te van a cuidar, siempre estarán presentes, aunque físicamente ya no estén por los vas a poder revivir con s tu recuerdo, ellos siempre estarán presentes y nunca, nunca te dejarán solo. • Ahora despídete, porque es hora de regresar y él o ella o ellos también tienen que regresar, despídete, dale un abrazo y un beso en la mejilla, dile que pronto lo verás. • Lentamente, muy lentamente, abre tus ojos, poco a poco no hay prisa. • Ahora cuéntanos en quién pensaste... <p>Cada alumno debe decir en qué persona o personas pensó, como se sintieron durante ese momento y porqué pensó en esa persona.</p> <p>La actividad termina cuándo todos los alumnos hayan contado su historia y con una reflexión:</p>			
--	---	--	--	--

	<p>Quiere y cuida a las personas que imaginaste, colocaste a esas personas en tu pensamiento porque tienen un lugar fundamental en tu vida y es tu responsabilidad y la de ellos que sigan juntos para siempre.</p>			
<p>“Un mundo ideal”</p>	<p>Se le pedirá al alumno que se meta al salón.</p> <p>Ya que el alumno esté adentro se le pedirá que forme un círculo junto con sus compañeros.</p> <p>El facilitador colocará varias hojas blancas con imágenes boca abajo.</p> <p>Las imágenes que se encuentran boca abajo representan distintas situaciones de injusticia y discriminación:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ciudades altamente contaminadas. ✓ Niños con desnutrición. ✓ Niños que sufren de violencia en la escuela. ✓ Mujeres de la tercera edad, mujeres embarazadas, con niños en brazos, hombre con niños en brazos, paradas en el transporte público sin nadie que ceda el asiento. ✓ Mujeres que sufren violencia de pareja. ✓ Entre otras más. <p>Para comenzar la actividad se le dará al alumno las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasa al centro. • Toma una hoja boca abajo. • Voltea la hoja. • ¿Qué ves en la hoja? • Cuéntanos que hay en la hoja. • ¿Crees que lo que acabas de describir está bien o está mal? • ¿Por qué? <p>El facilitador debe intervenir por momentos en la explicación del alumno para ayudarlo a ver las cosas que están mal en la imagen con la finalidad de crear conciencia sobre ciertas situaciones de</p>	<p>Hojas blancas con distintas situaciones de injusticia y discriminación:</p>	<p>30 min.</p>	

	<p>injusticia y discriminación que se viven en la actualidad.</p> <p>La actividad termina cuándo todos los alumnos hayan pasado al centro a tomar una hoja.</p> <p>.</p>			
Retroalimentación.	<p>Al terminar la actividad, se le pedirá al alumno que permanezca sentado en su lugar.</p> <p>El facilitador recalcará la importancia de las actividades y dará una retroalimentación de cada una de las dinámicas, resaltando la importancia de crear relaciones interpersonales constructivas, además de realizar acciones en favor de la sociedad, y por último resaltar que se debe de tener una toma de decisiones consiente y responsable a la hora de actuar.</p>		10 min.	
Variables,	<ul style="list-style-type: none"> • A los alumnos que se les dificulte la comunicación verbal serán apoyados por el facilitador. • Cada alumno que participe en las dinámicas se le incentivará con un dulce. 			

Guía Didáctica

Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales

Dirigido a: Jóvenes y adultos del Programa de Atención Psicopedagógica

No. de sesión: 6

No. de participantes: 13

Facilitador: Rodrigo Emiliano Gamiño Pérez

Tema: Apego

Objetivo: Los alumnos identificarán qué tipo de apego tienen a través de distintas actividades que ayudarán a que desarrollen las herramientas necesarias para eliminar dichos apegos con la finalidad de que estos no interfieran en su vida cotidiana.

Subtema	Estrategia didáctica	Material	Tiempo	Observaciones
Bienvenida	<ul style="list-style-type: none"> Se recibirá a los alumnos del programa que participarán en el taller en su lugar donde se sientan normalmente en sus clases. Se saludará al grupo y se les preguntará ¿Cómo se sienten? Para romper el hielo. 	Mesas, sillas	10 min.	
Retroalimentación de la sesión 5 “Conciencia social”	<p>Se le preguntará a cada alumno lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué actividades se realizaron la sesión anterior? ¿Qué fue lo que más te gusto de la sesión pasada? 	.	10 min.	
“El ciclo de la vida”	<p>Para iniciar actividad se le pedirá al alumno que permanezca en su lugar.</p> <p>El facilitador le entregará al alumno una hoja que explica el ciclo de la vida de la mariposa, y se le dará las siguientes indicaciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué ves en la hoja? Es el ciclo de vida de la mariposa. Colorea los dibujos que vienen en la hoja. <p>Cuando el alumno terminé de colorear, el facilitador explicará paso a paso el ciclo de la vida de la mariposa.</p> <p>Al terminar la explicación del ciclo de vida de la mariposa, el facilitador entregará al alumno una hoja con el ciclo de vida pero ahora de un perro,</p>	.	25 min.	

	<p>El facilitador explicará paso a paso el ciclo de vida de un perro y hará partícipes a los alumnos con las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Quién tiene un perro en su casa? • ¿Cómo se llama? • ¿Qué edad tiene? • ¿Conocías el ciclo de vida de tu pequeño amigo? <p>El facilitador hará las preguntas al azar con la finalidad de hacer partícipe a todo el grupo. En caso de que el alumno no tenga un perro como mascota, se les preguntará si tienen algún otro animal por mascota.</p> <p>Para la siguiente dinámica se le entregará al alumno otra hoja, ahora con el ciclo de vida de un ser humano.</p> <p>El facilitador explicará cada una de las etapas de la vida del ser humano desde que nace, es niño, adolescente, joven, adulto, anciano, hasta que muere, y hará partícipe al grupo en la explicación con las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Hace cuántos años naciste? • ¿Cuántos años tienes? • ¿En qué etapa te encuentras? • ¿Hasta qué edad te gustaría vivir? • ¿Tú papá o mamá en qué etapa se encuentran? • ¿Tus abuelos en qué etapa se encuentran? <p>Al terminar de explicar las etapas del ciclo de la vida del ser humano, el facilitador reproducirá una vida acerca de “El ciclo de la vida: El rey león” para esclarecer más el tema del ciclo que todos vivimos.</p> <p>Terminará la actividad con la siguiente reflexión:</p> <p>“Todos nosotros llevamos a cabo un ciclo de vida, desde la pequeña hormiga hasta nosotros como personas, este ciclo se lleva a cabo desde que nacemos, hasta</p>			
--	---	--	--	--

	<p>nuestra muerte, todo tiene un inicio y un fin, nada es para siempre y eso es lo bello de este ciclo, de la vida, porqué a pesar de que tiene un inicio y un fin, siempre intentamos vivir y ser felices, haciendo lo que más nos gusta, conviviendo con nuestros mejores amigos, cuidando a nuestra familia, amando a quién este a tu lado, disfrutando cada segundo de nuestro tiempo, si algo no te hace feliz, déjalo, hazlo a un lado, no estés en lugar donde no seas feliz, no trabajes donde no seas feliz, no estés con una persona que con la que no seas feliz, si en estos momentos no estás siendo feliz, has a un lado todo lo malo, apártate de eso que no te hace feliz, porque todo en este ciclo de vida tienen un fin y algún día va a terminar, es mejor que terminé con un final feliz...”</p>			
<p>“Todo tiene un final”</p>	<p>Para esta actividad seguiremos dentro del salón y permanecerán sentados en sus lugares.</p> <p>Se le explicará al alumno que es el apego a una cosa material, a un familiar, a un amigo y a una pareja. Se le explicará con apoyo de proyección de imágenes y videos.</p> <p>Se comenzará explicando el apego a alguna cosa material, a través de un video, el video se titula “Objeto transicional-psicología infantil” de la caricatura Snoopy y sus amigos.</p> <p>Se le dará las siguientes indicaciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “Todos hemos tenido o tenemos un apego a una cosa material, ya sea el celular, pulseras, ropa, a algún objeto en particular. A continuación, veremos que es el apego a un objeto, y veremos en qué punto este apego a esa cosa 		30 min.	

	<p>material se vuelve dañino a hacia nosotros”</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mira el siguiente video. • No está permitido hablar hasta que termine el video. <p>Al terminar el video se le harán las siguientes preguntas al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Tienes algún objeto en tu casa que siempre llevas a dónde vas? • ¿Qué objeto es? • ¿Por qué lo llevas contigo siempre? • ¿Es bueno que lo lleves contigo? <p>La función de estas preguntas es que funcionen como reflexión hacia el alumno, haciendo énfasis en la última pregunta, la dinámica terminará con una reflexión acerca del tema, por ejemplo:</p> <p><i>“El apego a un objeto se vuelve dañino, perjudicial o malo, cuando no podemos realizar nuestras actividades cotidianas si no tenemos este objeto con nosotros, este tipo de objetos nos quita libertad para poder llevar a cabo nuestro día”</i></p> <p>El siguiente apego a trabajar es hacia un familiar. Se explicará este apego con una secuencia de imágenes de la película de Disney “Coco” (cuatro imágenes en total).</p> <p>Se le dará las siguientes indicaciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ahora veremos unas imágenes que nos servirán como ejemplo para observar cómo es el apego hacia un familiar. • La mayoría tenemos a un familiar al que apreciamos mucho, muchos tenemos la fortuna de tenerlo con nosotros otros tal vez ya fallecieron, pero siempre podemos revivirlos con el recuerdo. • Observa con atención las siguientes imágenes. <p>En cada imagen el facilitador hará comentarios, acerca de la situación que representa, en el caso de la secuencia de</p>			
--	---	--	--	--

	<p>“Coco” se podrán hacer las siguientes preguntas y comentarios en cada imagen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿A qué familiar quieres mucho, así como Miguel a su abuela Coco? • ¿Por qué lo aprecias tanto? • ¿Él o ella qué edad tiene? • Cuando él o ella no se encuentra contigo ¿Cómo te sientes? <p>Las preguntas y comentarios funcionarán como reflexión hacia al alumno, y el facilitador prestará mucha atención a la respuesta de la última pregunta “Cuándo él o ella no se encuentra contigo ¿Cómo te sientes?” con base a lo que responda el alumno, el tiempo en la imagen que se encuentre proyectada se puede alargar o acortar. La dinámica terminará con alguna reflexión, pero siempre manteniendo la siguiente idea:</p> <p><i>“No está mal querer o amar a un ser querido, tampoco está mal llorar porque él o ella ya no esté presente, en caso de que haya fallecido, es nuestra familia y por eso la amamos. Si aún tenemos a nuestro familiar presente y su ausencia, el que él o ella no este, no nos permite realizar nuestras actividades diarias, entonces hay un problema con nosotros. En caso de que este familiar al que apreciamos mucho y siempre tenemos en nuestros pensamientos ya haya fallecido, tendrás que hacerte las siguientes preguntas: ¿Qué tanto he cambiado después de vivir su pérdida? ¿He cambiado para bien o para mal? ¿A él o ella le gustaría verme como me veo a ahora?”</i></p> <p><i>Vivir la pérdida, la muerte de alguien al que apreciamos es un dolor profundo, que nos duele demasiado y a veces no sabemos si dejará de doler. EN ocasiones las personas se nos adelantan y se van, fallecen antes de lo que uno quisiera, por eso el tiempo que pasemos o pasamos con ellos es muy valioso y tenemos que valorar si aún están con nosotros porque no sabemos cuándo llegará su tiempo, porqué lamentablemente o afortunadamente dependiendo de la situación, todo tiene un final...”</i></p> <p>El siguiente apego a trabajar es hacia un amigo, una relación de amistad. Este</p>			
--	--	--	--	--

	<p>apego se trabajará bajo la misma dinámica que el apego a una familiar, se seguirá una secuencia de imágenes que representan el apego a una amistad y como esta puede ser dañina o puede llegar a su fin por distintas circunstancias de la vida, distintas formas de pensar, o seguir distintos caminos, la secuencia de imágenes será sobre la película “El zorro y el sabueso” de Disney (las imágenes 13 se podrán apreciar en el anexo).</p> <p>Se le dará las siguientes indicaciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Algunos tenemos un amigo o amigos a lo que somos muy unidos, pero a veces tenemos diferencias y peleamos con ellos o nos dejamos de hablar y en ocasiones perdemos esa amistad o la perdemos porque simplemente cada quién vive su vida y toman caminos diferentes y no es culpa de nadie simplemente pasa, y tenemos que asumir su pérdida, incluso podemos recordar viejos momentos y recordar con alegría todos los momentos vividos. • A continuación, veremos una serie de imágenes que nos explicará las distintas etapas de la amistad. • Observa con atención y piensa si tú has pasado por algo parecido. <p>Al pasar la secuencia de imágenes el facilitador hará ciertos comentarios para explicar la situación de cada imagen y hará ciertas preguntas al alumno para hacerlo participe durante la secuencia, por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Algunos tenemos un amigo desde la niñez. • Pasamos mucho tiempo con ese amigo o amiga, visitamos varios lugares. • Crecemos juntos con ese amigo. • ¿Cómo se llama tú mejor amigo? • ¿Alguna vez se dejaron de hablar o se enojaron? • ¿Aún le hablas? • ¿Cómo te sientes cuando no estás con él o ella? 			
--	--	--	--	--

	<p>Se hará énfasis en la última pregunta y el facilitador prestará mucha atención a su respuesta. Las preguntas anteriores no son la púnicas que se pueden decir, dependiendo de cómo fluya la secuencia de imágenes y los comentarios de los alumnos se podrán hacer otras preguntas y comentarios, la dinámica finalizará con una reflexión y esta también podrá ser modificada, pero siempre manteniendo la siguiente idea:</p> <p><i>“El amor más puro puede ser el de una amistad ya que se caracteriza por lo siguiente: no hay ataduras, no hay celos, no hay un compromiso mayor como en la familia o en la pareja, lo que los une es un cariño por cosas que tienen en común dos personas o más, se respetan diferencias y no hay posesión absoluta sobre el otro. El problema llega cuándo alguna de las características mencionadas anteriormente empieza a fallar y va en sentido contrario, ahí entonces existe un problema que debe ser corregido ya que se empieza a depender de esa persona y eso no está bien. En ocasiones la amistad no termina pero simplemente se dejan de frecuentar y por muchos tiempo, incluso años y muchos asumen que se perdió la amistad, solo porque tomaron caminos distintos y asumir que se perdió la amistad cuándo no fue así, también es un problema porqué la amistad tiene que ser el amor más puro en la tierra y debe ser recordado como tal porque tienes que afrontar que todo tiene un final y ese final en ocasiones depende de ti...”</i></p> <p>El siguiente y último apego a trabajar es el de una relación de pareja y se trabajará bajo una secuencia de imágenes que representa la pérdida de una pareja y como esto generar aun apego que te impide seguir adelante con tu vida, hablando de la pérdida ya sea por fallecimiento o ruptura, las imágenes son de la película de “Up, una aventura de altura” de PIXAR (nueve imágenes que se podrán apreciar en el anexo), se le dará las siguientes indicaciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Algunos vivimos relaciones amorosas, tal como con una pareja, vivimos un amor de 			
--	---	--	--	--

	<p>película, pero en ocasiones esta relación termina, ya sea por alguna ruptura u ocasiones más severas, el fallecimiento. El problema al enfrentar la pérdida de nuestra relación llega cuando ya no estamos juntos con nuestra con esa persona y eso nos impide hacer nuestra vida, nuestras actividades que hacíamos antes, como ir a la escuela, al trabajo, salir con amigos, ahí es cuando ya tenemos un gran problema, pero todo tiene solución.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observa las siguientes imágenes con mucha intención. <p>Conforme vayan pasando las imágenes, el facilitador se detendrá en cada una para hacer comentarios y preguntas para describir lo que sucede en la imagen, por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuando conocemos a nuestro novio o novia, nos enamoramos y nos gusta mucho esa persona. • Vivimos muchos momentos felices con esa persona. • Pasamos mucho tiempo con esta persona y deseamos que sea para siempre, que seamos así de felices por siempre. • Pero a veces se tienen problemas en la relación. • ¿Tú tienes novio o novia? • ¿Han vivido momentos muy felices como en las imágenes? • ¿Alguna vez han tenido problemas? <p>Las preguntas y comentarios anteriores, no forzosamente tienen que ser los mismos solo es una guía para seguir la secuencia de imágenes, pueden cambiar conforme el facilitador lo deseé y conforme los alumnos vayan comentando toda la secuencia. La dinámica terminará con una reflexión y este puede cambiar dependiendo de las emociones que la dinámica haya provocado, pero se debe mantener la siguiente idea:</p> <p><i>“En esta ocasión no centramos solo en afrontar la pérdida de nuestra pareja por distintas circunstancias, una ruptura o un</i></p>			
--	--	--	--	--

	<p><i>fallecimiento. En el caso de la ruptura nos duele el perder a esa persona y más aún si alguno de los dos no está de acuerdo en terminar, para quién no quiere terminar la relación es aún más difícil porque tiene que vivir un proceso de desapego muy fuerte y doloroso, y en ocasiones no queremos afrontarlo, nos de miedo vivir sin esa persona, no nos creemos capaces de seguir adelante sin es a persona no está con nosotros, pero con el tiempo y con acciones para mejorar por nuestro propio bien y teniendo mucho amor hacia nosotros, queriéndonos, podemos salir de este proceso de apego a una persona.</i></p> <p><i>En el caso de una separación por causas como la muerte de nuestra pareja también resulta muy difícil seguir nuestra vida porque ya no puedes hacer nada para recuperarla, y tienes que afrontar este proceso y vivir sabiendo que ella o él ya no están. Sin embargo, en este caso aún en la perdida tienes que seguir viviendo porque ahora tienes dos misiones afrontar la perdida y vivir recordándolo y honrando su memoria.</i></p> <p><i>En cualquiera de los dos casos tenemos que afrontar que no todo es perfecto o hermoso porque dure para siempre, en ocasiones es perfecto y dura solo un momento por eso debemos aprovechar cada momento que tenemos con esa persona que amamos, porque no sabemos cuándo terminará, a veces termina por desacuerdos y se llega la ruptura y a veces se termina por otras causas como la muerte, disfruta cada momento y vívelo como si fuera el último porque que todo tiene un final...”</i></p>			
<p>“Desamárrate”</p>	<p>En esta actividad también se realizará durante la hora del receso.</p> <p>Se les dará el siguiente mensaje a los alumnos:</p> <p><i>“Muchas veces nos sentimos atrapados en alguna situación, nos sentimos atrapados con una persona, con algún objeto quizá, como alguna perdida d en algún familiar o pareja, nos sentimos atados a lo que digan nuestros padres, las redes sociales, y no</i></p>	<p>Tres cuerdas de más d un metro de largo.</p>	<p>20 min.</p>	

	<p><i>sabemos cómo hacer a un lado lo que no hace daño, no sabemos cómo desatarnos de aquello que nos mantiene atados a algo que no queremos o no nos gusta”.</i></p> <p>Después del mensaje el facilitador formará parejas, en caso de que llegué a quedar alguien sin pareja facilitador participará con esa persona.</p> <p>Ahora se le dará las siguientes indicaciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saldremos al receso en pareja, con la persona que tienen a un lado. • Saldremos a comer y a convivir en pareja. • Solo habrá una condición, tendrán atado un pie al otro pie de su compañero. (podrá ser el pie o el brazo dependiendo que tan difícil les sea esta actividad al alumno). • Así que se tendrán que poner de acuerdo con su compañero y platicar cada cosa que hagan, desde caminar, comer, platicar, hasta ir al baño (se procurará que las parejas sean hombre con hombre y mujer con mujer). • Hasta esta sesión hemos visto distintas emociones, y habilidades; asertividad, empatía, autococimiento, conciencia social, así que su comunicación tiene que ser de las mejores con su compañero. <p>El facilitador ayudará a los alumnos a amararse de la extremidad ya sea pie o brazo, si es del pie se hará con lazo y no se apretará demasiado para que no se lastimen los alumnos y si es del brazo será con algún paliacate o trozo de tela.</p> <p>Los alumnos deben permanecer juntos y “amarrados” todo el tiempo y el facilitador debe estar atento al tipo de comunicación que tienen los alumnos para realizar sus actividades, en caso de que sea necesario quitarles el lazo o paliacate será solamente para ir al baño.</p> <p>Ya que terminé el receso se les pedirá que vuelvan al salón. Ya adentro del salón el facilitador pasará al frente con el alumno o</p>			
--	--	--	--	--

	<p>participante que tenga “amarrado” con él y explicará lo siguiente:</p> <p><i>“Como lo había comentado al inicio desde la actividad del ciclo de la vida, no todo es para siempre, nada es eterno y tenemos que aprender a disfrutar todos los momentos de nuestra vida desde que despertamos en la cama hasta que nos acostamos por la noche a dormir en ella, siempre tenemos que agradecer por estar vivos por todo en la vida es un ciclo que da vueltas, como el ciclo de la mariposa, nace, crece, se desarrolla y muere, en el ser humano es igual, de ti depende como quieres que sea tú vida.</i></p> <p><i>Las relaciones que desarrollamos a lo largo de nuestra vida, son de amistad, familiares y de pareja, de ti depende que esas relaciones sean las más bonitas, que las conserves como lo que son, amor puro, cuida a tu familia, pues a la familia nunca se le da la espalda, cuida a tus amigos ya que ellos no te piden nada a cambio, un amigo siempre estará contigo aunque este muy lejos físicamente, un amigo te quiere por quién eres, no por el lazo de sangre, o porque tiene algún compromiso, un amigo no te juzga, te apoya y te aconseja, pero nunca te deja solo, siempre está vivo en tu recuerdo. El amor de pareja es de los más bellos en el mundo cuándo se da con libertad, cuándo no se es posesivo, es bello cuándo eres feliz si esta él o ella, pero sobre todo cuando eres feliz sin él o ella, cuándo no dependes de esa persona para ser feliz.</i></p> <p><i>¿Cómo te sentiste en esta actividad? ¿Cómo fue la comunicación con tu compañero? Fue buena, ¿Estuvieron de acuerdo en lo que hacían en el receso mientras comían y convivían? (en estas preguntas pueden participar los alumnos) Tal vez si fue buena o tal vez fue mala, y solo fue durante una hora, hay personas que viven atadas a algo o a alguien durante años, porque tienen miedo de separarse o hacer a un lado eso que les hace daño, y sé que no es sencillo pasar por un proceso de desapego, porque el separarte o hacer a un lado algo, es doloroso y crees que no vas a poder lograrlo, pero a veces solo necesitas un empujón para empezar ese camino, para</i></p>			
--	--	--	--	--

	<p><i>empezar a separarte, porque siempre tienes que recordar que por más difícil que sea la situación, por más doloroso que sea, aunque sientas que ya no puedes más, siempre recuerda (el facilitador se desata de su compañero) que todo tiene un final...”</i></p>			
<p>Variables,</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El facilitador tiene que estar muy atento en la actividad “Desamárrate” para que los alumnos no se tropiecen o les pade algún accidente. 			

Guía Didáctica

Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales

Dirigido a: Jóvenes y adultos del Programa de Atención Psicopedagógica

No. de sesión: 7

No. de participantes: 13

Facilitador: Rodrigo Emiliano Gamiño Pérez

Tema: Liderazgo

Objetivo: Los alumnos practicarán actividades de trabajo en equipo, en las cuales se llevará a cabo el rol del líder, con la finalidad de que los alumnos reconozcan la importancia que de esta habilidad social que es liderazgo, además de conocer las características que debe de tener la persona que tenga el rol del líder.

Subtema	Estrategia didáctica	Material	Tiempo	Observaciones
Bienvenida	<ul style="list-style-type: none"> Se recibirá a los alumnos del programa que participarán en el taller en su lugar donde se sientan normalmente en sus clases. Se saludará al grupo y se les preguntará ¿Cómo se sienten? Para romper el hielo. 	Mesas, sillas	10 min.	
Retroalimentación de la sesión 6 "Desapego"	<p>Se le preguntará a cada alumno lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué actividades se realizaron la sesión anterior? ¿Qué fue lo que más te gusto de la sesión pasada? 	.	10 min.	
“Un equipo deforme”	<p>Para esta actividad se le pedirá al alumno que saga al patio trasero.</p> <p>Ya que todo el grupo este afuera, se le pedirá al alumno que se tome de las manos con sus compañeros y formará un círculo junto con sus compañeros.</p> <p>Se le dará al alumno las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Forma en equipo ya que están agarrados de las manos todos, las siguientes figuras que yo les voy a indicar. Te puedes comunicar con tus compañeros para que se pongan de acuerdo al hacer las figuras. 	.	15 min.	

	<ul style="list-style-type: none"> • Forma un cuadrado. (Cuándo el grupo le diga al facilitador que ya está la figura se les dará la siguiente figura a formar). • Forma un triángulo. • Forma el número 3. • Forma la letra N mayúscula. • Forma una estrella. • Ahora ponte de acuerdo con tus compañeros y formen la figura que ustedes quieran, Todos tienen que estar de acuerdo. <p>La dinámica termina cuando finalicen la figura que ellos eligieron hacer.</p> <p>Lo importante de esta dinámica no es el resultado de las figuras, sino cómo fluye la comunicación y cuáles son las personas que toman la iniciativa a la hora de realizar los ejercicios.</p>			
<p>“Guiando a un amigo”</p>	<p>Para esta actividad seguiremos en el patio.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ El facilitador formará parejas para trabajar en esta actividad. ✓ Ya que estén formadas las parejas el facilitador designa a una persona de la pareja para que se coloque una venda en los ojos y les pedirá que se coloquen en un extremo del patio, todas las parejas. ✓ Cuando las parejas estén situadas en un extremo del patio el facilitador distribuirá por todo el patio distintos objetos como: aros, pelotas, pinos de bolos, llantas, con lo finalidad de que estos objetos funcionen como obstáculos. ✓ En el otro extremo del patio, en una banca, el facilitador colocará una bolsa con dulces y dentro de la bolsa habrá escrito en un hoja un ejercicio físico (sentadillas, 	<p>Aros. Llantas. Pinos de bolo. Pelotas. Colchonetas.</p>	<p>30 min.</p>	

	<p>lagartijas etc.) que las demás parejas que no consigan la bolsa de dulces tendrán que hacer como castigo.</p> <p>Ya que esté preparada la actividad el facilitador dará las siguientes indicaciones a la pajera:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La persona que tiene la venda en los ojos, va a escuchar a su compañero que lo va a guiar al otro lado del patio. • La persona con la venda en los ojos no va a avanzar, si no escucha a su compañero. • Avanza despacio. • No se puede gritar. • La persona que va a guiar avanzará junto con su compañero para poder guiarlo. • La primera pareja que llega al otro lado del patio y agarre la bolsa de dulces, ganará. <p>Para hacer más dinámico el ejercicio y que no se amontonen los alumnos al realizar la actividad solo pasarán tres parejas por ronda, se harán las rondas que sean necesarias, en caso que se hagan seis parejas, serán dos rondas de tres parejas.</p>			
<p>“Nudo humano”</p>	<p>En esta actividad también se realizará en el patio.</p> <p>El facilitador dividirá al grupo en dos equipos.</p> <p>A cada equipo se le dará una cuerda de más de un metro de largo aproximadamente.</p> <p>Se le dará las siguientes indicaciones al alumno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Con una mano toma la cuerda. 	<p>Tres cuerdas de más de un metro de largo.</p>	<p>20 min.</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> • Todo el equipo debe tomar la cuerda con una mano. • Ahora deben hacer un nudo a la cuerda. • Sus manos van a quedar enredadas en el nudo. • Deben ponerse de acuerdo en quipo como van a hacer ese nudo. • Gana el que equipo que haga primero el nudo. <p>Si en la primera ronda se tardaron cerca de 15 minutos haciendo el nudo se hará solamente una siguiente ronda.</p>			
“Aeromexico”	<p>Esta actividad se realizará en el salón.</p> <p>El facilitador dividirá al grupo en dos equipos y les proporcionará los materiales para realizar la actividad. El facilitador designará a un coordinador por equipo.</p> <p>Se le dará al alumno las siguientes indicaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siéntate en círculo junto con tus compañeros. • En medio tienen materiales, hojas de colores, resistol. Colores, tijeras. • En equipo tienen que hacer un avión. • Pero este avión tiene que ser un diseño especial, lo tienen que hacer con colores, de la forma que ustedes quieran. • Cuando tengan listo el avión tienen hacer todos los aviones que pueden, que sean iguales al primer avión que hicieron. • Cuando el tiempo se terminó en equipo volarán sus aviones y los lanzarán para que lleguen a la pista de aterrizaje correspondiente. • El equipo que lanzó más aviones y aterricen en la pista, ganará. 			
Retroalimentación.	Al terminar la actividad, se le pedirá al alumno que permanezca sentado en su lugar.		10 min.	

	<p>El facilitador recalcará la importancia de las actividades y dará una retroalimentación de cada una de las dinámicas, resaltando la importancia de conocer y seguir practicando la habilidad social del liderazgo ya que esta habilidad nos ayudará a formar un carácter asertivo.</p> <p>También se debe resaltar que en cada actividad se realizaron trabajos en equipo y se dará un mensaje sobre la importancia del trabajo en equipo.</p>			
Variables,	<ul style="list-style-type: none"> • Cada alumno que participe en las dinámicas se le incentivará con un dulce. • En la dinámica “Guiando a un amigo” el facilitador debe acompañar a las tres parejas que realicen la actividad para apoyarlos en caso de que tropiecen o choquen con algún obstáculo para evitar accidentes. 			

Guía Didáctica

Taller de desarrollo de habilidades socioemocionales

Dirigido a: Jóvenes y adultos del Programa de Atención Psicopedagógica

No. de sesión: 8

No. de participantes: 13

Facilitador: Rodrigo Emiliano Gamiño Pérez

Tema: Trabajo en equipo

Objetivo: Los alumnos practicarán la toma de decisiones responsable, a través de distintas dinámicas de trabajo en equipo con la finalidad de poner en práctica todas las habilidades socioemocionales que se vieron a lo largo del taller para fortalecer los conocimientos que desarrollaron durante las sesiones.

Subtema	Estrategia didáctica	Material	Tiempo	Observaciones
Bienvenida	<ul style="list-style-type: none"> • Se recibirá a los alumnos del programa que participarán en el taller en su lugar donde se sientan normalmente en sus clases. • Se saludará al grupo y se les preguntará ¿Cómo se sienten? Para romper el hielo. 	Mesas, sillas	10 min.	
Retroalimentación de la sesión 7 "Liderazgo"	<p>Se le preguntará a cada alumno lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué actividades se realizaron la sesión anterior? • De acuerdo a las actividades realizadas la sesión pasada ¿Para ti qué es el liderazgo? 	.	10 min.	
"Titanic"	<p>Se le pedirá al alumno que salga al patio trasero para poder realizar la actividad.</p> <p>Se le pedirá al alumno que haga un círculo junto con sus compañeros y escuche atentamente las indicaciones que se le van a dar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Todos van a imaginar lo siguiente. • Todos se encuentran de vacaciones en un barco y estamos disfrutando de nuestras vacaciones. 			

	<ul style="list-style-type: none"> • Pero de un momento a otro el barco choca contra un iceberg y el barco se comienza a hundir. • A lo lejos ven una isla que les puede salvar la vida, pero somos muchos en el barco. • La única manera de que se salven todos es sacrificando a uno de ustedes para que el barco pueda llegar a la isla. • Tienen diez minutos para decidir a quién van a sacrificar y por qué. • Si no dan una respuesta en diez minutos no saldrán a su receso. <p>La finalidad de la dinámica es que al terminar el tiempo que se les dio para tomar una decisión, la respuesta sea que no sacrificarán a ninguno ya que todos son un equipo y nunca se sacrifica a un amigo.</p>			
<p>“Sálvense quien pueda”</p>	<p>Se le pedirá al alumno que salga al patio trasero para realizar la actividad.</p> <p>Ya que el alumno se encuentre en el patio, el facilitador formará dos equipos.</p> <p>Se colocarán los equipos en los extremos del patio con la finalidad de que los equipos no se escuchen entre ellos.</p> <p>A cada equipo se le proporcionará un globo inflado.</p> <p>Se le dará a cada equipo las siguientes indicaciones de forma simultánea:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tienen un globo para todo el equipo, el otro equipo también tiene un globo. • Tienen que tomar una decisión. El equipo que explote primero el globo saldrá a receso. • El equipo que conserve el globo se quedará sin receso. • Pero no se trata de velocidad, se trata de pensar bien su decisión, en el otro equipo tienen amigos cercanos, muy cercanos, que pueden dejar sin receso y no podrán convivir por ellos por hoy en el receso. 		<p>20 min.</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Están conscientes de lo que les acabo de decir? • ¿Están dispuestos a dejar sin comer a el otro equipo? • Por otro lado si esperan a que el otro equipo lo explote para que ellos salgan ustedes se quedan sin comer y sin receso. • Tiene 10 minutos para decidir. <p>La finalidad de la dinámica es escuchar y observar la discusión del equipo y la decisión que toman.</p> <p>La decisión esperada es que ningún equipo truene el globo, y al terminar los diez minutos, ambos equipos podrán salir a comer y convivir a su receso.</p>			
“Avatar”	<p>Para esta actividad se dividirá al equipo.</p> <p>A cada equipo se le dará una cartulina y colores.</p> <p>Se le darán las siguientes indicaciones a cada equipo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deberán pensar, idear y dibujar un personaje que represente su equipo • Simbolizará quiénes son y que hacen. • Además, tendrán que escoger un nombre. • Tendrá un súper poder y una debilidad. • Este personaje tendrá un poco de todos. <p>Al final cada equipo expondrá su personaje y todas las habilidades que le dieron, además de los súper poderes y debilidades y tendrán que explicar por qué.</p>	Cartulina. Colores:	30 min.	
Variables,	<ul style="list-style-type: none"> • A los alumnos que se les dificulte la comunicación verbal serán apoyados por el facilitador. • Cada alumno que participe en las dinámicas se le incentivará con un dulce. 			

4.9 Evaluación del taller

El taller se desarrolló en ocho sesiones, cada sesión con duración de dos horas aproximadamente, en algunas sesiones se extendía un poco la duración de la sesión a dos horas y media, esto se debía a que en ciertas actividades los participantes requerían más tiempo para realizarlas ya que se sentían identificados con las situaciones que se exponían en la sesión, esto les ayudaba a una mejor comprensión y un mejor desarrollo de la HSE que se trabajaba. El taller se lleva a cabo en el área del Programa de Atención Psicopedagógica del turno matutino, dentro de las instalaciones de la FES Aragón y se contó con la asistencia de trece alumnos.

Antes de iniciar el taller se le notificó a los padres y tutores de los alumnos que se llevaría a cabo un taller de desarrollo de HSE en sus hijos, así mismo se les el objetivo del taller, los horarios en que se trabajarían las sesiones y una breve explicación sobre las habilidades socioemocionales.

Las sesiones se llevaban a cabo los días martes y jueves, los días martes de 10:00 a 13:00 y los jueves de 11:00 a 14:00, los alumnos tenían de 30 a 45 minutos receso, después de la primera hora de inicio de sesión, en esta hora se trabajan de una a dos actividades y cuando regresaban del receso se desarrollaba la última actividad de la sesión.

Se trabajaron un total de seis habilidades socioemocionales: asertividad, empatía, autoconocimiento, conciencia social, desapego y liderazgo. Una sesión diagnóstica en la que se trabajó la identificación de las siguientes emociones: miedo, afecto, tristeza, enojo, alegría, desagrado. Por último, se trabajó una sesión final que tuvo por objetivo la aplicación de trabajo en equipo, esta sesión nos ayudó a poner en práctica las seis habilidades que se vieron a lo largo del taller.

El trabajar con emociones es un trabajo que se tiene que hacer con mucha cautela, trabajamos con seres humanos, algunos más sensibles que otros, lo que puede provocar un desvío del objetivo de cada sesión si no se sabe controlar el momento en cuánto los participantes del taller empiezan a revelar sus emociones. Nuestra población fueron los jóvenes y adultos del PAP del turno matutino, estos alumnos acuden al programa ya que necesitan apoyo de distintas áreas de educación especial, como lenguaje, comunicación, condición síndrome de Down, etc pero esto no fue impedimento para ellos a la hora de trabajar durante el taller.

El taller se aplicó con un orden específico en cuanto a las HSE, el orden fue el siguiente: asertividad, autoconocimiento, empatía, conciencia social, desapego y liderazgo. Para poder empezar a desarrollar estas habilidades en los participantes del taller primero se trabajó la asertividad ya que esta habilidad ayudará a los participantes a mejorar su comunicación con ellos mismos y las personas que los rodean, de esta manera al mejorar su comunicación podrán ser empáticos al convivir con otras personas pero sobre todo ser

empático con ellos mismos, solo que para fortalecer la empatía hacia ellos mismos y las personas que los rodean, tienen que conocerse muy bien en ambos contextos, personal y social, por esto la siguiente habilidad a desarrollar fue el autoconocimiento, al tener una regulación de sus emociones, comunicarlas de forma asertiva y empática, lograrían identificar sus gustos, sentimientos, habilidades, destrezas que a ellos les gusta hacer pero sobre todo lograrían identificar que NO les gusta hacer, de esta manera podrían empezar a generar conciencia de las decisiones que han tomado a lo largo de su vida y como éstas no repercuten solo en ellos, también en las personas que los rodean, así que tienen que aprender a ser responsables de las decisiones que toman, por esto la siguiente habilidad a desarrollar fue la conciencia social, ya que los alumnos lograrán ser conscientes de las decisiones que toman y podrán aplicarlo a una habilidad difícil de trabajar que es el desapego, resultaría más complicado trabajar el desapego si con anterioridad no se hubieran trabajado la asertividad, empatía, autoconocimiento y conciencia social, así que al tener trabajadas éstas habilidades con anterioridad los participantes tendrán un mejor desarrollo de las herramientas para poder desprenderse de los apegos que interfieren en su vida cotidiana.

Pareciera que el desarrollar el desapego en los participantes podría ser un buen final para el taller pero resulto muy enriquecedor el orden con que hasta ahora se trabajó las HSE y se decidió aprovechar este orden si queremos verlo de forma jerárquica para finalizar con la habilidad de liderazgo para desarrollar en ellos habilidades de trabajo en equipo y reconocer que participantes destacan más en estas habilidades, además de observar que participantes necesitan más apoyo para potencializar habilidades de trabajo en equipo. Esta última habilidad desarrollará carácter en los participantes, carácter que les ayudarán a tener una toma de decisiones responsable, cuando se encuentren trabajando en equipo, en los distintos contextos en los que se desarrolle el participante.

En la última sesión se trabajaron dinámicas de trabajo en equipo y bien común en la cuales los participantes pusieron en práctica las seis habilidades que se vieron anteriormente, funcionó como sesión de retroalimentación, fortalecimiento y evaluación de las HSE vistas en el taller. Cómo se mencionó anteriormente el orden de la sesión fue planeado con un fin en particular, que al trabajar cada sesión ayudó a comprender de mejor manera la siguiente habilidad.

Es momento de evaluar el desarrollo del taller y saber si se logró cumplir el objetivo del mismo taller que es el siguiente: *“Desarrollar habilidades socioemocionales en los jóvenes y adultos con discapacidad intelectual del Programa de Atención Psicopedagógica del turno matutino, a través de la aplicación de un taller, para que pongan en práctica dichas herramientas a la hora de relacionarse y comportarse ante las diversas situaciones que se les presenten en su vida”.*

El taller se evaluó por sesión, se comenzarán a describir las sesiones de trabajo, tomando en cuenta el objetivo del taller, mencionado anteriormente:

✍ Sesión 1: “Las emociones”

En la primera sesión a modo de diagnóstico se trabajaron solo seis emociones, las emociones que se eligieron para esta sesión fueron consideradas emociones “base” que todo ser humano desarrolla en su vida cotidiana. Al inicio de esta sesión se les preguntaba a los alumnos ¿Qué es una emoción? y ellos respondían “*Cuándo estas triste*” “*cuando estas de malas*” “*felicidad*” esto hizo darme cuenta que ya tenían identificadas ciertas emociones y lo confirmé con la primera actividad “El tablero de las emociones” ellos tenían que pasar al frente al tablero y señalar la emoción que yo les dijera, ellos pasaban y señalaban la emoción correcta.

En la actividad “adivina como me siento” que es una actividad muy parecida a caras y gestos los participantes adivinaron la situación que su compañero representaba con mímica, la identificación la lograban a través de la observación de los distintos movimientos y gesticulaciones que el compañero que se encontraba en frente representaba, además de que lograban identificar cómo se sentían ellos cuando se encontraban en una situación similar, adivinaban la situación, y enseguida comentaban su sentir.

La última actividad “Lotería de emociones” funcionó como reforzador, porque cuando yo mencionaba la emoción que ellos tenían que identificar en su tarjeta de lotería, ellos colocaban una ficha en la emoción correcta y al identificar todas las emociones de su tarjeta gritaban “lotería”. De nuevo esta identificación la hacían al observar la tarjeta que yo tenía en mi mano y la relacionaban con la que ellos tenían sobre la mesa.

El trabajar HSE van de la mano como su nombre lo dice con emociones y para trabajar la identificación de las misma, esta sesión nos ayudó a iniciar el taller con cimientos fuertes ya que lograron identificar a lo largo de las actividades cada una de las emociones vistas y esto se debió a la correcta ejecución de las actividades como se mencionó anteriormente.



Sesión 2: "La Asertividad"

El objetivo de esta actividad fue que los alumnos reconocieran como se lleva cabo la comunicación asertiva, para lograr esto lo participantes observaron imágenes en las cuales se representaban situaciones donde se mostraban personas con un comportamiento pasivo, agresivo y asertivo, los alumnos observaban estas imágenes y comentaban sobre los comportamientos agresivos *"Están enojados"* *"se están gritando"* en las imágenes con comportamientos pasivos comentaban *"no se defiende"* *"no hace nada"* al escuchar estas respuestas yo les preguntaba si entonces ¿estaba bien ser cómo las personas de las imágenes? Los participantes no estaban de acuerdo con estos comportamientos, porque ellos me comentaban *"se tiene que defender"* *"es una persona abusiva"* *"gritar es malo"* a pesar de estas respuestas ellos comentaban que en ocasiones también han tenido comportamientos agresivos y pasivos en distintas situaciones, entonces ellos son conscientes sobre cómo es una persona pasiva y agresiva.

Después de este diálogo les mostré las imágenes de cómo deberíamos comportarnos todas las personas en los distintos contextos en los que nos desarrollamos, así que mostré el comportamiento asertivo, los alumnos comentaban sin que yo les preguntara la situación que se mostraba en la imagen, hacían comentarios como *"está feliz"* *"esta alegre"* *"se están divirtiendo"* *"no están enojados"* empezaban a nombrar emociones que anteriormente ya habíamos visto.

Además, comprendieron la importancia de aprender a decir NO ante situaciones que para ellos resultan incómodas o simplemente no quieren hacer. Se les presentaron situaciones de la vida real en las cuales el participante se sentía incómodo, por ejemplo: salir con los amigos, cuándo realmente se encontraban cansados y no querían hacer nada más que descansar, cuándo alguien te pide dinero prestado y no tienes dinero o simplemente no quieres hacerlo, cuándo alguien te invita a salir y por no querer lastimar a la persona solo aceptas. Todos comprendieron que en verdad estaría mucho mejor quedarse a descansar, y no salir por esta vez con su amigo o amiga, porque respondían de esta manera ante la situación. *"Decir no debes en cuando está bien"* o *"Mi amigo no debería enojarse si le digo que no, si se enoja no es mi amigo"* *"es mejor decir la verdad y decir que no te gusta"*. A los alumnos que presentan problemas de lenguaje fueron muy claros cuándo se les presentaron las situaciones de la vida diaria y al preguntarles que responderían sí o no, claramente decían que "no".

Pero la asertividad no solamente es aprender a decir "no" también es comunicar lo que realmente queremos decir sin ofender a nadie y ser conscientes que es lo mejor para nosotros, por eso al expresarse sobre el comportamiento de otros compañeros en la actividad "¿Qué piensas de mí?" Se expresaron sobre su compañero de trabajo sin ofensas. Para hacer más enriquecedora esta sesión se colocaron en parejas compañeros que no tienen buena comunicación, con la intención de mejorar su convivencia de manera asertiva, los resultados de esta dinámica fueron favorables ya que se logró "romper el hielo" entre participantes que no tenían una "buena" comunicación en el grupo.

Al observar el comportamiento de los alumnos, pero sobre todo al escuchar cómo se expresaban ante las distintas situaciones que se les planteaban, me di cuenta que comenzaban a reconocer como se lleva a cabo la comunicación asertiva y cómo deberían llevarla a cabo en su vida diaria. Además, los participantes lograron llevar a cabo un ejercicio de comunicación asertiva al final de sesión que fue “¿Qué piensas de mí?” y lo lograron sin ofensas, titubeos, y sobre todo con mucha seguridad.



Sesión 3: “Autoconocimiento”

La segunda HSE a trabajar fue el autoconocimiento, al trabajar en primera instancia las emociones y la asertividad, fue más fácil para los participantes que identificarán sus gustos, capacidades, habilidades y virtudes. Al realizar las actividades empezando por dar a conocer su bibliografía descrita con dibujos los participantes se comunicaron de forma clara y sin temor, comentaron cada suceso de su vida, con voz clara y fuerte.

La finalidad la actividad “Mi cuadro de honor” fue que los participantes reconocieran a las personas que forman parte de su vida, personas que siempre los van a apoyar, puede ser que algunas de estas personas ya hayan fallecido, pero eso no significa que tengan que olvidarlas, al contrario, viven en sus recuerdos y eso los hace mejores personas. Los participantes colocaron en su papel cascaron fotografías de sus familiares, a su papá, mamá, hermanos, abuelos, amigos, incluso mascotas. Al pasar al frente y explicar a sus compañeros su cuadro de honor ellos comentaban porque consideraban importantes en su vida a estas personas, a algunos demarraban una lagrima al comentar el ¿por qué? esto hacía que de verdad estas personas juegan un papel fundamental en su vida y esto es parte del autoconocimiento porque sé en qué personas me puedo apoyar cuando me encuentre en un problema y con quién no.

Para finalizar, la actividad “¿Quién soy?” consistía en plasmar en una cartulina lo que les gusta hacer, lo que no les gusta hacer, y como consideran emocionalmente (alegres, serios, enojones, etc) cada alumno plasmo sus principales hobbies, a su familiares también los dibujaron, dibujaban un muñeco sonriente o serio, dependiendo el participante y ese muñeco era su propia representación emocional, al final de la elaboración, pasaban al frente a comentar su trabajo y nuevamente lo hicieron con voz clara y fuerte, además de que se podía observar su seguridad en su forma de pararse, de forma erguida y mirando a sus compañeros a los ojos.

A lo largo de la sesión tardaron un poco más del tiempo establecido al trabajar las siguientes dos actividades: “Mi cuadro de honor” y “¿Quién soy?” tardaron más tiempo en estas dinámicas no porque se les dificultara, todo lo contrario, fueron de su agrado las tareas que realizaron y se esmeraron al decorar su cuadro de honor, al realizar sus dibujos y al contar su historia de ambas actividades. No solo lograron identificar todo lo mencionado anteriormente, también lograron comunicarlo a sus compañeros de forma asertiva para que se conocieran mejor ya que son parte de un grupo de trabajo, así mismo el participante que estaba escuchando a su compañero lo hizo de manera empática, sin juzgar, sin ser agresivos o pasivos.



✍ Sesión 4: “La empatía”

Al ser la asertividad la primera HSE, la segunda el autoconocimiento, ayudó mucho a los alumnos a tomar confianza para comunicar ideas, pensamientos y emociones hacia sus compañeros y hacia el facilitador en cada actividad. La siguiente HSE a trabajar fue la empatía, para algunos participantes fue sencillo identificar ¿Qué es la empatía? Ya que al preguntarles respondían lo siguiente “*es ponerse en los zapatos del otro*” y están en lo correcto, aunque esta definición es solo una pequeña parte de lo que realmente significa ser empático.

Las actividades “*adivina como me siento*” y “*¿Cómo te sentirías tú si...?*” fueron actividades cuyo objetivo era reconocer los sentimientos y emociones de sus compañeros los participantes no solo lograron escuchar y comprender el sentir de sus compañeros que platicaron situaciones que han vivido y realmente han tenido consecuencias en vida, sino que también lograron seguir y respetar una serie de parámetros de convivencia con sus compañeros, porque cuando alguien participaba en estas dos actividades, ninguno interrumpía, solo escuchaban y preguntaban a la persona que estaba en frente si podían darle algún consejo, solo si la persona aceptaba recibir el consejo de lo contrario no se hacía.

Esto incito a que se creará un ambiente de respeto hacia el compañero que compartía su sentir en distintas situaciones que se le planteaban con imágenes, incluso ellos solos sin pedírselos empezaron a platicar situaciones que han tenido distintas repercusiones en su vida cotidiana. Todos los participantes aprendieron la importancia de no juzgar a la persona que estás escuchando, a respetar su punto de vista, su manera de vivir las cosas y dar consejo si la persona te lo pide.

Estos resultados se pudieron apreciar de forma concreta en la aplicación de la última dinámica de esta sesión que fue “*El estambre de la libertad*” donde todos los participantes expresaron de forma asertiva y empática las emociones que sentían ante distintas situaciones que han vivido, experiencias personales que los participantes compartieron en

la sesión, situaciones que los “marcado” emocionalmente, cómo se mencionó anteriormente, sin juzgar, ni interrumpir, solamente escuchando, apoyando, y respetando a su compañero.



Sesión 5: “Consciencia social”

Para la quinta sesión que fue “Consciencia social” solo fueron dos actividades con mayor duración que las anteriores: “Un mundo ideal” y “Gracias por todo” en la primer actividad se les mostraron a los participantes imágenes sobre la contaminación mundial, la pobreza extrema, niños en la guerra, desnutrición, problemas extremos a nivel mundial con la finalidad de sensibilizar a los alumnos antes este tipo de situaciones y para que aprendieran a valorar que no se encuentran en una situación tan extrema.

Al ver estas imágenes los alumnos hacían gestos como agachar la cabeza, torcer la boca, se tapaban los ojos con sus manos y les preguntaba si alguno de ellos se encontraba en alguna situación similar, todos contestaron que “no” después les pregunté si les gustaría estar en una situación como en las imágenes y también respondieron “no” fue en ese momento donde di una reflexión acerca de la importancia de valorar lo que tenemos y lo que no tenemos.

También se les mostraron imágenes donde no se les cedía el lugar del transporte público a hombres y mujeres de la tercera edad, a mujeres embarazadas, a hombres y mujeres con niños en brazos y a personas discapacitadas, estas imágenes ayudaron a crear en los participantes del taller un pensamiento amable y cordial antes estas situaciones ya que también comentaban que ellos si cedían el lugar, comentaban los hombres “*soy un caballero*” y las mujeres “*se siente feo no ceder el lugar a un hombre con un niño en brazos*” “*si a mí me lo ceden porque yo no*” comenzaba a darme cuenta que ellos si tenían desarrollados ciertos valores como la solidaridad. Sus respuestas eran realmente congruentes y conscientes.

Para finalizar la actividad formamos un círculo con los participantes y les pedí que recordaran que hicimos en ambas actividades, los participantes no comentaban lo que hicimos, comentaban lo que tienen que hacer “*vimos que no tenemos que tirar basura*”

“valorar lo que tenemos” “la guerra es mala” “me voy a comer toda mi comida” esto hacía ver que lograron ser conscientes de lo que está “mal” y lo que está “bien”.

En la última actividad “Gracias por todo” los alumnos solo tenían que acostarse y escuchar las palabras que yo decía con la finalidad de que comprendieran el mensaje que se puede apreciar en la guía didáctica cinco. A los participantes se les llenaron de lágrimas los ojos al escuchar mis palabras, y al terminar la actividad los alumnos a pesar de tener “un nudo en la garganta” comentaban que extrañaban a ciertas personas en su vida, porque fueron muy importantes para ellos.

En este punto del taller los participantes contaban con herramientas que les facilitó la comprensión de crear consciencia ante distintas situaciones de injusticia, esta consciencia que escuché que desarrollaron a través de sus comentarios en cada actividad como lo mencioné anteriormente, me hicieron reflexionar y notar que realmente eran conscientes de lo que sucedía, de lo que no deben y si deben hacer.



Sesión 6: “Desapego”

Hasta este punto del taller ya se había trabajado la asertividad, empatía, autoconocimiento y conciencia social, los participantes tenían cuatro pilares que son fundamentales en el desarrollo de su vida, así que se decidió agregar en este punto otra HSE que tiene mucha importancia en la vida de todo ser humano, se trata del desapego.

En esta sesión me lleve muchas sorpresas desde el inicio, ya que no esperaba que los participantes supieran ¿Qué es el desapego? o ¿cómo se lleva cabo? Yo creía que sí para una persona “regular” o sin alguna condición de discapacidad intelectual es complicado comprender el desapego, para una persona con alguna condición intelectual sería más complicado entender, eso es lo que yo creía hasta que lleve a cabo esta sesión.

Al tener ya recorrido un camino en el desarrollo de las HSE en los jóvenes y adultos de PAP del turno matutino me aventuré a preguntarles ¿Qué es el desapego o que es un apego? Y fue una sorpresa el escuchar respuestas como las siguientes “*Es cuando eres codependiente de alguien*” o “*Cuándo una relación te hace daño*” estas respuestas me hicieron ver que algunos participantes ya tienen conocimiento de esta habilidad.

Desde la primera actividad de esta sesión que fue la explicación del ciclo de la vida a través de un esquema del proceso de vida de una mariposa, expliqué cada uno de los cuatro pasos del ciclo de desarrollo de la mariposa: nace, crece, madura y muere. Observe que tenía atención total de todos los participantes, ya que mantenían fija la mirada en su esquema y cuándo participaban seguían con la mirada fija en el esquema que tenía en mis manos, además de que hubo distracción. Al explicarles que todo tiene un inicio y un fin, con un fragmento de la película “El rey león” que explicaba la importancia de todo ser vivo en la tierra y que todos tienen un propósito por cumplir, se notaban distintas expresiones en su rostro: Fruncían el ceño, torcían sus labios, agachaban la mirada, esto me hizo notar en ellos que cómo a todos nosotros no nos gusta pensar en el final de nuestra propia vida, es algo común en todo ser humano. Nos cuesta comprenderlo. Necesitaba seguir teniendo su atención de esta manera así que pase a la siguiente actividad.

Posteriormente pasamos a la parte del desapego a hacia una cosa u objeto, para que los participantes comprendieran mejor este tipo de apego se les mostró un video de la caricatura “Snoopy” donde unos de los personajes eran muy apegado a una manta de tela, esta manta la ocupaba para dormir, salir a la calle, ver la T.V. para todas las actividades que realizaba. Los participantes mantenían la mirada fija en el video y de forma esporádica se escuchaban risas debido a que al final del video el personaje se logra desapegar de la manta, pero un amigo le regalaba una manta aún más bonita y se apega de nuevo. Yo les preguntaba a los participantes ¿Por qué las risas? Y ellos respondían “*porque ya lo había logrado y le regalan otra*” “*Porque ya no la necesitaba*” “*porque volvió a lo mismo*” respuestas como está reflejan que los participantes identificaron el apego en el video. Relacione este tipo de apego en un objeto, con la aprensión que todas las personas tenemos con el celular, como si fuera otra extensión de nuestro cuerpo y al mencionar esta reflexión los participantes volvían a reír, cómo afirmación de que ellos como muchas personas, tenemos este tipo de apego.

El siguiente tipo de apego fue hacia un familiar, puede ser un familiar que ya haya fallecido. El desarrollo se llevó a cabo mediante fragmentos de la película “Coco” que los participantes observaban en una TV, el fragmento de la película hace alusión a la pérdida de un familiar, pero a pesar de que ya murió aún se mantiene viva en el recuerdo. Los participantes se conmovieron al ver este fragmento porque la mayoría ha pasado por la pérdida de un familiar, es natural el extrañarlo y vivir un duelo de aceptación, pero hay quienes no superan el duelo y aún viven sin aceptar que ya no está. Al terminar de ver el pequeño video comenté a los participantes una reflexión que se puede apreciar en la guía didáctica seis, haciendo énfasis, en el recuerdo y la memoria que tenemos del familiar ya fallecido, “*La persona raramente no muere porque la mantienes viva en tu recuerdo y siempre va a ser parte de ti*” aunque algunos participantes se les notaban sus ojos cristalinos porque revivían el

recuerdo de su ser querido, ellos mismo asentían con la cabeza cuándo yo les preguntaba si estaban de acuerdo con mi reflexión, en símbolo de aceptación, aunque parezca poco como respuesta no me aventuré a más porque aún faltaban por ver tipos de apego.

El siguiente apego fue hacía una pareja. Este apego se trabajó con fragmentos de la película “Up: una aventura de altura” que refleja la perdida a través de la muerte de la pareja del personaje principal, aunque fue a través de la muerte como se llevó a cabo esta pérdida yo lo aterrice a nuestro contexto, Les comenté a los participantes lo siguiente *“no necesariamente tiene que morir nuestra pareja para sentir su ausencia, la separación también es una manera de perder a tu pareja, en muchas ocasiones a todos nos cuesta aceptarlo, así que pasamos por un proceso de desapego”* La mayoría de los participantes tiene o ha tenido novio o novia, y al finalizar mi reflexión, no fue necesario hacer preguntas, los participantes comentaban *“Ya he pasado por eso” “Es algo que tiene que pasar” “Es difícil, pero va a pasar”* estas respuestas provocaron que la comprensión de este tipo de apego fuera más sencilla, ya que me di cuenta que en este grupo sucede lo que nos sucede a todos al enfrentar un apego de este tipo, sabemos lo que debemos hacer, sin embargo no lo hacemos por aferrarnos a una persona.

El último apego fue el apego de la amistad. Para este se utilizaron fragmentos de la película “El zorro y el sabueso” en los pequeños fragmentos que les presente se mostraba el desarrollo de una amistad que se originó en dos animales siendo cachorros hasta su edad adulta, un zorro y un sabueso, durante el proceso de esta amistad pasan por muchos momentos agradables, pero también por muchos problemas ya que, en la vida animal, el sabueso es un cazador y el zorro su presa. Al final de los fragmentos el zorro y el sabueso se apoyan, a pesar de sus diferencias ante un ataque fulminante de un oso, porque recuerdan que a pesar de sus diferencias son amigos y los amigos nunca se abandonan, aunque sean de especies distintas y aunque tomen caminos distintos la amistad siempre será lo que los una. Para cerrar este tipo de apego realicé una reflexión para los alumnos que se puede apreciar en la guía didáctica 6, actividad “actividad todo tiene un final” al realizar esta reflexión, los participantes que tenían a un compañero que consideraban su amigo, lo abrazan por encima del hombro y sonreían, o me señalaban quién era su amigo y decían su nombre, una señal más de que lograron identificar este tipo de apego porque también hacían comentarios como *“aunque no veo mucho a mi amiga, nos mandamos mensaje” “extraño a mi amiga pero sé que está bien” “si se enoja porque no la veo, no es mi amiga”* fortalecían más la identificación de este apego, además de reconocer el valor de la amistad.

El resultado final de esta actividad fue fundamental, en de la última dinámica que nombre “Desamárrate” donde con un lazo los amarre del hombro en parejas, desde el inicio de su receso, hasta el final del mismo, las indicaciones que les di fueron las siguientes: *“Están amarrados a su compañero hombro con hombro y van a salir a desayunar, se tienen que poner de acuerdo para ver donde se van a sentar, como van a comer, si alguno va a ir a comprar y otro trae su comida, solo podrán soltarse cuándo vayan al baño y luego se vuelven a amarrar, si tienen algún conflicto con su compañero tendrán que solucionarlo, busquen una solución”*.

Como se puede apreciar en las indicaciones yo nunca les dije que NO podían desamarrarse, solo les dije que, si tenían conflicto, tendrían que buscar una solución, esa solución podría ser el desamarrarse si se sentían realmente incómodos. Durante su receso se podía observar que en verdad se les dificultaba moverse, comer, platicar, algunos lograron ponerse de acuerdo muy bien, se reflejaba la comunicación asertiva y trabajo en equipo, otros no lograban ponerse de acuerdo debido a la incomodidad del lazo, en esta ocasión se les dio un poco más de receso, en total una hora y llego el punto en el que el lazo en el brazo empezaba a doler y a ser muy incómodo para los participantes, se escuchaban comentarios como los siguientes *“si nos quitamos el lazo nos va regañar el profesor” “no podemos desamarrarnos” “me duele mucho el brazo”* soportaron alrededor de cuarenta y cinco minutos amarrados cuando un compañero dijo *“No me importa que me regañen yo me lo voy a quitar”* una pareja se quitó el lazo, lo que motivo a las demás parejas se lo fueran quitando, hasta que llego el punto en el todas las parejas se desamarraron.

Al llegar al salón les pregunté cómo se sintieron durante el receso, los participantes decían *“me dolía el brazo” “no podía comer” no me ponía de acuerdo y me molestaba”* al final les expliqué que hicieron lo correcto y cerré la actividad con la siguiente reflexión *“Como lo había comentado al inicio desde la actividad del ciclo de la vida, no todo es para siempre, nada es eterno y tenemos que aprender a disfrutar todos los momentos de nuestra vida desde que despertamos en la cama hasta que nos acostamos por la noche a dormir en ella, siempre tenemos que agradecer por estar vivos por todo en la vida es un ciclo que da vueltas, como el ciclo de la mariposa, nace, crece, se desarrolla y muere, en el ser humano es igual, de ti depende como quieres que sea tú vida. Las relaciones que desarrollamos a lo largo de nuestra vida, son de amistad, familiares y de pareja, de ti depende que esas relaciones sean las más bonitas, que las conserves como lo que son, amor puro, cuida a tu familia, pues a la familia nunca se le da la espalda, cuida a tus amigos ya que ellos no te piden nada a cambio, un amigo siempre estará contigo aunque este muy lejos físicamente, un amigo te quiere por quién eres, no por el lazo de sangre, o porque tiene algún compromiso, un amigo no te juzga, te apoya y te aconseja, pero nunca te deja solo, siempre está vivo en tu recuerdo. El amor de pareja es de los más bellos en el mundo cuándo se da con libertad, cuándo no se es posesivo, es bello cuándo eres feliz si esta él o ella, pero sobre todo cuando eres feliz sin él o ella, cuándo no dependes de esa persona para ser feliz”*

Yo creía que esta sesión sería la más complicada, pero al final resulto ser una sesión muy enriquecedora para los participantes del taller, lograron identificar que algunos de ellos tienen distintos apegos, además de que se dieron cuenta de que tienen que empezar a desarrollar las herramientas que se les dieron en la sesión para trabajar el desapego lo antes posible.



Sesión 7: “Liderazgo”

La última HSE que se trabajó fue el liderazgo. En la actividad “Un equipo deforme” los participantes se comunicaban de forma verbal, ya que se encontraban sujetos de las manos y juntos tenían que formar distintas letras o números, todos se encontraban sujetos de las manos, así que en esta actividad resaltaron dos participantes varones que eran quienes les comunicaban al resto del grupo como tenían que acomodarse para formar el número o la letra, no podían hacer señas con las manos, todo fue de manera verbal y aunque les costaba un poco darse a entender, lograron formar como equipo todas las figuras que les decía.

“El nudo humano” fue actividad donde dividí al grupo en dos equipos, para formar una competencia y poner un poco de presión en ambos equipos, en cada equipo los participantes tenían que sujetar con una mano la mano de su compañero, y con la otra mano sujetaban una cuerda, el equipo que primero formara un nudo ganaba la competencia, de nuevo su comunicación fue verbal, también existió comunicación corporal con la mano que sujetaban la cuerda para formar más rápido el nudo, solo que esta vez les costó a ambos equipos comunicarse de manera asertiva porque sentían la presión de que el otro equipo les ganará y esto provocaba que gritarían así que les costaba escucharse y ponerse de acuerdo.

Posteriormente trabajamos la actividad “Guiando a un amigo” donde trabajaron en parejas y una persona tenía vendado los ojos y la otra persona lo guiaba a través de un camino de obstáculos, algunos participantes se ponían nerviosos porque no podían ver por dónde iban caminando y solo seguían la voz de su compañero que los guiaba, a pesar del nerviosismo que lo reflejaban con risas o sujetando más fuerte a su compañero. Sin embargo, al final de la actividad terminaron confiando en su compañero y todos terminaron el circuito, esto ayudó a fortalecer la confianza en ellos mismos y en un compañero porque aceptaron ser guiados por ellos.

En la actividad “Aeromexico” se pudo apreciar el verdadero trabajo en equipo ya que se tenían que coordinar para realizar diferentes tareas, cómo: doblar hojas de papel, colorearlas, contar los aviones, decidir que es mejor aventando aviones, seguir las indicaciones del líder a cargo. Dividí al grupo en dos equipos y designé a una líder por equipo que tenía que delegar tareas a cada participante, las tareas que mencioné anteriormente. Los líderes que elegí fueron participantes que ya sabían cómo elaborar aviones de papel, esto facilitó el trabajo en cada equipo. En todas las actividades siempre existió el apoyo hacia a los compañeros que se les dificultaba recortar y doblar hojas. Al final de la actividad los participantes volaron sus aviones y aún que la mayoría de los aviones no volaron cómo ellos querían, platicué con ellos que lo más importante de esta actividad no era el producto final, lo importante fue la manera en que lograron hacer los aviones, trabajaron en equipo para lograr un fin en común.



Sesión 8: “El bien común y trabajo en equipo”

Para el cierre del taller se pensó en dos actividades que nos ayudarán a poner en práctica todas las HSE vistas en el taller. Fueron actividades donde se trabajó el bien común y el trabajo en equipo.

La primera actividad “Sálvense quien pueda” se les planteó la siguiente situación: *“Todos se encuentran de vacaciones en un barco y están disfrutando de sus vacaciones. Pero de un momento a otro el barco choca contra un iceberg y el barco se comienza a hundir. A lo lejos ven una isla que les puede salvar la vida, pero son muchos en el barco. La única manera de que se salven todos es sacrificando a uno de ustedes para que el barco pueda llegar a la isla. Tienen diez minutos para decidir a quién van a sacrificar y por qué. Si no dan una respuesta en diez minutos no saldrán a su receso”.*

Después de algunos minutos de entre los participantes, la respuesta que obtuve antes de los diez minutos, fue la siguiente “No vamos a sacrificar a nadie porque todos somos un equipo”

Aunque está fue una respuesta corta, al tomar esta decisión los participantes pusieron en práctica, HSE como la asertividad, empatía, conciencia social, desapego y liderazgo, cada uno pensó en sus compañeros, pero sobre todo en ellos mismos, tomaron una decisión que beneficia a todos, sin ser egoístas, tomaron una decisión que tiene que ver con el bien común. En esta actividad se unificaron distintas HSE y algunos valores que trabajaron de manera inconsciente.

En ocasiones subestimamos la capacidad de aprendizaje de nuestros alumnos, algunos creerían que personas con barreras de aprendizaje, discapacidad intelectual, necesidades educativas especiales, no son capaces de aprender ciertas habilidades y conocimientos académicos, mucho menos HSE. Los participantes de este taller demostraron que el desarrollo de sus habilidades y conocimientos no dependen de un diagnóstico, depende de los tipos de apoyo y estímulos que reciben a diario y cuando menos lo esperas te sorprenden con respuestas como la mencionada anteriormente, te demuestran que son capaces de desarrollar habilidades que todo ser humano necesita.

Tenía que seguir aprovechando el potencial desarrollado hasta este punto en los participantes, así que pasamos a la segunda actividad titulada “sálvense quien pueda” se dividió en dos equipos a los participantes y se les dieron las siguientes indicaciones: *“Tienen un globo para todo el equipo, el otro equipo también tiene un globo. Tienen que tomar una decisión. El equipo que explote primero el globo saldrá a receso. El equipo que conserve el globo se quedará sin receso. Pero no se trata de velocidad, se trata de pensar bien su decisión, en el otro equipo tienen amigos cercanos, muy cercanos, que pueden dejar sin receso y no podrán convivir por ellos por hoy en el receso. ¿Están conscientes de lo que les acabo de decir? ¿Están dispuestos a dejar sin comer al otro equipo? Por otro lado, si esperan a que el otro equipo lo explote para que ellos salgan ustedes se quedan sin comer y sin receso. Tiene 10 minutos para decidir”.*

La finalidad de la dinámica es escuchar y observar la discusión del equipo y la decisión que toman. La decisión esperada es que ningún equipo truene el globo, y al terminar los diez minutos, ambos equipos saldrían a comer y convivir a su receso.

El resultado de esta actividad fue la siguiente: a los cinco minutos transcurridos de la actividad en un equipo se observaba que no querían pinchar el globo y se escuchaba lo siguiente **“NO vamos a tronar el globo para que todos salgamos a receso”** era solución de un equipo y era la correcta, **en cuánto escuchamos esta respuesta, en el otro se escuchó el estallido del globo.** Lo que significó que un equipo no iba a salir a receso y otro sí.

Al equipo que se quedó sin receso se les notaba tristes, incluso una compañera rompió en llanto porque no podía creerlo así que les dije lo siguiente: *“Aunque parezca que ustedes perdieron no fue así, ustedes tomaron la decisión correcta porque pensaron en ustedes y en sus compañeros, ustedes fueron asertivos, empáticos y trabajaron en equipo, quiero que se sientan orgullosos de la decisión que tomaron, estoy muy orgulloso de ustedes porque tomaron una excelente decisión.”* El semblante del equipo cambió después de estas palabras y se notaban alegres, sonrientes, jugaban con sus compañeros. Con este equipo

no tenía más que decir, solo felicitarlos por que llevaron a cabo las HSE que vimos en el programa.

Al equipo que salió a receso se notaban tristes y decepcionados porque escucharon que si no hubieran tronado el globo todos saldrían juntos a receso y no podían creer que en verdad deje sin receso al otro equipo, este equipo pensó que no comerían y estarían sin hacer nada en el programa lo cual los tenía triste así que les di el siguiente mensaje al equipo que trono el globo: *“Ustedes tomaron una decisión incorrecta, porque no pensaron en sus compañeros, solo pensaron en ustedes mismos y ahora observo que no se sienten contentos con su decisión, pero ahora deben hacerse responsables de las decisiones que toman, porque sus compañeros se quedaron sin receso por que ustedes no fueron empáticos, ni asertivos y tampoco trabajaron en equipo, si se sienten mal es algo que deben enfrentar por que ahora se harán responsables de esta decisión que acaban de tomar”* Después de este mensaje el equipo se mostraba arrepentidos y a entrar al salón se disculparon con cada uno de sus compañeros por la decisión que tomaron.

El resultado ideal que hubiera esperado en la segunda actividad hubiera sido el que ningún equipo tronara su globo, a pesar de que un equipo tomó una decisión que perjudicó a otro, esto resultó enriquecedor para ambos equipos porque a lo largo de su vida van a tomar decisiones que no sabrán si son correctas o no hasta que se encuentren inmersos en la situación, el equipo que trono el globo realmente estaba arrepentidos de la decisión que tomaron y fueron conscientes de que estuvo “mal” tronar el globo, ya que al estar con ellos en el receso que se “ganaron” ninguno dijo una palabra, todos estaban callados, serios, al terminar su receso los participantes entraron al salón y le dieron un abrazo a cada compañero que se quedó sin receso, como símbolo arrepentimiento.

Aprendieron a hacerse responsables de las decisiones que toman en su vida cotidiana sean correctas o no. Esta decisión no define su futuro en cuanto al desarrollo de la HSE, por que otra habilidad que se trabajo sin que los participantes se dieran cuenta fue el **aprender a reconocer sus errores y aprender de ellos.**

Los participantes del taller dieron respuestas como la siguiente: **“No vamos a sacrificar a nadie porque todos somos un equipo”** fueron capaces de desarrollar y fortalecer HSE, con ese tipo de respuesta, porque pensaron, razonaron el bienestar de todos, un bien común para el equipo, esto les ayudará a tener una mejor convivencia en sus distintos contextos, a aprender a comunicar lo que sienten y lo que quieren, a desapegarse de lo que les hace daño, a aprender a escuchar y respetar las decisiones de los demás, a asumir las responsabilidades de sus decisiones, pero sobre todo a aprender de sus errores las veces que sea necesario.

Esta sesión funcionó como evaluación de todo el taller, porque pusieron en práctica las habilidades vistas a lo largo del taller, a pesar que en la ejecución de la segunda actividad hubo una reacción no prevista, resultó muy enriquecedor la retroalimentación para ambos equipos. Fue en esta sesión donde pude observar el cumplimiento del objetivo del taller, noté el cumplimiento del objetivo a través de las respuestas y comportamientos asertivos de los participantes, lograron tomar decisiones en equipo, y hacerse responsables de ellas,

al tomar las decisiones fueron empáticos, con sus compañeros, comunicaron su decisión de manera asertiva, desapegándose de momentos importantes que comparten en grupo como el receso. Para el equipo que trono el globo aprendieron a hacerse responsables de sus decisiones a aprender sus errores y a pedir disculpas a un amigo, porque el reconocer un error tiene que ver con la capacidad de razonamiento de la situación y ellos lo hicieron de forma correcta.



Conclusiones del taller

La inquietud de realizar este taller surgió hace tiempo, viví algunas experiencias, dentro de estas experiencias se encuentran la pérdida de un familiar, la pérdida de una pareja y decepciones personales, pero también recibí experiencias llenas de alegría que no supe valorar cuando estás llegaron. Empecé a darme cuenta que todas estas situaciones generaban un impacto no muy bueno en mi persona y por consecuencia afectaba por completo la vida que yo tenía. Noté que todas estas emociones que repercutían en mí eran consecuencias de las experiencias que yo había vivido, solo el paso del tiempo y las decisiones que yo tomaba me ayudaron a mejorar mi situación personal.

Así que conforme pasaba el tiempo platicaba con amigos sobre cómo me sentía y en muchas ocasiones en la conversación con distintas personas llegaban al mismo punto, todos hemos vivido experiencias que nos resultan difícil superar y en muchas ocasiones estás terminan perjudicando de cierta manera nuestra vida cotidiana. Cómo muchas personas que pasan por este tipo de situaciones sentí que esta depresión nunca iba a desaparecer, así que en mi desesperación por sentirme bien buqué herramientas que me ayudarán a vivir un duelo para poder superar mi depresión, fue entonces que leyendo libros, documentos en internet, observando videos, me di cuenta que habían un conceptos en común en mi búsqueda por “sentirme mejor” conceptos como desapego, asertividad, empatía, amor propio.

Al seguir investigando, encontré un concepto que engloba todas las habilidades mencionadas anteriormente, Habilidades de Desarrollo Socioemocional (HSE): Liderazgo, Autoestima, Desapego, Trabajo en Equipo, Comunicación Asertiva, Conciencia Social, Autoconocimiento y Toma de Decisiones Responsables, que son un conjunto de herramientas que el ser humano necesita para su desarrollo personal, laboral, académico y espiritual. Dichas herramientas ayudan al ser humano a tomar las decisiones conscientes y responsables ante situaciones adversas con la finalidad de que la situación adversa no sea un obstáculo en el desarrollo de su vida cotidiana, pero en caso de si se vuelva un obstáculo, estas habilidades funcionarán como herramientas de apoyo para llevar a cabo un proceso de superación personal la manera más asertiva posible.

Es por esto que surge la idea de la creación de un taller para jóvenes y adultos que les ayude a desarrollar las habilidades socioemocionales mencionadas anteriormente, por si alguno de ellos experimenta en algún futuro alguna situación no grata o a lo mejor lo están viviendo y le cuesta trabajo como a todos sobreponerse a la situación de una manera más asertiva. Fue aquí donde surgió la idea de la elaboración de un taller que potencialice las HSE de los jóvenes y adultos en este caso del PAP del turno matutino.

A lo largo del taller se trabajaron seis HSE en un orden específico, cada habilidad desarrollada ayudaba a identificar la siguiente. Esto me ayudó a comprender que resulta más enriquecedor trabajar estas habilidades en conjunto y en orden.

Cómo lo comenté en un inicio de los trece participantes diez presentan condición síndrome de Down, Síndrome de Williams, barreras de comunicación y lenguaje, pero esto nunca fue impedimento a la hora de trabajar el taller, ya que como lo mencioné anteriormente en las sesiones trabajadas, sobre todo en la última se observó que realmente se cumplió el objetivo general del taller que fue *“Desarrollar habilidades socioemocionales en los jóvenes y adultos con discapacidad intelectual del Programa de Atención Psicopedagógica del turno matutino, a través de la aplicación de un taller, para que pongan en práctica dichas herramientas a la hora de relacionarse y comportarse ante las diversas situaciones que se les presenten en su vida cotidiana”* con el cumplimiento de este objetivo una vez más se comprueba que el tener una barrera para el aprendizaje, no es impedimento para estas personas el aprender algo nuevo, algo que se cree que solo las personas “regulares” o sin discapacidad intelectual pueden aprender.

Damos por hecho que este tipo de habilidades se trabajan en casa con la familia o de forma individual, sería ideal que todas las familias trabajaran las HSE, pero sabemos que en algunas familias el proceso de formación de sus hijos lo dejan por completo a la escuela, sin tomar en cuenta que es un trabajo en equipo. La primera institución que forma al ser humano en el inicio de su vida es la familia. Al perder esta visión la familia pierde su papel en este proceso, y le deja por completo la carga formativa a la escuela, esto no es correcto, el proceso de enseñanza aprendizaje debe ser un trabajo en equipo entre familia y escuela. Sin generalizar también existen familias que realizan una excelente labor al inculcar en sus hijos valores y hábitos que les enseñan a enfrentar diversas situaciones en su vida diaria.

Ya había trabajado anteriormente con los participantes que conformaron el grupo de mi taller, ya conocía su forma de trabajar y personalidad de cada uno, pero sobre todo ya conocía a los padres de los participantes, algunos más sobre protectores que otros, al brindarles la información acerca de los temas del taller algunos se sorprendieron porque pensaban que eran temas muy complejos para ellos, otros se mostraban seguros de que sus hijos si podrían trabajar estas habilidades, solo unos pocos se mostraban apáticos en cuanto al taller, esto se debe a que hay muy pocos antecedentes en cuanto al trabajo socioemocional en chicos con discapacidad intelectual, ya que dudan de sus capacidades para desarrollar estas habilidades.

Es aquí donde encontramos la primera barrera de aprendizaje para los participantes del taller, hablamos de su familia, dudan de que sus hijos logren aprender algo fuera lo común y prefieren que ellos solo aprendan temas de lecto-escritura y matemáticas, que también son muy importantes en el desarrollo de su formación académica. Cuando sucede esto posponen o no llevan a cabo un desarrollo emocional en sus hijos porque son temas “difíciles” como algunos de los padres me contaban, para sus hijos, y no se dan cuenta que trabajar la parte emocional en ellos es fundamental, porque también son seres humanos que les afectan situaciones como la separación de sus padres, la pérdida de un familiar, enamorarse, no poder comunicar lo que sienten etc. el tener alguna barrera del aprendizaje, no te impide desarrollar otro tipo de habilidades, en este caso socioemocionales.

Todos tenemos derecho a un desarrollo socioemocional que nos ayude a llevar una vida dotada de herramientas que nos ayuden a llevar a cabo procesos de fortalecimiento

emocional, no hay que olvidar que el desarrollar HSE no te exenta de vivir situaciones donde te veas perjudicado emocionalmente, pero sí te ayuda a generar habilidades que te ayuden a enfrentar estas situaciones que te perjudican, una vez que las enfrentas, las vives, tomas decisiones que te ayudan a aprender de la experiencia que hayas vivido.

El propósito de este taller no es que los participantes eviten este tipo de situaciones, el verdadero propósito es que si llegan a experimentar situaciones donde se vean involucrados sentimientos y emociones sepan controlarlos para que no se convierta en una situación que lo orille a algún tipo de depresión, y en caso de que ya se encuentren dentro de alguna situación así, se les apoye en el desarrollo y fortalecimiento de estas habilidades para que puedan vivir su proceso de superación respecto a la experiencia y aprendan de las decisiones que toman. Una vez que se les explicó a los padres la manera que en que se iba a desarrollar el taller y las actividades que se iban a trabajar, se quedaron más tranquilos y comenzamos a aplicar el taller.

Meses atrás yo trabajo con los participantes del taller habilidades académicas, lo que se conoce en el PAP como *manejo de dinero* para que aprendan a administrar el dinero que se ganan trabajando, y así logren ser un poco más independientes. Pero esta vez no iba a trabajar habilidades lógico-matemáticas con ellos, esta vez puse a trabajar sus distintas habilidades sociales y emocionales que ellos han desarrollado hasta este punto de su vida, con la finalidad de fortalecerlas y de que reconozcan que son capaces de tomar decisiones por si solos. Al final del taller el objetivo se pudo cumplir y cada sesión los participantes se notaban más seguros de sus decisiones y mostraban más confianza y claridad al expresar lo que sentían antes las diferentes dinámicas.

Así como los participantes fortalecieron sus HSE, yo también fortalecí mis habilidades como docente, una vez más aumentó mi confianza en cuanto al manejo de grupo, porque esta vez no solo trabaje habilidades académicas, el trabajar con emociones requiere un esfuerzo mayor, no todos los participante los alumnos de una escuela o taller tienen la confianza de mostrar sus sentimientos o emociones a un maestro y una vez que lo hacen, uno como facilitador o docente del grupo tiene que tener la capacidad de trabajar como mediador entre el alumno y el conocimiento, de lo contrario puede perjudicar el aprendizaje el alumno.

Este taller me ayudó a fortalecer mis habilidades como docente de un grupo y también me ayudo a hacer más fuerte el amor y gusto que le tengo a mi vocación que es la pedagogía, el ser parte del proceso de formación de una persona no solo en el ambiente educativo, también en el emocional es algo fundamental en mi carrera como pedagogo, en esta ocasión como en otras anteriores trabaje en el área de educación especial y es una rama en la me gustaría desempeñarme, es un área muy enriquecedora porque es aquí donde te das cuenta que no deberían existir los límites en cuanto al aprendizaje, con este taller comprobamos que el trabajo socioemocional es fundamental en la formación del ser humano ya que es la base de toda persona el fortalecer sus HSE para poder llevar a cabo un desarrollo óptimo en las demás áreas de su vida como la personal, social y académica.

El desarrollo de las HSE es un trabajo constante, no puede terminar solo en este taller, por esto considero que es de vital importancia el trabajo de HSE, debe ser incluido en el

currículum de los tres niveles académicos, básico, medió superior y superior, de esta manera se convertiría en un desarrollo constante lo que provocaría un desenvolvimiento óptimo de más HSE en los estudiantes en los tres niveles educativos. Incluso si se trabaja de manera extracurricular se mantendría como un trabajo de desarrollo constante.

Durante mi transcurso en la carrera de pedagogía, trabajé materias de distintas líneas eje, social, psicopedagógico, de investigación, histórico-filosófico, pero ninguna socioemocional, que trabaje un desarrollo y fortalecimiento de estas habilidades en los alumnos de la carrera, no solo en la carrera de pedagogía, debería ser un trabajo de todas carreras porque se piensa que estas habilidades ya las tienen desarrolladas los chicos al entrar a la universidad, o para ser honestos, ni si quiera se piensa en un desarrollo de estas habilidades, se da por sentado que este tipo de habilidades se encuentran desarrolladas en las personas. Le damos demasiado peso al área académica que nos olvidamos de un desarrollo socioemocional.

Hablar de la integración de las HSE en el currículum en los distintos niveles escolares, generaría que los educandos tuvieran cimientos sociales y emocionales, y estos pilares provocarían un mejor desempeño en su vida académica, lo que nos llevaría a un desarrollo personal íntegro. Considero que la integración de estas habilidades al curriculum escolar podría ser en cualquier nivel, porque si se comienza a trabajar con a nivel básico con niños y adolescentes, sería un excelente trabajo ya que los educandos están en una edad donde toda la información que adsorben con el trajo constante les genera una apropiación del conocimiento. De ser así también podría trabajarse en el nivel medio superior y superior, porque los estudiantes ya empiezan a tomar decisiones fundamentales en su vida, el desarrollo de las HSE en ellos provocaría una toma de decisiones consciente y responsable que ayude a su beneficio propio.

Por cuestiones de falta de tiempo no se lograron ver algunas cómo: La perseverancia, autorregulación, autoestima, que también son fundamentales. De ser posible en la elaboración de un segundo taller se incluirían las habilidades menciona anteriormente y aumentarías el tiempo en cuanto al desarrollo de cada sesión, tal vez dos sesiones por clase ayudarían aumentar el repertorio de HSE en los participantes, ya que para observar que los participantes siguen trabajando sus HSE se vería a través de su día a día. Por esto considero que si algo podría cambiar de mi taller sería el aumentar dos cosas, las HSE y alargar el tiempo por habilidad vista para generar una apropiación de la habilidad de forma constante. Así mismo aplicaría este tipo de talleres por lapsos de tiempo mensuales (cada seis meses) para observar cómo ha ido evolucionando su trabajo socioemocional.

La educación especial y el trabajo socioemocional es un área de trabajo en el que me gustaría desempeñarme, comencé a trabajar en la educación especial durante mi servicio social en el PAP, me ayudo a comprender lo que realmente significa la educación especial,

ahora mi tengo un panorama más amplio sobre este campo de acción del pedagogo, claro que esta dentro de mis planes trabajar en él de manera profesional.

Así como deseo desempeñarme en este campo de acción de educación especial, mi meta es acompañar mi trabajo como docente, acompañarlo con una formación en el área de las HSE para ayudar a los estudiantes que lo necesiten, incluso de forma individual como asesoramientos. Mi desarrollo socioemocional inicio de forma individual, investigando por mi parte, pero siempre fue acompañado con el apoyo la maestra Verónica Solís, coordinadora del PAP de turno matutino, así que fue ella quién motivó mis deseos de acompañar mi labor docente con el desarrollo socioemocional en los alumnos, esto es lo que yo quiero lograr ahora que me encuentro trabajando con alumnos de distintos niveles, ya es muy complicado generar una propuesta de integración curricular sobre las HSE, no está de más trabajarlo de manera profesional con alumnos que tengan la confianza de acercarse al profesor por ayuda, cuando no la encuentras en familiares y amigos, la encuentras en un profesor, soy testigo de eso.

La intención de este taller siempre fue que no se apreciará como un trabajo motivacional de “*coaching*”, sin demeritar a las personas que se dedican a este tipo de trabajo. Es importante mencionar la diferencia entre un coaching y un taller de desarrollo de HSE. Actualmente suena mucho este término, lo escuchamos en el trabajo, en la escuela, en programas de televisión etc. pero predomina este concepto en las empresas ya que el objetivo de una sesión de “*coaching*” es mejorar el rendimiento laboral de la persona potencializando sus habilidades, actitudes, aptitudes, y emociones. Con el paso del tiempo este asesoramiento personalizado a pasado por varios cambios. Este tipo de asesoramiento tuvo un “*boom*” en los últimos años porque enfocaban su trabajo en personas que pasaban por una complicada etapa de su vida y los ayudaban a mejorar su situación personal a través del manejo de sus emociones.

El lo personal estoy en desacuerdo con esta práctica, ya que existen casos donde las personas encargadas de dar sesiones de “*coaching*” no cuentan con la experiencia necesaria para generar un desarrollo socioemocional en un ser humano, esta práctica se deviene en una práctica con un fin financiero dónde lo único que importa es generar ingresos económicos, aprovechándose de la necesidad emocional de las personas. Antes de estudiar la carrera de pedagogía he sido participe de esta práctica en distintas instituciones, y todas mis experiencias han sido poco enriquecedoras, por lo siguiente: son cursos muy caros, el personal que lo ejecuta no tiene la experiencia indicada, lo que provoca una praxis poco enriquecedora para el participante.

El desarrollo de una persona, ya sea en contexto formales, no formales e informales, debe llevarse a cabo por expertos en formación humana, que se sensibilicen y cuenten con las herramientas necesarias para ejecutar un desarrollo correcto de emociones. Un pedagogo, maestro, psicólogo, psicólogo educativo, son personas capaces de manejar el desarrollo emocional de un ser humano, en los ámbitos académicos y extracurriculares, por esto considero imperativo mencionar que mi trabajo no sea observado como un taller de “*coaching*” si no como un taller de desarrollo humano, totalmente pedagógico.

El trabajo realizado en este taller ha sido totalmente pedagógico, ya que tiene que ver con el desarrollo de habilidades que funcionen como herramientas para que el ser humano pueda implementarlas en su vida, con la finalidad de fortalecer su formación personal, social y académica. No solo se trata de conocimientos académicos que son los que tienen prioridad en nuestro desarrollo en la actualidad, las HSE se vuelve un trabajo para el pedagogo, porque le concierne el desarrollo humano en sus distintos contextos, en este caso el emocional, teniendo un desarrollo emocional dotado de herramientas y habilidades ayudará a potencializar el desarrollo en otras áreas como la académica y social para una formación integral.

Aplicar este taller fue una experiencia satisfactoria y gratificante porque los participantes del taller lograron desarrollar herramientas que les ayudarán a fortalecer sus habilidades socioemocionales, que les servirán a lo largo de su vida, fue un trabajo al inicio un poco complicado, ya que inicié el taller con ciertas expectativas, en las cuales visualizaba un panorama complicado porque se trataba de una población de educación especial, a pesar de haber trabajado con ellos anteriormente, esta vez los iba a sacar de su zona de confort y no sabía que respuestas iba a recibir de ellos. Sin embargo, me aventuré a desarrollar este taller con la finalidad de comprobar que los alumnos con alguna condición de discapacidad intelectual pueden desarrollar un trabajo socioemocional como cualquier otra persona “regular” para eliminar esta visión tradicional sobre la población estudiantil de educación especial y discapacidad intelectual.

Fuentes de consulta

- 📖 DGEI, (2012) Educación *pertinente e inclusiva. La discapacidad en educación indígena*. Vol. (1). Recuperado de: https://www.educacionespecial.sep.gob.mx/pdf/tabinicio/2013/indigena/1Conceptos_basicos.pdf
- 📖 Juárez, J. (2010) De la educación especial a la educación inclusiva. *Argumentos*. Vol. (23). Recuperado en: <http://www.redalyc.org/pdf/595/59515960003.pdf>
- 📖 Luckasson, R., Cols, R., S., (2002). *Mental Retardation. Definition, classification and systems of supports (10th ed.)*. Washington, DC. Madrid: Alianza Editorial
- 📖 Pilar, G. (200) *NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES*. Vol. (3). Recuperado de: <https://core.ac.uk/download/pdf/61899886.pdf>
- 📖 Pinto, J. (2010) EDUCACION ESPECIAL, NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES. *Observatorio de la discapacidad*. Vol. (10). Recuperado en: <https://www.aspergeralicante.com/pdfrecursos/nee.pdf>
- 📖 SEJ, (2015) Dirección de Educación Especial de Jalisco. *Educación Especial*. Recuperado en: <http://edu.jalisco.gob.mx/educacion-especial/que-es-la-educacion-especial>
- 📖 SEP, (2013) Gobierno de México. *Educación Especial*. Recuperado en: https://www2.sepdf.gob.mx/que_hacemos/especial.html
- 📖 WARNOCK, M. (1978). *Special Educational Needs. Report of the Committee of Enquiry into the Education of Handicapped Children and Young People*. London: HMSO.
- 📖 Xiaoyan, K., Jing, L., (2017) Trastornos del Desarrollo. *Discapacidad Intelectual*. Vol. (1). Recuperado de: <http://iacapap.org/wp-content/uploads/C.1-Discapacidad-Intelectual-SPANISH-2018.pdf>
- 📖 Ainhoa, A. (2017) Teorías del aprendizaje: Aplicaciones educativas y prácticas. *Salud, Cerebro & Neurociencia*. Recuperado de: <https://blog.cognifit.com/es/teorias-del-aprendizaje/>.

- ✿ Ambrosio, V. (2009). *Humanismo Conceptos y fenómenos fundamentales de nuestro tiempo- UNAM*. Recuperado de: http://conceptos.sociales.unam.mx/conceptos_final/437trabajo.pdf
- ✿ Ausubel, D. (1968) *Adquisición y retención de conocimiento*. Ciudad de México, México: OCEANO.
- ✿ Bandura, A (1997) *Teoría del aprendizaje social*. Salamanca, España: Sígueme.
- ✿ Bruner, J. (1997) *El proceso mental en el aprendizaje*. Ciudad de México, México: Paidós.
- ✿ Colmenares, E., Ana, Mercedes; Piñero, M., Ma. Lourdes (2008) LA INVESTIGACIÓN ACCIÓN. Una herramienta metodológica heurística para la comprensión y transformación de realidades y prácticas socio-educativas *Revista de Educación Laurus Vol. (14)*. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/761/76111892006.pdf>
- ✿ Cristina, C., Marta, C., (2005) Habilidades sociales en adolescencia: un programa de intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual. Vol.(3)*. Recuperado de: http://www.habilidadesparaadolescentes.com/archivos/2005_Programa_de_Habilidades_Sociales.pdf.
- ✿ Dale, H. (2017). *Teorías del aprendizaje. Una perspectiva educativa*. Ciudad de México, México: PAIDOS MEXICANA.
- ✿ Daniels, H. (2013) *Vigotsky Y La Pedagogía*. Ciudad de México, México: PAIDOS MEXICANA.
- ✿ Gabriela, G. (2010) *Investigación – Acción: Una Metodología del Docente para el Docente Re lingüística Aplicada Vol. (7)*. Recuperado de: http://relinguistica.azc.uam.mx/no007/no07_art05.pdf
- ✿ Gabriela, G. (2010) *Investigación – Acción: Una Metodología del Docente para el Docente. Re lingüístico aplicada UAM. Vol. (7)*. Recuperado de: http://relinguistica.azc.uam.mx/no007/no07_art05.pdf.
- ✿ Knopf, A. (2000). *Sobre el Conductismo*. Nueva York, U.S.A: Martínez Roca.
- ✿ Lewin, K., Williamson, M., Bergendhal, D., (1946) *Epistemología comparada*. Ciudad de México. México: Fondo de Cultura Económica.
- ✿ Marisol, M., Marisol, B., Diana, A., (2013) Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de una zona rural. *Revista Electrónica de Investigación Educativa. Vol.(15)*. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15529662007>

- ✿ Maslow, A., Rogers, C., Huitt C., (1946) *El hombre autorrealizado*. Barcelona, España: Kairós.
- ✿ Piaget, J. (1945) *Psicología del niño*. Madrid, España: Morata.
- ✿ Pozo, I. (2010). *Teorías cognitivas del aprendizaje*. Madrid, España: Morata
Recuperado de: <https://www.lifeder.com/teorias-del-aprendizaje/>.
- ✿ Romero, G. (2017) 9 nueve teorías de aprendizaje más influyente. *Educación 21*.
Recuperado de: <https://educar21.com/inicio/teorias-de-aprendizaje-mas-influyentes/>.
- ✿ Rosa, C., Rodríguez, E., María, E., Aguilar, R., (2016) Habilidades sociales en adolescentes institucionalizados: Una intervención con juego grupal. *PSICUMEX*. Vol.(6). Recuperado de: <http://www.psicumex.uson.mx/revistas/articulos/12-R12-ARTICULO%2002.pdf>.
- ✿ Sánchez, M. (2017) ¿Cuáles son las 4 teorías de aprendizaje? *Lifeder.com*.
- ✿ SEP (2014) Manual para el desarrollo de habilidades socioemocionales en planteles de educación media superior. *Yo no abandono*. Vol. (4) Recuperado de: http://prepajocotepc.sems.udg.mx/sites/default/files/yna_manual_11.pdf.
- ✿ Skinner, B.F. (1940) *Sobre el conductismo*. Ciudad de México. México: Fondo de Cultura Económica.

Anexos de fotografías.







