



---

---

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD AJUSCO  
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA**

**TALLER PARA PROPICIAR EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS  
EMOCIONALES EN LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN  
PREESCOLAR PARA AYUDAR A MEJORAR SU DESEMPEÑO  
PROFESIONAL**

**PROPUESTA PEDAGÓGICA**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

**PRESENTA:**

**GUADALUPE VELA GUERRERO**

**ASESORA:**

**LIC. CARMEN MARGARITA PÉREZ AGUILAR**

**CIUDAD DE MÉXICO, JUNIO 2016.**

## **AGRADECIMIENTOS**

**A DIOS:** Por darme vida y salud, por ser la persona que soy y haberme dado una maravillosa familia.

**A MI PADRE:** Porque ha sido para mí un gran hombre, un ejemplo de vida, por ser quien me cuida desde el cielo y por hacer de esa promesa una hermosa herencia.

**A MI MADRE:** Que es un ser de luz en mi vida, por ser la mujer maravilla, gracias por su apoyo moral, su cariño y comprensión que desde siempre me ha brindado, por guiar mi camino y estar junto a mí en los momentos más difíciles.

**A MI FAMILIA:** Por brindarme su apoyo condicional, por haber guiado mis pasos por el camino recto, por inculcarme los valores que ahora rigen mi vida, por contribuir a realizar aquél sueño que hoy es una realidad.

**A MI UNIVERSIDAD:** Por abrirme las puertas para poder superarme, por tener a los mejores profesores, gracias por hacer que me enorgullezca de pertenecer a esta casa de estudios, gracias por prepararme para salir a enfrentarme al mundo.

**A MI ASESORA:** Gracias infinitas por confiar en mí, por ser un ejemplo de amor a su profesión, gracias por todas y cada una de las veces que me orientó y me ayudó, de verdad que jamás se me olvidará lo que hizo por mí, por darme la oportunidad de tener mi primer trabajo ya desempeñando lo que aprendí durante mi carrera, gracias por ser el lindo ser humano que es, la admiro, respeto y quiero mucho, espero algún día poder ser un poquito como usted.

## Tabla de contenido

Introducción .....	5
CAPÍTULO 1 “EL MUNDO EN LA ACTUALIDAD, TIPO DE HOMBRE Y COMPETENCIAS”	10
1.1 Neoliberalismo.....	10
1.2 Globalización .....	12
1.3 Sociedad de la información .....	14
1.4 Tipo de hombre .....	16
1.4.1 Tipo de hombre que quiere formar la escuela .....	17
1.4.2 Tipo de hombre que deseo formar .....	20
1.5 Competencias.....	23
CAPÍTULO 2 “INNOVACIÓN, DIDÁCTICA Y TEORÍAS PEDAGÓGICAS” .....	30
2.1 La importancia de la innovación .....	30
2.1.1 Innovación en el ámbito educativo.....	32
2.1.2 Personas innovadoras .....	33
2.2 Didáctica en la educación.....	36
2.2.1 Didáctica dominante.....	39
2.2.2 La escuela activa como alternativa.....	39
2.3 La importancia del enfoque constructivista.....	40
2.4 Piaget y la teoría de la epistemología genética .....	43
2.4.1 Etapas o estadios del desarrollo cognitivo .....	44
2.4.2 El conocimiento, acomodación y asimilación.....	46
2.4.3 Concepto de esquema.....	47
2.4.4 Aprendizaje.....	48
2.4.5 La importancia de lo afectivo .....	49
2.5 Ausubel, la teoría del aprendizaje significativo y la motivación.....	49
2.5.1 Motivación.....	52
2.6 Vygotsky y la teoría sociocultural .....	53
2.6.1 Internalización .....	55
2.6.2 Las herramientas: signos y símbolos .....	56
2.6.3 Zona de desarrollo próximo .....	57

2.7 Pedagogía operatoria.....	59
CAPÍTULO 3 “SUJETOS Y SÍNDROME DE BURNOUT” .....	61
3.1 Caracterización de los sujetos.....	61
3.1.1 Neurociencias y aprendizaje infantil .....	62
3.1.2 Profesorado de preescolar.....	65
3.3 Síndrome de burnout.....	69
3.3.1 Características del síndrome de burnout.....	70
3.3.2 Síntomas y consecuencias del síndrome de burnout.....	71
3.3.3 Causas del síndrome de burnout.....	72
CAPÍTULO 4 “LA EDUCACIÓN EMOCIONAL Y EL MÉTODO” .....	74
4.1 Las emociones en el aprendizaje.....	74
4.2 Educación emocional .....	76
4.2.1 Competencias emocionales.....	79
4.3 Método.....	80
4.3.1 Método socioafectivo .....	82
4.3.2 Fases del método socioafectivo.....	85
4.3.3 Pasos del método socioafectivo.....	86
CAPÍTULO 5 “PROPUESTA PEDAGÓGICA” .....	89
5.1 ¿Por qué un taller? .....	89
5.2 Propósito general.....	91
5.2.1 Propósitos específicos.....	92
5.3 Secuencia didáctica.....	93
5.4 Conclusiones .....	162
Bibliografía.....	180

## Introducción

El mundo, actualmente, se encuentra en una situación muy difícil debido a los acontecimientos adversos que suceden en él, por ejemplo las guerras, la inseguridad para caminar libremente por las calles, la pobreza, la discriminación y un sinnúmero de problemas, que nos llevan a una incertidumbre valorativa con la que se muestra que se está perdiendo de manera increíble el ser humano.

Se está olvidando de que juntos se pueden hacer más y mejores cosas, "...es fundamental partir de la idea de que el hombre es un ser de relaciones y no sólo de contactos, no sólo está en el mundo sino con el mundo." (Freire, 1971), pero en estas condiciones se vuelve individualista y no sabe relacionarse con los seres humanos que le rodean.

La mayoría de las personas no se preocupan por los demás que se encuentran a su alrededor, en los medios de comunicación se observan cientos de noticias crueles, despiadadas y desafortunadamente los seres humanos se han acostumbrado a escucharlas y decir que esto a ellos no les va a pasar jamás, pero ¿En qué momento se perdió esa sensibilidad, esa empatía, esa solidaridad para y con los semejantes?

Como consecuencia de lo anterior, se han incrementado algunas enfermedades, entre las que se encuentran la depresión, las relacionadas con el corazón, suicidios, estrés, agresividad, dependencia a medicamentos, etcétera; es por esto que afecta al país en el que se vive, ya que se quiere estar al nivel de países desarrollados, siendo un país que no cuenta con condiciones para ello, desencadenando algunos problemas antes mencionados, pero ¿qué es lo que se ha hecho para solucionarlo y prevenir que otras generaciones aprendan esta forma de vida?

Desafortunadamente la mayoría de los seres humanos se encuentran infectados del deseo de poder, de la insensibilidad, del cansancio, la depresión, la

ansiedad, etcétera; algunos en mayor cantidad, por lo que afecta a las personas que están al frente de las distintas instituciones encargadas del sistema educativo, esto se debe, en gran parte, a la falta de una educación integral.

Actualmente se habla de una educación de calidad en los planes y programas de estudio, lo que conlleva a que la formación que se les brinda a los alumnos pueda ser integral, es decir, que se trabaje con la parte cognitiva, pero también la parte afectiva. Pero por lo general sólo se le presta la atención a lo cognitivo y eso no es una formación integral.

Esta educación se ha olvidado de formar seres humanos de manera integral, como se ha hecho mención anteriormente, enfocándose sólo en la parte académica y dejando de lado la parte emocional; pasando por encima de quien le sirva de escalón para poder llegar a la meta que se propuso, dejando de lado una parte de gran importancia, la relación con los demás.

De la misma manera, se requiere del trabajo en conjunto de todos los agentes que participan en esta tarea, es decir, que se requiere el esfuerzo de alumnos, padres de familia, personal administrativo, docentes, etcétera; pero la mayoría de veces, es en los docentes que recae esta ardua labor.

Lo que se necesita hoy en día, es que el ser humano piense, indague y reflexione sobre la importancia de tomar decisiones, dar una opinión o juicio, pero sobretodo, pueda tomar esas decisiones emocionalmente; así, asumirá las consecuencias de sus actos, ya sean positivas o negativas. Es decir, que lo que origina todo lo anterior es la falta de competencias emocionales, las cuales pueden desarrollarse gracias a lo que se conoce como Educación Emocional.

Pienso que con la educación se puede contrarrestar este tipo de situaciones, ya que es muy importante para que esto se lleve a cabo, pero la educación como se ha manejado de una manera tradicional sólo se enfoca en adquirir los aprendizajes esperados, deseando formar al alumno que se requiere, para cubrir las necesidades

de la sociedad; lamentablemente sólo se queda en eso, en desear, pero no se trabaja en su mayoría para poder lograrlo. Sin embargo, pienso que se debe educar para la vida, es decir, desarrollar en el alumno las competencias necesarias que nos brinden la certeza de poder resolver cualquier problema que se presente.

En el documento que elaboró Delors (1994), “Los cuatro pilares de la educación” plantea que lo necesario es formar seres humanos que puedan ser competentes, para poder solucionar las complicaciones que se presenten en su vida, por esa razón, se debe formar seres humanos de manera integral, orientando a los alumnos a que aprendan a aprender, aprendan a hacer, aprendan a vivir juntos y que aprendan a ser; no obstante, en la práctica, desafortunadamente no todos se llevan a cabo, dejando de lado la parte afectiva, quizá porque son los mismos docentes quienes no están formados para ello.

Considero que “Los cuatro pilares de la educación” son necesarios, pero es conveniente trabajar en el aprender a ser y en el aprender a vivir juntos, ya que mi mayor preocupación es que los seres humanos han perdido el amor hacia ellos mismos, ese amor que ayuda a ser mejores individuos día a día, el regular las emociones para que de esta manera se pueda convivir de una mejor forma con las personas que interactúa y poder llegar a las metas propuestas, ya sea de manera personal o profesional, dando paso a la parte cognitiva por añadidura.

Todo lo anterior es muy importante y se debe llevar a cabo, pero ¿Cómo es que se podrá educar a los alumnos de una institución para que puedan desarrollar las competencias necesarias y poder resolver cualquier problema que se les presente si las mismas autoridades y en especial los docente no lo practican en su vida diaria?

Es por eso que le doy demasiada importancia a querer contribuir a la resolución del problema de la falta de competencias emocionales que el docente requiere, para poder desempeñar de una mejor manera su profesión y que se

enamore o vuelva a surgir en él esa vocación por enseñar: lo que verdaderamente se requiere es renovar al docente.

Es por todo lo anterior que en este documento se habla de la importancia que tiene el contribuir a desarrollar en cada docente las competencias emocionales y con ello a su vez poder aplicar la educación emocional, como un recurso para favorecer el rendimiento escolar, por lo que, a lo largo de cinco capítulos, se sustenta el por qué.

El fin de esta propuesta, es diseñar un taller dirigido a los docentes de educación preescolar, para propiciar el desarrollo de sus competencias emocionales, de manera que se fortalezcan los procesos de enseñanza y aprendizaje para con sus alumnos.

Por lo que fue necesario en primera instancia, reflexionar sobre los problemas que se presentan en la actualidad, sobre el malestar docente de nivel básico y el contexto en el que se encuentra. Congruente con lo anterior se construye la concepción del problema, es decir, en qué consiste el Síndrome de Burnout, para que, una vez que nos relacionemos con él, sea mucho más fácil contribuir en la disminución del mismo.

Así, en el primer capítulo se aborda cómo es que el Neoliberalismo, la Globalización y la Sociedad de la información, influyen para que se tenga un tipo de hombre que no es capaz de regular sus emociones. Se observa cómo es que en el sistema educativo, sólo se prioriza la parte cognoscitiva, que a pesar de ser muy importante, no basta, ya que lo que se plantea es poder formar a un ser integral y deja de lado la parte afectiva y preparándolo para la competitividad y no para ser competente, explicando así el concepto de competencia.

En respuesta a la situación descrita en el primer capítulo, en el segundo capítulo se analizan distintas concepciones de la innovación, cuáles son las personas innovadoras y su importancia en el sistema educativo, como posibilidad de resolver

la problemática enunciada antes. Asimismo se aborda cómo se entiende la didáctica; en qué consiste la Didáctica dominante y la escuela activa como alternativa. Finalmente se presenta la postura psicopedagógica adecuada para lograr esa formación, iniciando con la importancia que tiene el enfoque constructivista para la propuesta: la Teoría de la Epistemología Genética de Piaget, en la que se destaca la importancia de lo afectivo; la Teoría del Aprendizaje significativo y la motivación de Ausubel, así como la Teoría Sociocultural de Vygotsky y la Pedagogía operatoria.

Congruente con la postura psicopedagógica, en el tercer capítulo, se estudian las características de los sujetos a los que va dirigida la propuesta, nivel escolar en el que se desempeñan, cuántos pertenecen a él; se presenta de igual manera; el problema a tratar, es decir, se explica lo que es el Síndrome de Burnout, sus características, así como las causas, síntomas y consecuencias del mismo.

De modo que, en el cuarto capítulo, se plantea por qué las emociones son imprescindibles en el aprendizaje; dando paso a la explicación de lo que se entiende por Educación emocional, en qué consisten las competencias emocionales y cuáles son las que requiere el docente para su autoconocimiento y poder relacionarse con las personas que le rodean. Finalmente se presenta el método didáctico con el que se trabaja, que orienta la postura conveniente a esta propuesta y el tipo de acciones se sugieren.

Y por último, en el quinto capítulo se presenta la propuesta pedagógica, a través de un taller que busca favorecer el desarrollo de competencias emocionales en el desempeño del trabajo docente en educación preescolar, para ayudar a erradicar el Síndrome de Burnout.

## **CAPÍTULO 1 “EL MUNDO EN LA ACTUALIDAD, TIPO DE HOMBRE Y COMPETENCIAS”**

El mundo siempre ha estado en constante cambio; no obstante el momento actual presenta condiciones de mayor volatilidad, se transforma día a día, la realidad se encuentra en un momento delicado, confuso, en una situación muy difícil debido al impacto del Neoliberalismo, la globalización y la sociedad de la información; asuntos que se abordarán, para entender la situación que se vive actualmente.

### **1.1 Neoliberalismo**

Según Pablo González Casanova (2000), desde los últimos veinte años del siglo XX, el mundo ha estado dominado cada vez más por una política e ideología a la que sus fundadores llamaron Neoliberalismo.

González (2000) argumenta que la filosofía del Neoliberalismo radica en externar o hacer entender a las personas que esta corriente ayudará a que la economía de países tercermundistas crezca rápidamente; es decir, que las personas que se encargan de llevarla a cabo buscan convencer a los países con menor desarrollo para que adopten las reglas, pensando en que las cosas estarán mejor siempre y cuando sigan las normas al pie de la letra, a fin de que los países desarrollados posean más recursos monetarios y con ello enriquecerse para su beneficio.

Otro autor que habla sobre el neoliberalismo es Leonardo Méndez (1995), quien conceptualiza a esa corriente como “un conjunto de criterios y estrategias económicas con las que Latinoamérica enfrenta sus problemas en política económica durante la década de los ochenta” (Méndez, 1995).

Esta corriente aparece como una opción para aclarar el desequilibrio de la economía, no sólo dentro de la sociedad, sino principalmente en el contexto internacional; desgraciadamente las crisis económicas a nivel mundial siguen existiendo y el neoliberalismo de igual manera.

Méndez (1995), basándose en un análisis que realizó Pablo González Casanova, externa algunas de las características del neoliberalismo, siendo las siguientes:

Reproducción de modelos de otros contextos, limitando las alternativas que se consideran en alguna situación del país, sin las cuales difícilmente se podrían superar problemas actuales.

No se constituyen formas de explotación acorde al país, se controla y manipula al mismo por los países que toman las decisiones, es decir, los que tienen mayores recursos financieros.

Se habla de tener libre mercado para resolver los problemas económicos, esto no se podrá llevar a cabo, a menos que los países participantes posean las mismas condiciones, ya que de lo contrario será una competencia desigual.

Se considera que es por medio de la ayuda internacional como se solucionarán los problemas generados por la pobreza extrema, sin darse cuenta que lo único que desean es que estén en deuda con ellos, para poder intervenir en las decisiones que se tomen dentro de los países.

Existe una pérdida de valores y normas, los cuales permiten una relación entre todos los actores sociales, dejando de lado el beneficio social del propio trabajo.

Se piensa que es el consumo el que ayuda a tener un equilibrio en la economía; sin embargo, son la publicidad y los medios de comunicación los que controlan a las masas.

Una de las premisas del neoliberalismo es que el estado no debe inmiscuirse en la economía, por lo tanto, trae consigo la privatización de las instituciones públicas.

En conclusión, el neoliberalismo no ayudó en nada a los países poco favorecidos ni los ayudará, al contrario los hunde cada vez más, ya que son explotados y obligados a hacer lo que los países desarrollados desean obtener,

razón por la cual jamás estarán a su nivel si continúan haciendo lo que los países con mayor índice monetario les piden.

## **1.2 Globalización**

Otro fenómeno que favoreció el auge del neoliberalismo fue la globalización, misma que se encarga de priorizar la parte económica, con ella se busca que cada país obtenga recursos monetarios a costa de lo que sea, lo que genera muchas veces crisis económicas y reformas laborales premeditadas sólo en términos económicos y jamás pensadas para el bienestar de los seres humanos.

La globalización según José Vargas (2002), es la extensión económica de un país bastante desarrollado, englobando en su economía a un país con menor desarrollo, por esa razón, provoca que en su conjunto la cultura de este país, así como la tecnología, la política y las comunicaciones se vean enormemente influenciadas por las características del país más desarrollado; dando inicio o una entrada para que crezca una cultura que es totalmente ajena a las de este país; “ya que existe una afirmación: la cultura es un fenómeno que afecta al individuo que está en contacto con el ambiente o medio en que se desarrolla” (Vargas, 2002), originando la desapropiación de su cultura y queriendo imitar lo que los países desarrollados realizan, pero sin tener las condiciones necesarias para llegar hasta donde éstos están.

Otra concepción de globalización dice que se llama así a los “...procesos en virtud de los cuales los Estados nacionales soberanos se entremezclan e imbrican mediante actores transnacionales y sus respectivas probabilidades de poder, orientaciones, identidades y entramados varios” (Beck, 1998), es decir, que son los procedimientos mediante los cuales los estados actúan bajo las órdenes de empresas transnacionales.

También Beck (1998) menciona, que la globalización se puede describir como “...un proceso (antiguamente se habría dicho: como una dialéctica) que crea vínculos

y espacios sociales transnacionales, revaloriza culturas locales y trae a un primer plano terceras culturas” (Beck, 1998), esto se logra llevarlo a cabo persuadiendo a la sociedad, para que adopten una cultura distinta a ellos o simplemente obligando a realizar actos contra su voluntad.

Para resumir, la globalización es el proceso mediante el cual se expande la influencia de un país altamente desarrollado a otros países con menor desarrollo en su economía, provocando en conjunto que su cultura, tecnología, política y comunicaciones cambien de manera drástica por la intervención de este país desarrollado, afectando la forma de gobierno, el poder ejercido y la falta de identidad de su propia cultura.

Es por esto que entre tantas cosas, existen en cierta manera, las guerras por diferencias de intereses y por tratar de conseguir más recursos económicos, la inseguridad de caminar libremente sin ningún temor, la pobreza que se refleja en cada una de las personas que viven en la calle y en la familia a la cual pertenecemos, la discriminación por ser “diferente” a los demás y un sinnúmero de problemas, que nos llevan a reconocer la falta de valores con lo que se muestra que se está perdiendo de manera increíble el ser humano.

Esto se ve en gran parte del mundo, ya que es debido a la globalización que se generaliza sin dejar excepciones, México es un país afectado por ello, ya que lo que se desea es estar al nivel de los países desarrollados, desafortunadamente este es un país que no cuenta con las condiciones necesarias para lograrlo, lo que desencadena problemas económicos aún mayores; la sociedad misma, en algunos lugares, tampoco reclama una transformación para una vida mejor y es por miedo a las represalias que puedan surgir por parte de las autoridades que gobiernan el país, ya que para éstas son otras las preocupaciones primordiales en la vida, como ya se ha hecho mención, sólo se busca el crecimiento económico, sin importar a quién pisoteen por conseguir sus propósitos, lo cual se observa en una sociedad neoliberal, en donde las políticas económicas sólo...

“...están surtiendo efectos beneficiosos en los sectores de la población muy minoritarios. Sectores que, además de ser los únicos favorecidos, día a día, ven reforzado aún más su poder, a la vez que los demás grupos sociales notan cómo sus condiciones de vida empeoran cada vez más. Estamos ante modelos que benefician a muy pocas personas, al tiempo que condenan a la pobreza y a la exclusión a grandes contingentes de la población” (Torres, 2001).

Como consecuencias de la globalización nos encontramos con una gran “segmentación, diferenciación y marginación de personas, grupos sociales, actividades, regiones y países” (Terrones, 2009), lo que propicia la desigualdad de los seres humanos por poseer o no recursos monetarios, afectando en gran medida en el desempeño que tiene la persona en su día a día.

Aunado a ello, se encuentra la propagación de las nuevas tecnologías y el nacimiento de la red pública de internet, lo que parece abrir nuevas expectativas al acrecentamiento de la dimensión pública del conocimiento, sería bueno preguntarse si en verdad se poseen los medios necesarios que permitan un acceso igual y universal al conocimiento (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2005), así como el uso de las TIC’S (Tecnologías de la Información y la Comunicación) y muchas otras más, dando origen a un gran cambio del conocimiento, mismo que modifica esto contribuyendo a su transformación (Pérez, 2004).

### **1.3 Sociedad de la información**

Lo que hoy en día se presenta es la sociedad de la información, misma que se basa sólo en los progresos tecnológicos, aglomerando de información a una gran parte de los seres humanos que viven en el planeta, razón de ello, es que se deben concientizar que no toda la información que exista en internet es verídica, es por eso que el ser humano debe actuar de una manera competente, para que se pueda desenvolver dentro del contexto en el que se encuentra.

A consecuencia de ello, existe un exceso de información, lo cual no quiere decir, que se tenga un mayor conocimiento, sino que se dificulta saber cuál es la información que verdaderamente vale la pena tomar, es por eso que en una sociedad del conocimiento se tiene que aprender a desenvolverse en medio de tanta información, desarrollar capacidades cognitivas y críticas para diferenciar la información que sea útil de la que no lo es.

La educación tiene una importante participación al contribuir en la formación del ser humano y su espíritu crítico, el proceso educativo debe ayudar a desmitificar a las nuevas tecnologías, de modo que no se pierda el interés de los distintos recursos existentes para cimentar el conocimiento, tales como la prensa, la radio y la televisión; ya que si se saben utilizar podrían ayudar en la construcción del conocimiento y su comprensión. Por esa razón, se debe dar pie a que se desarrollen las habilidades que el ser humano debe poseer para ser competente y lograr tener una educación de calidad, misma que le servirá para desempeñarse y contar con las competencias necesarias para la vida (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2005).

Como se puede observar, la cultura mediática, ha dado paso a una manera de pensar distinta, ya que existen grandes cambios, por lo que se contribuye de manera directa o indirecta en la formación de un tipo de hombre que obtiene información de diversos sitios de internet, personas y lugares; pero que lamentablemente no toda la información es real, creando así una confusión en él.

Todo lo anterior ayuda a vislumbrar los grandes problemas que han surgido debido a la globalización, el neoliberalismo y la sociedad de la información, los cuales son difícil de resolver, mas no imposibles, pero ¿qué es lo que se ha hecho para solucionarlos y prevenir que otras generaciones se formen de esta manera en la vida?

## 1.4 Tipo de hombre

El ser humano a lo largo de la historia ha ido evolucionando como todo lo que nos rodea, en la actualidad, los cambios sociales, culturales y económicos inciden determinantemente en la forma de vida, del mismo modo existe una revolución tecnológica que la cambia, afectando el entorno en el que el ser humano se desenvuelve (García, Portillo, Romo, & Benito, 2013), es por ello, que se está formando un tipo de ser humano distinto al de hace algunos años, el cual requiere de distintas capacidades.

Como se hizo mención, el mundo se encuentra en un momento en el que la influencia de las guerras, el internet, la falta de valores y el desarrollo de la tecnología, así como el neoliberalismo y la globalización, hacen que las personas sean vulnerables, percibiéndose mayormente en las generaciones más jóvenes; sean éstas para bien o para mal, aquellas que han crecido y se han desarrollado en un medio invadido de todo aquello y que necesitan de nuevos métodos que contribuyan a lograr un verdadero cambio en el mundo.

Es por esto, que algunos de los seres humanos, por querer lograr lo que desean a cualquier costo, agreden a las personas y las humillan, para poder llegar a donde se propone, olvidándose de una parte importante, la relación con los otros para trabajar de manera colaborativa.

La mayoría de los seres humanos no se preocupan por aquellos que se encuentran a su alrededor, se han ido acostumbrando a observar cientos de noticias crueles y despiadadas, pero ¿en qué momento se perdió esa sensibilidad, esa empatía, esa solidaridad para y con nuestros semejantes?

Lamentablemente todos los seres humanos se encuentran infectados de alguna manera de “enfermedades” tales como lo son el deseo de poder, la insensibilidad, el cansancio, la depresión, la ansiedad, padecimientos del corazón, suicidios, tensiones, agresividad, sobremedicación, accidentes, etcétera (Marrau,

2004); algunos en mayor cantidad que otros, por lo que afecta a las personas que están al frente de las distintas instituciones encargadas del sistema educativo, comprendiendo mejor por qué es así la manera en que se llevan a cabo los procesos de enseñanza y aprendizaje dentro del sistema educativo hoy en día.

Delors (1994) en el documento titulado “Los cuatro pilares de la educación”, argumenta que es necesario contribuir a la formación de seres humanos que sean competentes, para poder solucionar los problemas que se les presenten en la vida, para eso se deben formar seres humanos de manera integral, guiando a los alumnos a que aprendan a aprender, aprendan a hacer, aprendan a vivir juntos y que aprendan a ser; pero sólo se queda en el discurso, dejando de lado la parte emocional, quizá porque los mismos docentes no poseen estas habilidades para esa educación emocional.

Mientras que, el tipo de hombre que se está formando no es capaz de regular sus emociones, por lo que pienso que es de gran importancia que se le dé un valor igualitario que la parte cognoscitiva.

#### **1.4.1 Tipo de hombre que quiere formar la escuela**

Actualmente la educación básica plantea un perfil de egreso, el cual cuenta con rasgos deseables que los estudiantes deberán mostrar al término de la Educación Básica, como garantía de que podrán desenvolverse satisfactoriamente en cualquier ámbito en el que decidan continuar su desarrollo. Dichos rasgos son el resultado de una formación que destaca la necesidad de desarrollar competencias para la vida que, además de conocimientos y habilidades, incluyan actitudes y valores para enfrentar con éxito diversas tareas (Secretaría de Educación Pública, 2011)b.

Debido a lo anterior, se requiere formar un ser humano capaz de ser competente en todos los aspectos, es decir, un ser humano complejo, por lo que es necesario que, nosotros como pedagogos, mediante la reflexión crítica, el conocimiento y la comprensión de lo que observamos a nuestro alrededor, podamos contribuir de alguna manera en la transformación de la educación, gracias a esto se

podría llegar a las competencias indispensables que servirán de ayuda al momento de formar y construir en el estudiante un pensamiento crítico.

En este momento, el sistema educativo pretende formar a seres humanos, capaces de desenvolverse en cualquier ámbito en el que se encuentren, lo cual se podrá alcanzar únicamente mediante las competencias para la vida una vez que se egrese de la educación básica, contribuyendo así en la formación de un ser humano integral.

“El sistema educativo nacional deberá fortalecer su capacidad para egresar estudiantes que posean competencias para resolver problemas; tomar decisiones; encontrar alternativas; desarrollar productivamente su creatividad; relacionarse de forma proactiva con sus pares y la sociedad; identificar retos y oportunidades en entornos altamente competitivos; reconocer en sus tradiciones valores y oportunidades para enfrentar con mayor éxito los desafíos del presente y el futuro; asumir los valores de la democracia como la base fundamental del Estado laico y la convivencia cívica que reconoce al otro como igual; en el respeto de la ley; el aprecio por la participación, el diálogo, la construcción de acuerdos y la apertura al pensamiento crítico y propositivo” (Secretaría de Educación Pública, 2011)b.

Los aspectos antes mencionados, se consideran para la formación de un ser humano integral, capaz de poder desempeñarse en cualquier contexto que se le presente; no obstante, existe una tensión en el tipo de hombre que se quiere formar, porque sólo se queda en el discurso dejando la práctica de lado, a pesar de que se encuentra en el Plan de Estudios.

La Secretaría de Educación Pública, argumenta en el Plan de estudios (2011)b, que se requiere que el ser humano adquiera una formación que enfatice la necesidad de desarrollar competencias para la vida que, no sólo sean conocimientos y habilidades, sino que también incluyan actitudes y valores para enfrentar con éxito diversas tareas.

Del mismo modo, “La educación integral es un derecho humano y un mandato del artículo 3o constitucional” (Secretaría de Educación Pública, 2013), en el que se dice que:

“...Todo individuo tiene derecho a recibir educación. El Estado –Federación, Estados, Distrito Federal y Municipios–, impartirá educación preescolar, primaria, secundaria y media superior...La educación que imparta el Estado tenderá a desarrollar armónicamente, todas las facultades del ser humano y fomentará en él, a la vez, el amor a la Patria, el respeto a los derechos humanos y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia” (Congreso Constituyente, 1917).

A consecuencia de lo anterior, se puede observar que lo que se dice en la Constitución y lo que se lleva a cabo en la realidad no coinciden, se queda únicamente en el papel, debido a que no todos tienen esa posibilidad de estudiar aunque tengan el derecho, ya que no cuentan con los recursos necesarios para ello.

Lo que se escribe en los planes y programas del sistema educativo, desgraciadamente no se lleva a cabo como se ha mencionado, ya que al momento de ponerlo en práctica, éste no se trabaja de tal manera, por lo que no se contribuye a la formación en su totalidad, esa formación que necesitan los seres humanos que conforman a la sociedad en la actualidad, sino que se pone mayor énfasis en la formación del ser humano para que éste sea más competitivo y no competente, abarcando sólo las competencias para desarrollarse en todo lo que tiene que ver con la parte financiera dejando de lado la parte afectiva.

Hoy en día se habla de una educación de calidad, misma que

“...además de ser una necesidad imperiosa, es una demanda social inaplazable. Son múltiples los factores que intervienen para hacerla posible; se trata de un proceso que exige la conjugación de los esfuerzos de maestros, alumnos, padres de familia, autoridades y la sociedad toda” (Secretaría de Educación Pública, 2013).

A causa de lo anterior, es necesario que exista una armonía dentro de la misma, para que se pueda llevar a cabo lo referido; sin embargo, a pesar de ser una necesidad importante, en algunas ocasiones, no se le da la prioridad que merece.

Se argumenta que la educación que ofrece el estado desarrollará todas las facultades del ser humano, a pesar de ello, no todas se llevan a cabo, debido a que

no se está debidamente formado para ello, además sólo se fomentan aquellas que le conviene al estado, los propósitos que para él son útiles.

Dentro del sistema educativo, es en la práctica donde la mayoría de veces, sólo se estimula la parte cognitiva y de manera tradicional, lo que da pie a que, la mayoría de veces, no se reflexione ni se sea crítico, sin importar si se comprenden o no los contenidos y cómo se llevan éstos a la realidad, olvidando una parte que no se trabaja como se debe en la escuela y, que en algunas otras ni se trabaje, la cual es fundamental para que el ser humano sea realmente integral, la parte afectiva.

#### **1.4.2 Tipo de hombre que deseo formar**

En la actualidad, existe la necesidad de contribuir a la formación de los futuros ciudadanos en diferentes aspectos, más allá de la dimensión cognitiva que predomina en el mundo. Existe una necesidad de educarlos para que sean capaces de vivir y dar respuesta a preguntas tan básicas para el ser humano como ¿Quién soy?, ¿A dónde voy?, ¿De dónde vengo?, cuestiones que a lo largo de la vida muchas veces nos planteamos y afloran como inquietudes del ser humano (Iturri, 2013).

Con el propósito de contribuir en la formación del ser humano desde la educación, es imprescindible mencionar, que para mí, el ser humano debe de pensar, indagar y reflexionar sobre la importancia de dar a conocer una decisión, opinión o juicio, así como asumir las consecuencias de sus actos.

Es por ello que pienso que se debe levantar la voz, quizá sea difícil en un principio, pero no imposible, luchando por el bienestar que cada miembro de la sociedad merece, particularmente por los menos favorecidos, por aquellos que son presa de esta sociedad dominante que sólo propaga el pensamiento pesimista de no poder transformar al país, pero lo que en verdad se necesita es “recuperar el valor de la utopía como motor de transformación de la sociedad” (Torres, 2001).

Se requiere tener conciencia del tipo de hombre o ser humano que se quiere formar, por lo que para mi propuesta pedagógica, los cuatro pilares de la educación son necesarios, considerando que es conveniente enfatizar en el trabajo, en cuanto al aprender a ser y al aprender a vivir juntos, ya que mi mayor preocupación, es que los seres humanos han perdido el amor hacia ellos mismos, ese amor que es indispensable para ser mejores individuos día a día, el regular las emociones para que de esta manera se pueda convivir mejor con las personas que se interactúa y poder llegar a las metas propuestas, ya sea de manera personal o en alguna profesión, dando paso a la parte cognitiva por añadidura.

Se necesita a un ser humano capaz de reflexionar verdaderamente y es la escuela la institución que debe contribuir a formar para la vida, formando a otro tipo de ser humano distinto al que se está creando en la actualidad, ese ser humano que sólo se preocupa por sí mismo, por sobresalir, por lograr sus metas sin importar lo que haga, a costa de lastimar a los demás, a ese ser humano preparado únicamente para la vida laboral y no competente para la vida.

En una entrevista realizada por Miralles (2005), a uno de los pensadores universales más influyentes dentro de la educación, el sociólogo y filósofo Edgar Morin, se trata de explicar el tema de “Repensar la reforma, reformar el pensamiento”, que es lo que se necesita para cambiar uno mismo y con ello trasmutar el mundo.

Una parte importante de la que habla Morin, es cuando explica que sus trabajos están basados por un conocimiento en el que abarca un todo, es decir, no sólo algunas partes, sino todo lo que nos rodea y lo diferencia de sólo unir las partes en las que está separado ese todo, llamándolo Pensamiento Complejo, afirma que es algo difícil que se dé ese pensamiento complejo, pero que está seguro que entre a más temprana edad se le guíe al niño a desarrollarlo, será mejor. (Miralles, 2005)

De igual manera Morin en su libro “Los siete saberes necesarios para la educación del futuro” (1999), argumenta que se debe colaborar en la formación de un ser

humano complejo, el cual es multifacético, es decir, que se forma de distintas facetas.

Asimismo, Morin (1999) señala que el hombre sólo se completa como ser plenamente humano por y en la cultura, que no puede existir una cultura sino se cuenta con un cerebro humano, el cual está dotado de habilidades que le permiten actuar, poder percibir, saber y la gran habilidad de aprender, es por eso que no se debe dejar perder la cultura de cada uno, ya que ella ayuda a contribuir en la formación de un ser humano de manera integral, siendo de suma importancia el que se relacione con la gran diversidad de personas que viven en su entorno.

El ser humano es a la vez físico, biológico, psíquico, cultural, social, histórico. Es esta unidad compleja de la naturaleza humana la que está desintegrada en la educación a través de las disciplinas y que imposibilita aprender lo que significa ser humano. Es posible reconocer la unidad y la complejidad humanas, reuniendo y organizando conocimientos dispersos en las ciencias de la naturaleza, en las ciencias humanas, la literatura y la filosofía; y mostrar la unión indisoluble entre la unidad y la diversidad de todo lo que es humano (Fontal & Contreras, 2006).

El ser humano debe de pensar, indagar y reflexionar sobre la importancia de dar a conocer una decisión, opinión o juicio, así como asumir las consecuencias de sus actos, por lo que en ocasiones debido a la falta de autoconocimiento no toma la mejor decisión y se lamenta las consecuencias de la misma.

Se pretende contribuir en la formación de un ser humano, desarrollándose de una manera omnilateral de acuerdo con Fromm (1962) quien cita a Marx y dice que es aquél que cuenta con todas y cada una de las facetas del ser humano.

Fromm (1962) contempla al hombre en toda su concreción como miembro de una sociedad, ya que no podría llamarse ser humano si sólo se quedara aislado y sin interactuar con las demás personas que enriquecen de una u otra forma el aprendizaje.

En efecto se coincide con lo anterior, ya que se debe formar al ser humano en todas sus facetas, para que de esta manera pueda encontrar un equilibrio y con ello lograr ser verdaderamente competente para la vida en toda la extensión de la palabra.

### **1.5 Competencias**

Desde la lógica anterior se retoma la idea de formación en competencias; dado que el ser humano afronta diversas situaciones que lo obligan a que se transforme día a día, esto debido a los grandes cambios que se encuentran en el mundo y a que la información está en constante movimiento, por lo que es temporal; igualmente, comprende que se debe preocupar sobre su formación como persona, con ello el desarrollo y construcción de su propio camino, pero cómo lograr que esto se lleve a cabo.

Para poder llevarlo a cabo, es muy importante que en la escuela se trabaje para contribuir al desarrollo de las competencias como aparece en los planes de estudio vigentes, en ellos se dice que la educación basada en competencias requiere formar a un ser humano que pueda resolver cualquier problema que se le presente en la vida cotidiana. Sin embargo, es necesario aclarar qué se entiende por competencias.

Rafael Bisquerra y Nuria Pérez (2007), conceptualizan a las competencias como “la capacidad para movilizar adecuadamente un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia...” (Bisquerra & Pérez, 2007), para poder desempeñarse de una manera adecuada en cualquier situación, esta concepción queda más completa para los fines que se requieren.

Monereo (2007) señala que una competencia es un conjunto de recursos potenciales (saber qué, saber cómo y saber cuándo y por qué), que tiene una persona para enfrentarse a problemas propios, en el contexto social en el que se desenvuelve.

Él clasifica a las competencias en tres: Desarrolladas, Extendidas y Reestructuradas; las primeras de ellas son las que ya se poseen y se llevan a otro contexto diferente del cual se aprendieron; las segundas, son aquellas en las que se construye un conocimiento nuevo, extendiendo la competencia que se posee, es decir, que se utiliza una competencia ya desarrollada para poder aprender algo distinto; y las terceras, son aquellas competencias en donde se debe desaprender para volver a aprender, es decir, que se necesita reestructurar, como su nombre lo dice, para cambiar lo ya aprendido y con ello mejorar o crear cosas nuevas.

Las competencias pueden enseñarse a cualquier edad, en entornos educativos formales y pueden evaluarse mediante pruebas de lápiz y papel diseñadas para breves períodos de tiempo (Monereo, 2007); sin embargo, no sólo es con lápiz y papel que se debe evaluar, ya que sólo se tomaría la dimensión cognitiva y se dejaría de lado la dimensión afectiva, la cual es muy importante en los procesos de enseñanza y aprendizaje.

De la misma manera Argudín (2001), argumenta que una competencia en la educación, es una vinculación de los comportamientos tanto sociales y afectivos, como las habilidades cognoscitivas, psicológicas, sensoriales y motoras, que permiten llevar a cabo y de una manera adecuada un papel, un desempeño, una actividad, una tarea o la solución a un problema que se presente.

Debido a todo lo anterior, se concluye que las competencias son el eje de los nuevos modelos de educación y se centran en el desempeño. Ser competente en algo, implica una afinidad de los conocimientos, habilidades, valores y no la suma de todos ellos. El engranaje de estos elementos es lo que da sentido, límites y alcances a la competencia (Argudín, 2001).

Las competencias...

“no son potencialidades a desarrollar porque no son dadas por herencia ni se originan de manera congénita, sino que forman parte de la construcción persistente de cada persona, de su proyecto de vida, de lo que quiere realizar o edificar y de los compromisos que derivan del

proyecto que va a realizar. La construcción de competencias debe relacionarse con una comunidad específica, es decir, desde los otros y con los otros (entorno social), respondiendo a las necesidades de los demás y de acuerdo con las metas, requerimientos y expectativas cambiantes de una sociedad abierta” (Argudín, 2001).

Por lo tanto, es difícil construir conocimiento individualmente, se requiere de la relación con los demás para poder intercambiar lo que poseen cada ser humano, ya que todos tienen conocimientos que les pueden ser útiles a las personas que están a su alrededor.

Argudín (2001), señala que es necesario que el ser humano elabore un proyecto de vida con el cual pueda conseguir sus propias metas, es decir, lo que desea o espera construir a lo largo de ella, para que poco a poco él pueda ir llegando a sus metas conforme va desarrollando las diferentes competencias que necesite para ello.

Desafortunadamente, la mayoría de las ocasiones no se motiva a realizarlo y es en la escuela dónde debería promoverse ese proyecto primordialmente, desgraciadamente, en el ámbito educativo, la mayoría de las veces esto no se lleva a cabo, ya que sólo se queda en los contenidos conceptuales y procedimentales, olvidándose de los actitudinales, siendo éstos últimos de gran importancia para un buen desarrollo de los aprendizajes que se requieren.

Debido a lo anterior, es necesario contribuir en el desarrollo de las competencias, ya que el estudiante debe estar preparado para enfrentarse a un mundo, el cual se encuentra en constante transformación, por lo que se necesitan dichas competencias para que las personas obtengan una formación integral y sean aptas para resolver cualquier situación problemática que se les presente dentro del contexto en el cual se desenvuelven.

Es necesario contribuir al desarrollo de competencias porque lo que se quiere hoy en día es formar a un ser humano capaz de desempeñarse eficientemente dentro de su

contexto social, con ello, podrá cubrir el perfil que hoy en día propone el sistema de educación.

Asimismo, se debe apoyar en el desarrollo de dichas competencias para que el estudiante logre darse cuenta de que es necesario obtener una formación constante e integral que favorezca a su formación como persona, abarcando todos y cada uno de los rubros de manera equilibrada, siendo el docente el encargado de contribuir en la búsqueda de las herramientas necesarias.

Del mismo modo, la educación que se basa en competencias se lleva a cabo mediante una experiencia práctica, ya que se necesita articular los conocimientos para lograr un propósito. La teoría y la experiencia práctica se vinculan, utilizando la primera para aplicar el conocimiento a la construcción o desempeño de algo (Argudín, 2001).

Desde esta lógica, la escuela tradicional ha quedado por debajo de las necesidades del mundo actual, ya que en ella se transmite únicamente información, la cual caduca a una velocidad impresionante, dejando de ser suficiente, ya que ahora se pretende trabajar mediante competencias.

Por lo tanto, lo que se requiere es una nueva educación con la que se ayude al desarrollo de competencias para la vida, ya que esto es lo que en un futuro ayudará a los seres humanos a desenvolverse de una manera óptima y generando un conocimiento pertinente en su vida diaria, es por esto que se debe transformar la escuela constantemente.

Debido a lo anterior, ninguna competencia es posible que se desarrolle desde una sola disciplina, sino más bien debe valerse de muchas de ellas, el trabajo interdisciplinario es una ayuda importante para enfrentar la realidad y construir las respuestas a las necesidades que requiere la sociedad. (Garduño, 2008)

Un problema que radica en la educación, es que no toma en cuenta la cultura inmensamente diversa de la que está compuesta la sociedad y que requiere

considerarse para desarrollar las competencias; además es necesario tomar en cuenta que cada ser humano es distinto y que sus formas de pensar son evidentemente diversas.

Una vez que se logre reflexionar, tanto los estudiantes como los docentes, se darán cuenta de las similitudes y diferencias que existen entre cada una de las personas, con lo que se actuará de manera diferente, tomando en cuenta la diversidad de la cual se habló anteriormente y se generará un ambiente ameno en el cual se tomará en cuenta a cada ser humano que pertenezca al grupo, podrán compartir sus distintos conocimientos, lo que enriquecerá el conocimiento del otro y se hará una realidad entre todos.

Ser competente significa poder enfrentar la vida que nos toque vivir, no compitiendo con los demás seres humanos para ser mejor persona, sino que se debe ser pertinente para enfrentar la vida, mediante el servicio a las personas que se encuentren alrededor de uno mismo.

Eres competente siempre y cuando puedas convivir y relacionarte con tus semejantes, todo lo anterior no debe quedarse sólo en el discurso, sino que debe ser aterrizado en la propuesta de intervención, quedando como propósito principal el tipo de ser humano al cual se quiera contribuir en su formación.

Ser competente va más allá del saber hacer, es realmente tener o contar con distintas tácticas para trabajar en cualquier escenario, generando a su vez nuevas estrategias que los ayuden a resolver de manera adecuada cualquier situación que se presente en el contexto y a las necesidades del mismo; ser competente no sólo es poder afrontar los retos que se presenten en la parte escolar o profesional, sino enfrentar distintos rubros, los cuales pueden ser el laboral, social, personal y/o educativo.

Se plantea que los estudiantes se preocupen por la construcción de su formación, siendo conscientes de lo que representa para su futuro y que para poder

llegar a todas esas metas se proponga tener la disposición por parte de él mismo, pero también del docente y de todas las personas que intervienen en ese proceso, así con un trabajo en conjunto, se podrá dar un cambio de comportamiento al realizar distintas actividades.

A causa de ello, el papel del docente en la formación integral es de suma importancia, ya que se encarga de acompañarlo durante los procesos de enseñanza y aprendizaje, contribuyendo en la construcción de nuevos conocimientos. Asimismo, para poder contribuir a una formación integral, debe contar con conocimientos que lo ayuden a cubrir con las exigencias del sistema educativo, ya que si se quiere tener una educación de calidad es necesario que los docentes cuenten con ella.

La participación de los docentes, en este caso de nivel preescolar, es un factor clave en la educación, por ser el que inicia el proceso educativo; se trata de la primera figura externa a la familia con la cual el pequeño (aproximadamente de entre tres y seis años de edad) se relaciona en la educación formal; su función tiene una gran importancia en la aceptación o negación del niño para asistir a la escuela, así que su labor debe estar orientada a plantear situaciones que sean motivantes e interesantes para los niños, con el fin de involucrarlos en las distintas actividades que les permitan avanzar en su desarrollo integral y al mismo tiempo despertar el gusto por la escuela (Secretaría de Educación Pública, 2004).

En este contexto, el trabajo para el docente se vuelve demasiado complicado, ya que pueden estar sometidos a determinadas exigencias para llevar a cabo el plan y los programas de estudio de este nivel con eficiencia y eficacia; no obstante, tiene escasez de herramientas y recursos necesarios para que esto sea posible.

Por si eso fuera poco, la relación con algunos directivos es conflictiva, al igual que con los padres de familia; esto hace que la profesión sea considerada como una de las más estresantes (Galván, Aldrete, Preciado, & Medina, 2010).

A consecuencia de ello, se llega a pensar que el trabajo que realiza el docente de nivel preescolar es sumamente demandante, aunque se considere que el trato con niños pequeños genera menor estrés, ya que el hecho de realizar actividades con estudiantes que requieren una mayor atención y supervisión para desarrollar cada una de las acciones dentro de los centros educativos, y al mismo tiempo, el tener más responsabilidad en cuanto a normar ciertas conductas en el pequeño como: su refrigerio, el riesgo de accidentes durante las actividades, el control de sus necesidades fisiológicas, entre otras, puede llevarlos a un estrés crónico (Galván, Aldrete, Preciado, & Medina, 2010).

De lo anterior, se desprende la necesidad de trabajar para dotar a los docentes de preescolar de herramientas para manejar esas situaciones estresantes, al tiempo que sirvan para propiciar en los niños la formación integral que requieren con el desarrollo de sus competencias.

## **CAPÍTULO 2 “INNOVACIÓN, DIDÁCTICA Y TEORÍAS PEDAGÓGICAS”**

### **2.1 La importancia de la innovación**

En México el sistema educativo está planteando una reforma integral, la cual busca formar a un tipo de sujeto que posea las competencias necesarias que le ayudarán a desenvolverse de una mejor manera a lo largo de su vida, tanto profesional como laboral y que no sólo tiene que ver con el hacer sino con el ser.

El tipo de hombre que se pretende formar en el contexto neoliberal sigue ponderando la cuestión económica únicamente, dejando de lado lo que la educación integral prioriza, puesto que desafortunadamente no se lleva a la práctica lo que se plantea en ella y se queda sólo en el discurso.

Por ello, se hizo referencia al contexto educativo en el capítulo anterior, desprendiéndose la necesidad de generar una formación distinta a la ya establecida, haciendo indispensable el desarrollo de propuestas innovadoras que aseguren una formación en la que el sujeto realmente se forme de manera integral.

Hoy en día, debido a la problemática planetaria, los cambios y situaciones que existen dentro del sistema educativo, los rápidos avances tecnológicos, el surgimiento de sociedades de la información, entre otros, han hecho que la escuela requiera de un cambio, misma que responda de manera apropiada a estos escenarios.

Como resultado de ello, los sistemas educativos han impulsado la educación pero de manera tradicional, negándose a una transformación, tanto social, como económica y cultural, arrojando que ellos no asimilen ni acepten la innovación, en consecuencia no transforman ni preparan a las nuevas generaciones para enfrentar tales cambios (Schmelkes, 2010). Sin embargo, lo que en verdad se requiere es una transformación dentro del sistema educativo que ayude a mejorar el mismo, para que

se tenga una relación con la vida cotidiana de cada uno de los estudiantes y que esta no sea ajena a él.

Es por eso que la educación se encuentra con problemas para responder a los cambios sociales, lo que conlleva a que ésta sea descontextualizada y deje de lado las necesidades que se plantean, inclusive, se llega a pensar de manera equivocada que si algunas propuestas innovadoras dan excelentes resultados en otros países, si se aplican en México, éstas funcionarán de igual manera, sin tomar en cuenta que el contexto del país es totalmente distinto al país que se toma como modelo.

Silvia Schmelkes (2010), plantea que actualmente el escenario educativo requiere de cambios, además que es inadecuado para aquellos que se encuentran en el contexto educativo, ya que desafortunadamente no responde a las necesidades reales de los estudiantes.

El escenario educativo, desatiende los requerimientos del mundo actual, espera únicamente la uniformidad, es decir, que todos los estudiantes de una edad determinada adquieran los conocimientos necesarios, al mismo tiempo que se encuentran frente a una realidad cultural y contextual sumamente diferente; asimismo, carece de un creciente reconocimiento del valor de la diversidad en los estilos de aprendizaje, talentos, ritmos, intereses e inclinaciones de cada estudiante.

Aunado a esto, se enfatiza la tradición de conocimientos a nivel superficial, como la memorización en lugar de la comprensión y reflexión de conceptos, así como su aplicación en problemas de la vida real o en su defecto similar. También se evalúa el aprendizaje individual a pesar de que el mundo exige cada vez más una mayor capacidad para trabajar en equipo de una manera heterogénea.

Al mismo tiempo, se han propiciado nuevas demandas a los sistemas educativos en general y a la educación básica en particular, que suponen una renovación en cuanto a la estructura en las políticas educativas y en la estructura de gestión de los centros escolares, con el fin de beneficiar la cultura de espacios

amplios para el desarrollo de la innovación en la educación básica y en los programas de actualización de docentes de este trascendente servicio educativo (Álvarez I. , 2010).

Por esa razón, los sistemas educativos nacionales se proponen la urgencia de repensar y rediseñar sus modelos de organización y gestión, iniciando con la propia educación básica mediante innovaciones (Álvarez I. , 2010), es decir, se requiere de un cambio, pero uno en el que en verdad se lleve a cabo esa innovación, que no sólo se quede en el discurso y se siga “innovando” con sólo dar tabletas electrónicas, para ello es necesario saber qué se entiende por innovación.

### **2.1.1 Innovación en el ámbito educativo**

Es de suma importancia comprender a qué se refiere la palabra innovación, ya que, existe una gran variedad de definiciones, lo que repercute en su entendimiento.

Uno de los grandes errores, es que se piensa a la innovación como la incorporación de nuevas tecnologías, dejando de lado lo que verdaderamente es esencial; es decir, los procesos de enseñanza y aprendizaje, sin percatarse que las TIC'S son sólo un recurso más para lograr dichos procesos, razón por la que se requiere definir qué es innovación, qué características debe tener y cuáles debería de tener un sujeto innovador.

Varios autores coinciden en que la innovación es un qué, un cómo y un para qué, lo que quiere decir que no sólo es una cuestión de técnica, tampoco depende de la incorporación de tecnologías en las aulas como ya se hizo mención, más bien se deben considerar elementos que tiene que ver con cuestiones ideológicas, axiológicas, sociales y políticas, es decir, que la innovación surgirá de las necesidades de acuerdo al contexto en el que se encuentren (Schmelkes, 2010).

Es por esto, que se coincide con la concepción de Jaime Martínez e Imbernón (2008), quienes entienden a la innovación como:

“El deseo y la acción que mueven a un profesor, a una profesora o colectivo de profesores y profesoras, a intentar realizar mejorar en su práctica profesional, con la finalidad de conseguir la mejor y más amplia educación para sus alumnos y alumnas” (Martínez & Imbernón, 2008).

Gracias a lo anterior, se puede afirmar que para que exista una innovación, se debe tener iniciativa, deseo por parte del docente para mejorar su práctica profesional adquiriendo un compromiso individual que contribuirá al trabajo colaborativo, lo que va más allá de una simple técnica o teoría, la cual debe estar siempre acompañada de una finalidad educativa.

En comparación con lo anterior, Daniel Ríos (2004), concibe a la innovación como un constructo polisémico, que va a asumir un rol deliberado, planificado, específico y evaluado, que después de un tiempo considerable relacionado a sus objetivos pedagógicos y sociales, se deduce que va a contribuir en algo diferente o nuevo al contexto en el que se aplique.

Por lo tanto, la innovación educativa se define como la capacidad de concebir e impulsar alternativas pedagógicas que se diferencien de los antiguos modelos tradicionales, buscando debilitar los efectos negativos que éstos han presentado en los procesos de enseñanza y aprendizaje, la permanencia y movilidad escolar de los estudiantes, así como dar prioridad a distintos conflictos y desafíos que no se han cubierto en cuanto a la educación.

En ocasiones, para alcanzar estos y otros propósitos, la innovación educativa se ha impulsado desde las reformas estructurales, hasta los planes y programas de estudios oficiales y/o las redefiniciones implicadas en materia curricular, de contenidos, métodos y evaluación educativa (Bertely, 2010).

### **2.1.2 Personas innovadoras**

Debido a lo anterior es importante que se expongan las características con las que debe contar una persona innovadora, ya que no necesariamente son sólo los docentes quienes deben tener la iniciativa, sino que esto se debe conformar de

acuerdo a los diferentes niveles que existen en el sistema educativo, es decir, desde la administración, la gestión y hasta el trabajo frente a grupo.

Pero ¿Cuáles son esas características que debe tener una persona para ser innovadora? Siguiendo con Martínez e Imbernón (2008), se consideran tres características imprescindibles en la acción innovadora, siendo éstas el diálogo, el deseo y el compromiso, las cuales funcionan de manera integrada, por medio de una comprensión y reflexión propiamente colectiva, lo que permitirá que esa persona pueda verse en el otro, dándose cuenta de las deficiencias que tiene en su propia práctica y con ello poder cambiarlas para un mejoramiento en su vida profesional.

Como se ha hecho mención, la innovación es muy importante, por ello, la misma escuela debe propiciar un ambiente que la favorezca, para que sea más fácil poder llevar a cabo una verdadera innovación.

La escuela es el continente de la calidad educativa, lo que favorece a la innovación que atiende la enseñanza, sabiendo que de ella depende el aprendizaje; asimismo se preocupa porque los docentes se encuentren actualizados; opera también como cuerpo, esto porque comprende que los propósitos son compartidos; sabe que tiene la responsabilidad de planear de una manera cuidadosa para combatir las causas de los conflictos descubiertos y que debe también vigilar y evaluar los procesos y resultados que esto conlleva (Schmelkes, 2010).

De igual manera, se preocupa por cada uno de los estudiantes, entiende que no todos son iguales y que procura entender esta diversidad que está atenta a la comunidad en la que se encuentran; igualmente atiende sus aspiraciones educativas, derivando de ella apoyos diversos y a quien principalmente rinde cuentas; una escuela que propicie la calidad de la información (Schmelkes, 2010), desafortunadamente no siempre se tienen actualizados a los docentes, no toman en cuenta la diversidad de los estudiantes y muchas otras cosas más, lo que obstaculiza el aprendizaje.

Sin embargo, no sólo con propiciar un ambiente adecuado en la escuela se es suficiente, sino también se necesita de otra serie de elementos para lograr una verdadera innovación, por lo cual se seguirá citando a Silvia Schmelkes quien propone tres elementos, entre los que se encuentran:

La planeación escolar, en ella debe trabajarse de manera colaborativa, para que se seleccionen soluciones pertinentes para combatir la causa o causas de los conflictos.

Los estudiantes, padres de familia y comunidad; de los cuales se busca obtener una relación entre sí, misma que es uno de los factores fundamentales para que una escuela sea efectiva. El docente debe conocer lo que los padres de familia desean de la escuela y en lo que pueden contribuir de acuerdo al aprendizaje de sus hijos, debe tomar en cuenta los intereses de los padres, para aprovechar lo que saben.

Por último, pero no por ello menos importante, una tercera fuente de la innovación es la propia Pedagogía. Al igual que en las escuelas donde las investigaciones arrojaron resultados de que no existían recetas para construir una buena escuela, sino que cada una debía buscar su propio camino de acuerdo a su contexto y sus propósitos, asimismo tampoco existen recetas para ser un buen docente.

Lo anterior depende de la personalidad, talentos e intereses de cada uno de los estudiantes a su cargo, así como de la relación que se puede establecer con ellos, pero el contacto de los hallazgos y el descubrimiento de las ciencias de la educación, y especialmente de la Pedagogía, pueden iluminar sus decisiones (Schmelkes, 2010).

En conclusión, el sistema educativo requiere de manera urgente la necesidad de innovaciones, entendiéndolas como una actitud, deseo y compromiso por parte de todos los actores educativos, para disminuir las problemáticas de las cuales ya se

hizo mención; de igual manera lo que se requiere son condiciones institucionales para que esto avance de manera conjunta, se requiere de un verdadero cambio del paradigma que se ha establecido durante muchísimo tiempo.

De ese modo, no sólo se necesita cambiar el sistema en sí, sino la práctica en general, lo que significa cambiar como persona, sujeto, docente, estudiante, etcétera; asimismo cambiar el contexto en el que se desarrolla cada una de las personas por medio del diálogo, tarea que no es nada fácil, modificar actitudes individuales y colectivas, por lo tanto innovar más que relacionar la teoría con la práctica es un querer cambiar y un querer hacer.

Para resumir, la innovación se va a generar siempre y cuando:

- El sistema educativo no responda a las necesidades de la sociedad.
- Haya un querer o un deseo de cambiar las cosas.
- Exista una inquietud a dicho cambio.
- Haya satisfacción (Schmelkes, 2010).

## **2.2 Didáctica en la educación**

Lo que se requiere actualmente es la intervención pedagógica con propuestas innovadoras, esas innovaciones pedagógicas nos deben llevar a retomar una idea de didáctica, pero totalmente distinta a la tradicional, es por ello que es indispensable mencionar a Juan Amos Comenio (Fingermann, 2014), ya que es considerado el padre de la Didáctica, puesto que fue el primero en considerar que el medio para lograr el perfeccionamiento individual y social es la educación, extendiéndola a todos, sin importar incluso cualquier creencia religiosa.

La Didáctica toma un papel importante, ya que se apoya en ella la Pedagogía para poder llevar a cabo los procesos de enseñanza y aprendizaje, que hacen

posible la formación del ser humano, proporcionando la teoría, por ello es de suma importancia definir el término Didáctica.

La Didáctica es aquella rama dentro de la Pedagogía que se especializa en las técnicas y métodos de enseñanza destinados a plasmar las pautas de las teorías pedagógicas (ABC, sin año).

La Didáctica según Pasillas es

“una disciplina del campo educativo que tiene como objeto dar pautas, normas y orientaciones, sugerir instrumentos para articular dos procesos muy diferentes entre sí: la enseñanza y el aprendizaje...convierte saberes descriptivos o explicativos sobre el aprendizaje y el desarrollo del individuo en principios operativos para la enseñanza, en criterios de actuación en materia de instrucción. Es decir, convierte conocimientos descriptivos de otras disciplinas en normas de acción para la enseñanza, o sea, en conocimientos prescriptivos...es el conocimiento necesario para ser maestro, esto es, los conocimientos acerca de cómo enseñar, de tal modo que el alumno aprenda más y mejor” (Pasillas, 2009).

El primer elemento para justificar teóricamente es la didáctica, que es un campo disciplinario, un campo problemático de la Pedagogía, un campo educativo, pero lo sustantivo del campo es que la Didáctica es un saber hacer que trata de articular dos procesos que son de naturaleza diferente: El proceso de Enseñanza y el proceso de Aprendizaje (Pasillas, 2009).

Ese saber hacer es el conducto de una sistematización que han creado los métodos.

El segundo elemento es el método didáctico, el cual tiene como finalidad facilitar, transmitir y elaborar secuencias didácticas.

Comenio es el primero en implantar un método didáctico, con el que trabajar resultaría mejor, ese procedimiento era el método activo, por el cual el estudiante construye su propio conocimiento, su forma de trabajar era inusual, puesto que...

“los atraía luciendo la más radiante de las sonrisas; y en lugar de hacerlos repetir cosas de memoria, procuraba explicarles primero la lección para que la entendieran; en seguida ayudaba a los alumnos a que ellos mismos elaboraran los conceptos explicados... finalmente los ponía a ejercitarlos en cosas prácticas de la vida. Estos tres pasos: comprender, retener y practicar, constituyen el tripie sobre el que descansa el sistema comeniano” (Comenio, 2005).

En cualquier método es necesario que se analice desde 2 vertientes: El conocimiento histórico y teórico de la didáctica; y la dimensión sociopolítica.

El conocimiento histórico y teórico de la didáctica lo podemos ver desde Comenio, él decía que en “las escuelas hay que enseñar todo a todos” (Comenio, 2005), para que los seres humanos tuvieran una mejor comprensión de todo cuanto les rodeaba, razón por la cual debían ser educados sin importar su clase social o creencia religiosa.

Para Comenio (2005), son indispensables tres principios bases para que el ser humano aprenda, estos son: el objeto, el tiempo y el método, en este último es donde compaginó a la Pedagogía con la Didáctica.

Según Comenio (2005), se debe procurar que todos los actores que intervienen en el ámbito educativo, teniendo la misión de contribuir en la formación de los seres humanos, hagan conscientes a todos de la gran responsabilidad, dignidad y excelencia que ello requiere, por lo que coordinará todos los medios que tenga en sus manos para conseguir la finalidad que se propone.

Para que el método didáctico sea de interés para los estudiantes, Comenio argumenta que es necesario, en primer lugar, que sea natural, es decir, que no se presione a los estudiantes a ir de manera acelerada en los procesos de enseñanza y aprendizaje. Lo que se da de forma natural marcha por su propio impulso. En segundo lugar, para que el método didáctico se constituya de una manera interesante, es necesario suavizar con cierta madurez, a saber: que todas las cosas, aún las más serias, se traten de modo familiar y ameno, es decir, que todos los

contenidos que se trabajen se deben tomar de manera seria y colaborativa, para que se puedan mirar en el otro y también aprender de esa forma.

### **2.2.1 Didáctica dominante**

No obstante esos planteamientos comenianos, destaca en la realidad educativa la escuela tradicional o clásica, en ella también se trabajaba con métodos, sin embargo, esta sólo se centra en la enseñanza y no en el aprendizaje, magnifica el trabajo del docente y no el del estudiante, en este tipo de métodos sólo se hablaba de ellos de manera expositiva o interrogativa, teniendo su ocupación central en los contenidos.

En este método al estudiante se le prohíben varias cosas, pero principalmente se le prohíbe pensar, reflexionar y cuestionarse sobre lo que el docente le transmite; el docente se ve de forma autoritaria y dominador, únicamente se encargaba de transmitir contenidos a los estudiantes, además de que incluso en algunas ocasiones llegaba a amenazarlos, tratándolos como simples máquinas y no como seres humanos, con lo que se contribuía a que el estudiante se volviese retraído, con problemas para relacionarse y se aislara de la sociedad, pero sobre todo repitiera patrones.

### **2.2.2 La escuela activa como alternativa**

La escuela nueva o activa surge a finales del siglo XIX, en ella ya no se ve al estudiante como un ser pasivo, recibiendo conocimiento, sino como a un estudiante activo participando de su propio proceso de aprendizaje, el estudiante toma un papel central en la educación, lo que se desea es cubrir las necesidades de cada uno de ellos, además el docente facilita la actividad tanto intelectual como física, lo deja ser libre; en cuanto a los métodos didácticos, estos tuvieron cambios, en ellos el estudiante puede deducir, demostrar y no concibe el conocimiento mediante la transmisión de él sino mediante la construcción.

Se toman en cuenta los intereses del estudiante, se acepta que no todos ellos son iguales, por lo que se diversifican los procesos de enseñanza y aprendizaje, se trabaja colaborativamente y se hace partícipe de ella a la familia.

El papel del docente es únicamente como “mediador entre los alumnos y los modelos; le presenta los modelos; hace vital, tangible, seductora; la presencia de los modelos; le ayuda a realizar en sí mismo las condiciones favorables para el encuentro.” (Snyders, 1972), es decir, que orienta, ayuda y motiva al estudiante a que vaya construyendo su propio aprendizaje y no sólo transmite el conocimiento como en la escuela tradicional.

Si se pretende romper con esa idea de escuela tradicional, se debe asumir una teoría pedagógica que sustente una idea de aprendizaje, sujeto, contenido, etcétera; que sea consecuente con la idea de competencia antes mencionada, que considere que el sujeto aprende como una persona activa, construyendo su propio aprendizaje, lo que lleva a la necesidad de retomar algunos de los planteamientos constructivistas para enriquecerlo.

### **2.3 La importancia del enfoque constructivista**

Diversos sistemas educativos en el mundo hablan de que lo que se requiere hoy en día es que el estudiante construya su propio aprendizaje, incluso se pueden encontrar algunas semejanzas entre ellos donde se observan estas necesidades para que esto se lleve a cabo; en esa lógica, Carretero (1997) afirma que se produce “una relación óptima entre las capacidades de aprendizaje espontáneas del alumno y los objetivos que se deben alcanzar en este segmento de la educación” (Carretero, 1997).

De igual manera, Carretero (1997) argumenta que a partir de cierta edad (10 años aproximadamente) los contenidos se van haciendo cada vez más académicos y formales, lo que da como resultado la pérdida de interés por parte de los alumnos, ya

que lo que verdaderamente les es significativo lo encuentran en el juego o en las clases en las que no son tradicionalistas, como en la mayor parte.

Aunado a esto, la entrada a la adolescencia intensifica la pérdida de interés, ya que se produce una ruptura aún mayor entre sus intereses y los contenidos y actividades que ofrece el sistema escolar (Carretero, 1997), razón por la cual los estudiantes se encuentran en la disyuntiva de querer seguir construyendo su aprendizaje o sólo cumplir con los requisitos para aprobar una asignatura.

Por un lado, el estudiante posee mayor capacidad cognitiva que en edades tempranas, lo que sería muy buena opción para poder aprender diversos conocimientos, asimismo, ha adquirido mayor cantidad de información sobre numerosas cuestiones que se encuentran a su alrededor. Sin embargo, el rendimiento e interés en y por la escuela suele ser menos que en los primeros años (Carretero, 1997), lo que obstaculiza los procesos de enseñanza y aprendizaje que se supone se deben llevar a cabo en las instituciones educativas.

Es como si el sistema educativo estuviera desperdiciando las mejoras que se han creado en la mente de los estudiantes y en vez de obtener un mejor resultado estableciera condiciones para producir lo contrario (Carretero, 1997), lo que entorpece de alguna manera un mejor aprendizaje en el estudiante.

Por otro lado, se puede observar que existe un enorme problema llamado fracaso escolar, Carretero lo conceptualiza como la “desconexión entre la actividad habitual del alumno y los contenidos que se ofrecen, los cuales se le representan de una manera altamente formal, y por ende, con menos relación con la vida cotidiana” (Carretero, 1997), haciéndolo ajeno al estudiante y perdiendo el interés por aprender, ya que no tiene relación con la vida que él lleva.

De igual manera, las condiciones sociales y culturales pueden imponer algunos cambios y restricciones en dicha situación (Carretero, 1997), dependiendo al

contexto en el que cada uno de los estudiantes esté inmerso, ayudando o empeorando para hacer posible que él tenga interés o no.

En resumen, dicho problema consiste en que la mayoría de las sociedades contemporáneas han emprendido reformas educativas porque, entre otras razones, existe una enorme distancia entre lo que los estudiantes pueden y tienen interés por aprender, y lo que les presenta la institución escolar (Carretero, 1997).

Carretero (1997) exclama que “no sólo se necesita a un alumno que tenga una adquisición de conocimientos sino también una formación como ciudadano con mejor capacidad de solución de problemas y capacidad crítica”, es decir, lo que ya se había mencionado en cuestión de contribuir a la formación de un ser humano de manera integral, ayudando a que posea las competencias necesarias para desempeñarse en su vida cotidiana, pero para ello se requiere de saber cómo es que el ser humano construye su propio conocimiento, por lo que se necesita saber qué es el constructivismo.

En el enfoque constructivista, el ser humano se apropia del conocimiento mediante un proceso de construcción individual, debido a ello sus expectativas y su desarrollo cognitivo determinan cómo es que representan el mundo en el que vive.

Mario Carretero argumenta que el constructivismo es “la idea que mantiene que el individuo —tanto en los aspectos cognitivos y sociales del comportamiento como en los afectivos—, no es un mero producto del ambiente ni un simple resultado de sus disposiciones internas, sino una construcción propia que se va produciendo día a día como resultado de la interacción entre esos dos factores” (Carretero, 1997), es por eso que se dice que el conocimiento no es una copia fiel de la realidad, sino una construcción de ella que realiza el ser humano.

De igual manera, González Moreyra expone que el constructivismo es “un movimiento pedagógico contemporáneo que se opone a concebir el aprendizaje como receptivo y pasivo, considerándolo, más bien, como una actividad organizadora

del alumno que elabora sus nuevos conocimientos propuestos, a partir de revisiones, selecciones, transformaciones y reestructuraciones de sus antiguos conocimientos pertinentes, en cooperación con el maestro y sus compañeros” (González R. , 1998), lo que quiere decir que en este enfoque el estudiante construye su propio conocimiento con base a la reflexión que él mismo tiene, a partir de la interacción con los demás y de sus conocimientos previos.

Estos dos autores coinciden en su forma de conceptualizar al constructivismo, ya que en ella se dice que el conocimiento se adquiere mediante una construcción y no mediante la transmisión de información, que el estudiante tiene un papel preponderante en este enfoque, lo que lo hace activo y no pasivo como en el conductismo y que el docente es sólo el guía u orientador para que el estudiante pueda construir su conocimiento.

Según González (1998), existen tres fuentes principales del constructivismo, las cuales son la epistemológica, la psicológica y la pedagógica, cada una con sus características.

Entre ellas se encuentran la Epistemología Genética de Piaget, Teoría del Aprendizaje significativo de Ausubel y la Teoría Sociocultural de Vygotsky.

#### **2.4 Piaget y la teoría de la epistemología genética**

Uno de los primeros en preocuparse y trabajar en investigar cómo es que se llevan a cabo los procesos de enseñanza y aprendizaje dentro de la psicología fue Jean Piaget, quien revolucionó tanto la Psicología como la Pedagogía, realizando la Teoría de la Epistemología Genética.

Para Piaget (1979), la epistemología genética es la disciplina que se encarga de estudiar los mecanismos y procesos de enseñanza y aprendizaje, mediante los cuales se transita de un conocimiento menor a un conocimiento más complejo.

En esta teoría se propone explicar cómo es que un estudiante pasa de un conocimiento dado a un conocimiento mejor, llevándolo a cabo mediante un mecanismo descubierto, el cual es organizado en etapas o estadios, es decir, las operaciones intelectuales.

#### **2.4.1 Etapas o estadios del desarrollo cognitivo**

La etapa sensoriomotriz abarca de los cero a los dos años, los niños tienen reflejos, desde muy pequeños están en contacto con las personas que los rodean, se crea un fuerte apego hacia con los padres o personas que los cuidan, razón por la cual imitan lo que ellos hacen y aprender en esa relación.

En la primera infancia se determina el tipo de vínculos interpersonales que establece la persona y se marca el estilo de relacionarse con los demás. Los niños nacen con la necesidad de establecer vínculos afectivos para poder sobrevivir. A los dos años las emociones positivas y negativas están bastantes desarrolladas, pero se vuelven más intensas en el período preoperatorio.

La etapa preoperacional va de los dos a los siete años, los cambios sociales más notables durante este período se producen en las relaciones con sus compañeros. Aparece el lenguaje, lo que hace que las conductas se modifiquen en su aspecto afectivo e intelectual,

De lo anterior, según Piaget (1986), se derivan tres consecuencias para el desarrollo mental en el niño las cuales son:

“un posible intercambio entre individuos, o sea, el principio de la socialización de la acción; una interiorización de la palabra, o sea, la aparición del pensamiento propiamente dicho; finalmente, y de forma primordial, una interiorización de la acción como tal, que de ser puramente perceptiva y motriz, pasa a reconstituirse en el plano intuitivo de las imágenes y las «experiencias mentales». Desde el punto de vista afectivo, ello tiene como consecuencias una serie de transformaciones paralelas: desarrollo de los sentimientos interindividuales (simpatías y antipatías, respeto, etc.) y de una afectividad interior que se organiza de una forma más estable que durante las primeras etapas” (Piaget, 1986).

A consecuencia de ello, comienza a ser consciente de que las personas que lo rodean tienen un sentimiento hacia él, esto ocurre porque se relaciona con diversas personas y logra tener un aprendizaje; sin embargo es egocentrista.

Piaget (1986) externa que “las transformaciones de la acción provocadas por los inicios de la socialización no afectan únicamente a la inteligencia y al pensamiento, sino que también repercuten profundamente en la vida afectiva”, por lo que al empezar a relacionarse con los demás influirá en el pensamiento e inteligencia del niño.

Es por ello que la manera en que juega con otros niños es limitada en ocasiones, ya que no logran aún aprender del todo a relacionarse con los demás aunque ya surgen indicios de ello. Sin embargo, en esta etapa el niño comienza a tener conversaciones con él mismo, gracias a las relaciones que va teniendo con sus familiares a lo largo del día, lo que en gran parte le ayudará a ir conociéndose desde pequeño y que en un futuro pueda externar qué es lo que le gusta o no.

La etapa de las operaciones concretas abarca de los siete a los once años de edad, en ella se empieza a construir un espacio racional, también comienzan a transformarse las intuiciones a operaciones concretas, comienza a tener un mejor razonamiento deductivo e inductivo, logra tener un pensamiento lógico y tiene la habilidad para solucionar problemas, puede clasificar para agrupar y reagrupar series de objetos.

Asimismo, la etapa de las operaciones formales aparece aproximadamente a los once años, se consolida de manera gradual a lo largo de la adolescencia y los años de adulto joven; el pensamiento del niño se vuelve más científico.

Se presenta el desarrollo de la comprensión moral y social, comprenden que es necesario contar con reglas sociales para que se pueda llevar a cabo un trabajo cooperativo.

Puede llegar a conclusiones mediante las hipótesis solamente, el cambio más importante en esta etapa de las operaciones formales es que el pensamiento hace la transición de lo real a lo posible; se logra obtener la capacidad de pensar en forma abstracta y reflexiva.

Es por ello que se debe saber en qué estadio se encuentran cada uno de los seres humanos con los que desea trabajar, para que de esta manera se tenga de dónde partir y se pongan propósitos para llegar a ellos.

#### **2.4.2 El conocimiento, acomodación y asimilación**

Piaget (1979) propone un modelo en el que dice que el conocimiento comienza con un ser individual que progresivamente se convierte en un ser social, lo que da pie a que la relación interpersonal se haga acreedora de una enorme importancia para aprender; este paradigma está regido por la consolidación de estructuras mentales representativas del conocimiento, reguladas por los fundamentos biológicos del desarrollo, así como por el impacto de los factores de maduración.

El conocimiento, según Piaget (1986), es una forma específica de adaptación biológica de un organismo complejo a un medio complejo, dicho proceso se basa en la equilibración progresiva entre los dos mecanismos: la asimilación y la acomodación.

Piaget (1986) argumenta que en la asimilación, el sujeto integra eventos, objetos o situaciones dentro de las formas de pensamiento existentes, constituyendo estructuras mentales organizadas, es decir, que asimilar mentalmente es incorporar un objeto a la actividad del sujeto y esta relación de incorporación entre el objeto y el yo, no es otra cosa que el interés en el sentido más estricto de la expresión.

Asimismo, expone que la asimilación cognoscitiva consiste en enviar a la acción del ser humano sobre el objeto, la cual supone una transformación e incorporación de dicho objeto en función de los esquemas cognitivos del ser humano.

Por otro lado, Piaget (1986) expone que la acomodación se entiende como el proceso que se lleva de manera simultánea complementando a la asimilación, gracias a él se produce un acomodo en la estructura del organismo a las nuevas y variables condiciones del medio que le rodea.

Asimismo, externa que el objeto influye sobre los esquemas del ser humano, transformando la propia función asimiladora, es decir, que existe la acomodación cuando ocurre una modificación de los esquemas de asimilación debido a diversas situaciones que rescata de su vida cotidiana, gracias a ello, es que los conocimientos externos los va haciendo suyos el ser humano, lo que lleva a que se transformen los que ya poseía, llevándose a cabo la reacomodación de estos y llegando a un equilibrio de los esquemas.

Lo anterior quiere decir que las estructuras mentales se reorganizan para incorporar aspectos nuevos de exterior y durante este acto de inteligencia el sujeto se adapta a las necesidades de la vida cotidiana.

Debido a lo anterior, la construcción del conocimiento es responsabilidad del ser humano (con ayuda del docente), ya que todos los contenidos que se abordan y que va descubriendo a lo largo del camino, los va haciendo suyos a medida que adquiere y comprende la información que proviene del contexto en el que se desenvuelve cuando se relaciona con el mismo, teniendo su inicio en la acción conducida con base en los conocimientos previos, los cuales están constituidos por estructuras y las estructuras por esquemas debidamente relacionados.

### **2.4.3 Concepto de esquema**

La concepción de esquema es central para Piaget, ya que se

“refiere a un tipo de conducta estructurada susceptible de repetirse en condiciones no absolutamente idénticas, los esquemas se van a ir diferenciando en nuevos esquemas que a su vez darán lugar a otros esquemas diferentes.

El esquema permite incorporar el medio, es decir, actuar sobre él, o sea, realizar una actividad asimiladora; pero al mismo tiempo, en esa asimilación se modifica dando lugar a esquemas nuevos mediante un proceso de acomodación. La asimilación y acomodación, como los dos aspectos del proceso adaptativo, son las responsables del desarrollo de la conducta.

Los esquemas se van haciendo más complejos, diversificados, adoptan un orden jerárquico y se organizan.” (Delval, 1994)

Por ello, se entiende al desarrollo del conocimiento como una construcción ordenada, jerarquizada y sistematizada de estructuras intelectuales que regulan los intercambios del ser humano con el contexto, de esta manera, se consigue apropiarse de dichos conocimientos mediante los dos procesos mencionados anteriormente, la asimilación y la acomodación, teniendo como consecuencia su equilibrio, lo que reestructurará los esquemas que se formen, dando por resultado la construcción de conocimientos, los cuales ayudan al ser humano en el transcurso de su vida, adquiriéndolos de acuerdo a la etapa de desarrollo en la que se encuentren.

Pese a la construcción de nuevos elementos, la estructura se conserva, la acomodación y la asimilación tienden al equilibrio, pero no sólo influye la parte externa sino también la interna, ya que como se mencionó anteriormente, se conservan algunas cosas en el interior.

#### **2.4.4 Aprendizaje**

Desde la concepción de Piaget el aprendizaje, debe considerarse en las diferentes fases de desarrollo del ser humano, debido a esto, se podrá trabajar de acuerdo a las etapas con distintas estrategias, por ello, el docente debe interesarse en las necesidades del estudiante, organizando situaciones de aprendizaje que vayan acorde a su nivel de desarrollo cognitivo y así lograr su participación activa.

Es por eso que cualquier aprendizaje que tenga el estudiante depende del nivel de desarrollo cognitivo en el que se encuentre cada uno de ellos, razón por la cual se mencionaron antes los cuatro estadios del desarrollo cognitivo de Piaget,

mismos que están relacionados con actividades del conocimiento como pensar, reconocer, percibir, recordar, etcétera.

En resumen, el conocimiento es fruto de la relación que existe entre el ser humano y lo que le rodea, así sea información o las mismas personas que están a su alrededor. Esto se lleva a cabo gracias a cada estructura que se adquiere, porque ello permite una mayor riqueza de intercambios y una mayor capacidad de aprendizaje en cualquier nivel de enseñanza en el que se encuentre, puesto que en la educación una de las metas es ayudar a que los seres humanos avancen de un estadio inferior a otro superior, así el conocimiento va adquiriendo un mayor significado a medida que el ser humano crece, pero en distintos niveles de comprensión; de todo esto se va dando a conocer dónde es que las emociones se forman de acuerdo al estadio de desarrollo al que corresponda.

#### **2.4.5 La importancia de lo afectivo**

Piaget argumenta que "la afectividad no es nada sin la inteligencia, que le facilita sus medios y aclara sus objetivos" (Piaget, 1986), así como la inteligencia no es nada sin la afectividad; van de la mano ya que una repercute en la otra en todo momento, no se pueden separar, es por ello que es sumamente importante que en el ámbito educativo, y sobre todo en el currículo, se incorpore, ya que es necesario preguntarse cómo hacer que el estudiante posea una educación integral si se deja de lado esta dimensión tan importante.

#### **2.5 Ausubel, la teoría del aprendizaje significativo y la motivación**

Otro gran psicólogo fue David Ausubel, quien desarrolló la Teoría del aprendizaje significativo, siendo ésta una de las principales aportaciones del enfoque constructivista.

Su principal aportación consiste en la concepción de que el aprendizaje debe ser una actividad significativa para la persona que vaya a aprender y dicha significatividad está relacionada directamente con la existencia de relaciones entre el

conocimiento nuevo y el que ya posee el estudiante (Carretero, 1997), es decir, que se va a valer de los aprendizajes previos para que el aprendizaje nuevo quede afianzado pero sobre todo lo reflexione y se apropie de él.

Su origen surge del interés por conocer y explicar las condiciones y propiedades del aprendizaje, que se relacionan con formas efectivas y eficaces, provocando cambios cognitivos estables, susceptibles de dotar de significado personal y social. (Rodríguez & otros, 2008)

Son procesos de enseñanza y aprendizaje que contribuyen a la construcción de significados por parte de quien aprende, se basan en el descubrimiento, privilegian el activismo y argumenta que se aprende sólo aquello que descubre el estudiante. Además centra la atención en lo que ocurre en el aula cuando los estudiantes aprenden.

Según Mejía y Gómez (1992), la finalidad es aportar todo aquello que garantice la adquisición, asimilación y la retención de los contenidos que se ofrecen en las instituciones educativas, de esta manera, los estudiantes pueden atribuirle significado a dichos contenidos.

Ausubel, Novak y Hanesian (1983), afirman que el aprendizaje humano va más allá del cambio en la conducta solamente, produce un verdadero cambio en el significado de la experiencia del ser humano.

También argumenta que la experiencia no sólo utiliza el pensamiento, sino también hace uso de la afectividad, los cuales al complementarse enriquecen el significado de la experiencia del individuo, al relacionarse con las personas a su alrededor.

Sin embargo, para que esto se pueda llevar a cabo se necesita tener una disposición al aprendizaje, lo que desafortunadamente se ha dejado de lado, ya que se ha olvidado esa parte tan importante en el sistema educativo; debido a que el

propio sistema ha enseñado a aprender de manera no significativa, nos ha condicionado a aprender de manera memorística, sin pensar, sin reflexionar en los saberes que ellos transmiten y que no favorecen en nada a la parte afectiva que es sumamente importante para el desarrollo integral del ser humano y que tanto se menciona en los planes y programas del sistema educativo.

Debido a lo anterior, se ha aprendido que memorizar nos ayuda a pasar las asignaturas, tener diez, estar en el cuadro de honor, pero eso no ayuda a tener verdaderos aprendizajes que sean significativos, tampoco contribuye al bienestar emocional que requiere el estudiante para que éste logre desarrollarse integralmente.

Ausubel declara que el estudiante debe contar con “una disposición para relacionar sustancial y no arbitrariamente el nuevo material con su estructura cognoscitiva, como que el material que aprende es potencialmente significativo para él, es decir, relacionable con su estructura de conocimiento sobre una base no arbitraria” (Ausubel, Novak, & Hanesian, 1983); es decir, que el material con el que va a trabajar el estudiante pueda relacionarse, no al pie de la letra, con una estructura cognoscitiva que ya posee.

Ausubel también utiliza el concepto de asimilación como Piaget, él lo conceptualiza como el proceso mediante el cual “la nueva información es vinculada con aspectos relevantes y pre existentes en la estructura cognoscitiva, proceso en que se modifica la información recientemente adquirida y la estructura pre existente” (Ausubel, Novak, & Hanesian, 1983), modificando tanto el significado de la nueva información como el significado de la información con la que cuenta y se afianza.

Es por ello, que se requiere llevar a cabo un aprendizaje significativo, en donde dicho aprendizaje sea visto como acomodar y vincular los nuevos conocimientos adquiridos con los que se poseen, aunque estos no sean necesariamente correctos.

Por tanto, Carretero (1997) argumenta que resulta fundamental para el docente, no sólo conocer las representaciones que poseen los estudiantes sobre lo que se les va a enseñar, sino también analizar el proceso de interacción entre el conocimiento nuevo y el que ya poseen, por lo que no es tan importante el resultado sino más bien el proceso que le lleve a dar una respuesta determinada; esto de tener una interacción ya sea con alguien más o solo, lo que hace que se relacione de manera interpersonal o intrapersonal utilizando las competencias necesarias sin darse la importancia que tienen durante ese proceso.

El papel del docente en esta teoría, es llevar a cabo una “interacción” de los conocimientos que adquiere el estudiante junto con los conocimientos que ya posee y con estos lograr construir el aprendizaje de manera efectiva, pero ¿cómo llevar a cabo esa “interacción” para que los estudiantes puedan interesarse en el aprendizaje?

### **2.5.1 Motivación**

La motivación juega un papel muy importante dentro de los procesos de enseñanza y aprendizaje, por lo que Ausubel y otros (1983) afirman, que no se podrá llevar a cabo ningún aprendizaje si no existe la motivación como variable importante para que se lleven a cabo estos procesos.

Plantea que el motivo por adquirir un conocimiento en particular, es intrínseco, es decir, que consiste sencillamente en la necesidad que tiene el estudiante de saber algo y por lo tanto el lograr obtener este conocimiento, ya que es capaz de satisfacer el motivo subyacente; sin embargo, de igual manera existe la motivación extrínseca la cual viene de otras personas o cosas, es decir, que no pertenecen al estudiante internamente.

Ausubel (1983) sugiere que en el marco educativo, la motivación del logro tiene por lo menos tres componentes: el impulso cognoscitivo, la exaltación del yo y la afiliación.

La motivación ayuda a que el estudiante sea persistente en lo que desea obtener, se interesa por aprender más que sus compañeros y por lo tanto, logra llegar a las conclusiones de una manera más rápida y eficaz que los demás.

Cuando el estudiante se relaciona con sus compañeros y se percata de que es “mejor” que los demás, comienza a demostrarles las capacidades y destrezas que posee, Ausubel (1983) llama a esto “el mejoramiento del yo”, refiriéndose al aprovechamiento del estudiante, el cual obtiene un mayor nivel en él produciendo éxito y una persistencia mayor.

Debido a esto, en ocasiones se desea también la aprobación de los demás, por lo que busca asimilar las conclusiones y procedimientos de los otros, relacionando lo que le aportan a su estructura cognitiva; busca asegurar su filiación al grupo con el que comparte esos aprendizajes.

## **2.6 Vygotsky y la teoría sociocultural**

Por otro lado, se presenta la propuesta de Vygotsky, quien fundamenta que es de suma importancia apropiarse verdaderamente del aprendizaje. Este enfoque no se limita extremadamente al estudiante, más bien se da la libertad que necesita para descubrir y redescubrir como lo decían Piaget y Ausubel.

Para Vygotsky, la cultura es el determinante primario del desarrollo individual. Los seres humanos son los únicos que crean cultura y es en ella donde se desarrollan, a través de la cultura, los individuos adquieren el contenido de su pensamiento, el conocimiento; más aún, la cultura es la que proporciona los [medios](#) para adquirir el conocimiento. La cultura dice qué pensar y cómo pensar, da el conocimiento y la forma de construir ese conocimiento, por esta razón, Vygotsky sostiene que el aprendizaje es mediado.

Cuando se nace, solamente se tienen funciones mentales inferiores, las funciones mentales superiores todavía no están desarrolladas, a través de la

interacción con los demás, se va aprendiendo, y al ir aprendiendo, se van desarrollando las funciones mentales superiores de cada ser humano, algo completamente diferente de lo que se recibe genéticamente por [herencia](#).

La cultura proporciona las orientaciones que estructuran el comportamiento de los individuos, lo que los seres humanos perciben como deseable o no deseable depende del ambiente, la cultura a la que pertenecemos y la sociedad.

Vygotsky pensaba que los estudiantes construyen su propio conocimiento, razón por la cual no reproducen de manera pasiva los conocimientos que se les presentan.

Vygotsky (1979) expresa que la construcción cognitiva está mediada de manera social, está siempre influida por la interacción social, tanto presente y pasada; lo que el docente le comparte al estudiante influye en lo que éste “construye”, así como también los padres de familia, incluso sus compañeros, les comparten los conocimientos que poseen, de ahí es que surge la gran importancia que tiene la interacción social para poder llevar a cabo los procesos de enseñanza y aprendizaje.

Debido a la magnitud que establece en la construcción del conocimiento, Vygotsky subraya lo trascendente que es reconocer que el estudiante logre comprender realmente. En la interacción sensible y adecuada que se da con el estudiante, el docente puede discernir qué es lo que necesita el alumno, por ello es sumamente importante que el profesor posea las competencias necesarias para que pueda tener una adecuada interacción con sus alumnos.

De acuerdo con Vygotsky (1979), es imprescindible tomar en cuenta el aprendizaje como la apropiación del conocimiento, debido a esto se subraya el papel activo del alumno en este proceso.

Para Vygotsky, el contexto social influye en gran magnitud en el aprendizaje; tiene una profunda influencia en cómo se piensa y en lo que se piensa. El contexto social forma parte del proceso de desarrollo y, por lo tanto, moldea los procesos cognitivos.

Se entiende por contexto social al entorno social íntegro, es decir, todo lo que se haya modificado de manera directa o indirecta por la cultura en el contexto en el que se desenvuelve el estudiante (Lagunes & Bonilla, 2007).

Vygotsky (1979) sostenía que los estudiantes logran llevar a cabo su aprendizaje mediante la interacción social, ya que van adquiriendo nuevas y mejores habilidades cognitivas como proceso lógico de su inmersión a un modo de vida dentro del contexto en el que se encuentra.

Externa que las actividades que se llevan a cabo de manera colaborativa permiten a los estudiantes interiorizar las estructuras de pensamiento y comportamentales de la sociedad que les rodea apropiándose de ellas, razón por la que se lleva a cabo el aprendizaje.

### **2.6.1 Internalización**

Se le llama internalización a la “reconstrucción interna de una operación externa” (Vygotsky, 1979). El proceso de internalización se lleva a cabo cuando existen una serie de transformaciones:

- a) Una operación que inicialmente representa una actividad externa se reconstruye y comienza a suceder internamente, es decir, que se apropia de la actividad que recibe desde los demás. (Vygotsky, 1979)
- b) Un proceso interpersonal queda transformado en otro intrapersonal, esto quiere decir, que primero se encuentra en las personas que nos rodean y de ahí es tomada por el estudiante para hacerlo suyo en su interior. (Vygotsky, 1979)

c) La transformación de un proceso interpersonal en un proceso intrapersonal es el resultado de una amplia serie de sucesos evolutivos en el estudiante (Vygotsky, 1979).

La internalización de las formas culturales de conducta, implica la reconstrucción de la actividad psicológica con base a las operaciones con signos. El aprendizaje humano presupone una naturaleza social específica y un proceso mediante el cual los estudiantes acceden a la vida intelectual de aquellos que les rodean. (Vygotsky, 1979)

Este proceso puede ser entendido como el tránsito de una regulación externa social (interpsicológica) de los procesos cognitivos, apoyada por el lenguaje de terceros, a una regulación interiorizada individual (intrapsicológica) de los procesos cognitivos, mediante el lenguaje interno (Vielma & Salas, 2000).

Todo este proceso recibe el nombre de “ley de la doble formación” puesto que el conocimiento se adquiere procesándolo, primero, desde el exterior, con las “herramientas” y reestructurándolo luego en el interior, a través de los “símbolos”. (Vygotsky, 1979)

### **2.6.2 Las herramientas: signos y símbolos**

Los signos y los símbolos son las herramientas culturales que integran al alumno a la sociedad, y el principal mecanismo de esta unión lo constituyen el lenguaje y otras propiedades simbólicas. (Vygotsky, 1979)

El ser humano no tiene ingreso directo a los objetos, el ingreso es mediado a través de las herramientas psicológicas que posee y el conocimiento se construye a través de la interacción con los demás seres humanos mediada por la cultura, desarrollada histórica y socialmente. (Vygotsky, 1979)

Las “herramientas” (herramientas técnicas) son las expectativas y conocimientos previos del estudiante que transforman los estímulos informativos que

le llegan del contexto. Los “símbolos” (herramientas psicológicas) son el conjunto de signos que utiliza el mismo sujeto para hacer propios dichos estímulos, debido a esto modifican no los estímulos en sí mismo, sino las estructuras de conocimiento cuando aquellos estímulos se interiorizan y se convierten en propios. (Vygotsky, 1979)

Las “herramientas” tienen la función de orientar la actividad del estudiante hacia los objetos, busca dominar la naturaleza; los “símbolos” están internamente orientados y son un medio de la actividad interna que apunta al dominio de uno mismo. (Vygotsky, 1979)

Los conocimientos estructurados con ayuda de los mediadores (“herramientas” y “símbolos”) generan en el estudiante la mencionada zona de desarrollo próximo (ZDP), que le permite acceder a nuevos aprendizajes, creándose así un cierto grado de autonomía e independencia para aprender a aprender más.

### **2.6.3 Zona de desarrollo próximo**

Según Vygotsky (1979), el papel que juegan los adultos o los compañeros de clase más avanzados es el apoyo, dirección y organización del aprendizaje del alumno que cuenta con un aprendizaje menor, esto en el paso previo a que él pueda ser capaz de dominar esas facetas, habiendo interiorizado las estructuras conductuales y cognoscitivas que la actividad exige.

Esta orientación resulta más efectiva al ofrecer una ayuda para que los estudiantes puedan avanzar del Nivel Real de Desarrollo a la Zona de Desarrollo Próximo.

Así, se entiende por ZDP a la “distancia entre el nivel real de desarrollo, determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz” (Vygotsky, 1979).

De todos modos, subraya que el motor del aprendizaje es siempre la actividad del sujeto, condicionada por dos tipos de mediadores: “herramientas” y “símbolos”, ya sea autónomamente en la “zona de desarrollo real”, o ayudado por la mediación en la “zona de desarrollo potencial”.

Lo que aprendemos depende de las herramientas psicológicas que tenemos, y a su vez, las herramientas psicológicas dependen de la cultura en que vivimos, consiguientemente, nuestros pensamientos, nuestras experiencias, nuestras intenciones y nuestras acciones están culturalmente mediadas.

Se pueden deducir diversas aplicaciones concretas en [la educación](#), se hará mención brevemente algunas de ellas:

Ya que el conocimiento se construye socialmente, es adecuado que los planes y [programas](#) de estudio sean diseñados de manera tal que contengan en forma sistemática la interacción social, no sólo entre estudiantes y docente, sino entre alumnos y [comunidad](#), debido a la gran importancia que se ha registrado hasta ahora.

La zona de desarrollo próximo, de la cual ya se hizo mención, es imprescindible en los años iniciales del ser humano, pero no desaparecen con la niñez; siempre existen medios para producir condiciones que ayudarán a los alumnos en su aprendizaje y desarrollo.

Si el conocimiento es construido a partir de la experiencia, es conveniente introducir en los procesos educativos el mayor número de éstas; se deben incluir actividades que les ayuden a que el aprendizaje sea más significativo, que puedan experimentar y solucionar los [problemas](#) que se les presenten; el ambiente de aprendizaje posee una mayor relevancia que la explicación o mera transmisión de información.

Si el aprendizaje o construcción del conocimiento se da en la interacción social, la [enseñanza](#), debe situarse en un ambiente real, en situaciones significativas.

El lenguaje entendido como intercambio activo entre seres humanos es básico en el aprendizaje; desde esta perspectiva, las actividades colaborativas en [grupos de trabajo](#) deben fomentarse; es importante que se proporcione a los alumnos las oportunidades de participación en discusiones de alto nivel sobre el contenido de alguna asignatura.

Debido a lo anterior, el papel que desempeña un docente es muy exigente, ya que se debe desarrollar en los alumnos características con las que deben contar para el buen desempeño escolar. Anteriormente, el aprendizaje llegaba a darse de manera memorística y reproductiva, como se ha hecho mención, hoy en día, se exhorta a que el alumno responda a sus mismas preguntas, razón de ello es que se necesita una pedagogía operatoria que contribuya a que se den esos procesos.

## **2.7 Pedagogía operatoria**

Para llevar a cabo un buen aprendizaje, según Moreno (1997), se debe desarrollar en el estudiante algunas características, la principal, es poder crear en ellos un interés por conocer y que vaya más allá del aprendizaje solamente escolar. Este interés debe ser el apropiado para el alumno y no para los docentes, es decir, partir de los intereses de los estudiantes, poniéndonos en su lugar o simplemente preguntando a ellos directamente.

Moreno (1997) argumenta, que la selección del tema, como la forma de organización de las reglas de convivencia en el aula, se llevan a cabo en las clases de pedagogía operatoria, por medio del grupo clase, es decir, por todos los estudiantes y el docente, que tiene voz y voto.

El aprendizaje es un proceso activo en el que se experimenta, se cometen errores, se buscan [soluciones](#), se reflexiona y comprende la información que se

adquiere, pero es más la forma en que se presenta y la función que juega la experiencia del alumno.

Por lo tanto, el ser humano aprende, incluso por medio de los errores que comete, dejándolo que se equivoque algunas veces para poder adquirir los aprendizajes, es decir, que “Comprender es exactamente lo mismo, porque es llegar a un nuevo conocimiento a través de un proceso constructivo” (Moreno, 1997).

En conclusión, es este capítulo lo que realmente se quiere explicar es cómo el alumno construye su aprendizaje, dándose a partir del periodo de desarrollo cognitivo en el que se encuentre, de los aprendizajes previos que posea y de la interacción que se da con la información y las personas que lo rodean; la pedagogía operatoria anhela que los alumnos se sientan con la libertad de construir su aprendizaje con lo que ellos requieran dentro y fuera de las aulas, lo que le permite escoger el instrumento, recursos y método didáctico; su posición es la de un ser humano activo, que se cuestiona, reflexiona y realiza hipótesis para verificar si es o no cierto lo que él cree, mediante el diálogo con sus iguales; el docente por su parte sólo se encarga de ser un mediador, facilitador, guía u orientador para el alumno.

## **CAPÍTULO 3 “SUJETOS Y SÍNDROME DE BURNOUT”**

### **3.1 Caracterización de los sujetos**

Una vez que se explicó el contexto en el que se encuentra México, la importancia de la innovación, por qué es indispensable el constructivismo hoy en día, entre otras cosas, se procederá a caracterizar a los sujetos a quien va dirigida la propuesta pedagógica.

En la educación todos los actores que contribuyen en ella son importantes, desde aquellos que están en la administración de las escuelas, los padres de familia, las personas que realizan el aseo y por supuesto los alumnos y docentes, cada uno de ellos realiza su labor para que la educación en las escuelas marche debidamente.

Sin embargo, son estos últimos en los que recae en gran medida la responsabilidad de obtener “buenos” resultados; debido a lo anterior, se le exige a los docentes que se actualicen periódicamente. De ahí que sea pertinente buscar generar propuestas orientadas a que enriquezcan su trabajo docente, que reflexionen sobre su hacer y construyan estrategias desde y para sus condiciones específicas y las características de sus estudiantes.

Asimismo, es necesario ubicar el nivel educativo en el que puede ser más significativa la formación sobre un tema o asunto en especial; en este caso, las competencias emocionales, que son centrales en todos los procesos educativos –y por ello en todos los niveles- pero que pueden significar un impacto mayor, si se identifica el momento de desarrollo en el que facilitar su trabajo repercute en todo el proceso formativo del sujeto.

Existen investigaciones actuales, las cuales se centran en las experiencias que viven los niños en el contexto en el que se desenvuelven para la construcción de aprendizajes desde el nacimiento, por medio de la unión de experiencias sensoriales,

corporales, cognitivas y afectivas, a su propio ritmo y partiendo de la propia iniciativa (Secretaría de Educación Pública, 2013)c.

De igual manera, las investigaciones admiten que es en los primeros años de vida, que el desarrollo cerebral es demasiado significativo, ya que es por medio de la experiencia, que el cerebro de los bebés y los niños pequeños se transforma, fabricando las estructuras que necesita para el aprendizaje (Secretaría de Educación Pública, 2013)c.

En el niño, los primeros años de vida son primordiales para “un crecimiento saludable y armónico. Al nacer, los bebés cuentan con la habilidad para adaptarse activamente a su entorno, pero la posibilidad para poder lograrlo depende de los ambientes que les brinde el adulto” (Secretaría de Educación Pública, 2013)c, razón por la que justifico el trabajar en nivel preescolar.

En los niños durante sus primeros años de vida, se crea un apego con sus padres, parientes o personas cercanas a él, mismo que es relevante para su desarrollo; por lo que brindarles atención y cariño fortalece su seguridad y confianza, además de que permite la construcción de una formación integral; para que posteriormente, sean capaces de sobreponerse a los eventos o experiencias negativas, enfrentar situaciones difíciles y salir mejorados a pesar de estar expuestos a situaciones de riesgo (Secretaría de Educación Pública, 2013)c.

### **3.1.1 Neurociencias y aprendizaje infantil**

Se entiende por neurociencias al...

“conjunto de disciplinas que relacionan los procesos del sistema nervioso superior con la psicología y la ciencia cognitiva, tienen como objeto de estudio el cerebro humano; estas ciencias han posibilitado una mayor comprensión acerca de las bases para el proceso de aprendizaje y cómo se desarrolla y fortalece el cerebro de los bebés y niños pequeños” (Secretaría de Educación Pública, 2013)c.

Asimismo, algunas investigaciones y estudios al respecto han comprobado que los niños cuentan desde el nacimiento con una capacidad de aprendizaje que les autoriza desarrollar mejores capacidades (Secretaría de Educación Pública, 2013)c.

El cerebro del ser humano tiene aproximadamente cien mil millones de neuronas, las cuales crecen y se conectan entre sí; dichas conexiones producen el control de los movimientos, las emociones y los sentidos. Es por ello que el desarrollo cerebral de los niños en los primeros años de vida se va constituyendo con la unión de nuevas experiencias. Los avances recientes en el campo de las neurociencias reconocen la necesidad de afirmar que las experiencias que se tengan durante los primeros años de vida, repercutirán de manera notoria en el funcionamiento físico, cognitivo, emocional, social y cultural, lo anterior debido a que las conexiones neuronales, es decir, la sinapsis, alcanzan su mayor densidad, estableciendo con ello las bases para el aprendizaje futuro (Secretaría de Educación Pública, 2013)c.

Los estudios del desarrollo infantil relacionan la construcción de diversas capacidades, como los esquemas motrices, el manejo simbólico, la regulación emocional, la percepción y comprensión de señales, el razonamiento y la conciencia, a la relación que existe entre los niños y adultos en contextos diversos y específicos (Secretaría de Educación Pública, 2013)c, siendo uno de ellos la escuela.

Debido a lo anterior, se apunta que los niños entre más pequeños pueden tener una relación emocional satisfactoria con las personas que los rodean, lo que contribuye en el desarrollo del que depende el aprendizaje; entonces, es fundamental trabajar con el segmento de profesores que atiende a esos niños.

Así, esta propuesta va dirigida a los docentes en nivel preescolar, ya que es en los primeros años de vida que se ejerce "...una influencia muy importante en el desenvolvimiento personal y social de todos los niños; en ese periodo desarrollan su identidad personal, adquieren capacidades fundamentales y aprenden las pautas básicas para integrarse a la vida social" (Secretaría de Educación Pública, 2011)a, es

por ello que es un nivel muy importante, ya que es el primer encuentro con la vida escolar.

Esos primeros años conforman un periodo de un gran aprendizaje y desarrollo, mismo que tiene como origen la propia constitución biológica o genética, pero en el cual ocupan un papel importante las experiencias sociales, es decir, la relación que existe con otras personas (Secretaría de Educación Pública, 2011)a.

Debido a lo anterior, es muy importante que desde temprana edad se optimice la educación, ya que es el cimiento donde se comenzará a construir el ser humano, en cuanto a la parte colegial, que en un futuro será el adulto del cual dependerá este mundo.

El Artículo Tercero Constitucional expresa que la educación que “...imparta el Estado tenderá a desarrollar armónicamente, todas las facultades del ser humano...” (Secretaría de Educación Pública, 2013), es por ello que se debe contar con docentes que posean las competencias necesarias para poder lograr el objetivo del que se habla.

Del mismo modo, los fundamentos del programa de la educación preescolar se desprenden de ese mismo artículo, definiendo los valores que deben llevar a cabo durante el proceso de formación de los seres humanos, al igual que los principios bajo los cuales se constituye la sociedad. Este artículo menciona que la educación procurará desarrollar todas las facultades del ser humano, al mismo tiempo de promover la convivencia humana en cuanto a la expresión social del desarrollo armónico orientado hacia el bien común. (Álvarez G. , 1994)

En la Reforma constitucional de 2013, se integra el concepto de calidad como una

“...característica esencial de la educación, definida como un derecho humano de todos. La importancia de los docentes en el Sistema Educativo Nacional (SEN) radica en su capacidad para concretar dicho derecho. Representan el primer punto de contacto del sistema educativo

con los niños y jóvenes, así como con sus familias, y son corresponsables de mejorar los aprendizajes de sus alumnos. Por ello, los docentes son un factor clave en las reformas recientes al SEN y están en el centro de atención de las políticas públicas” (Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación, 2015).

De la misma manera, se observa que la gran...

“...amplitud de tareas pedagógicas y formativas a cargo de un docente depende del nivel educativo, e incluso del tipo de servicio al que está adscrito. En la práctica, los docentes de educación preescolar y primaria, [...] están encargados de desarrollar prácticamente todos los campos curriculares en un grado escolar, los cuales han sido establecidos con el propósito de lograr una formación básica en el terreno cognitivo, pero también para contribuir al desarrollo sociomoral, emocional y físico de los niños y jóvenes” (Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación, 2015).

Sin embargo, a pesar de que se encuentra en el discurso y de seguir formando a los docentes en múltiples áreas, que aunque son de gran utilidad no cubren todas las que necesitan, las exigencias a los profesores son múltiples: asistir a cursos, llevar un control de cada uno de los alumnos a su cargo, planeaciones de sus clases, así como un sinnúmero de requisitos administrativos, además de estar al frente de un grupo de niños; todo ello origina que en algunos docentes se comience a presentar un cambio personal, mismo que afecta su desempeño laboral.

Debido a lo anterior, es que decidí trabajar con los docentes de nivel preescolar, además de no considerarse en el plan de estudios ningún aspecto que le dé a los docentes de preescolar, elementos para atender este punto fundamental que es el desarrollo emocional; aunado a esto, los docentes no cuentan con la formación que se requiere para trabajar esta dimensión.

### **3.1.2 Profesorado de preescolar**

Recientemente, el Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación (INEE) (2015), realizó un informe sobre los docentes del país. En él se puede observar que en menos de cien años, de 1921 a fines de 2012, la población aumentó ocho veces,

al pasar de 14.3 millones de personas al inicio del sexenio del presidente Álvaro Obregón, a 117 millones a finales del periodo del presidente Felipe Calderón.

Del mismo modo argumenta que durante los primeros cuarenta años del siglo XX, el impulso que hubo por parte del Estado mexicano a los niveles educativos de preescolar, secundaria y media superior fue limitado y menos poderoso que el recibió el nivel primaria, a partir de entonces, el crecimiento de esos niveles educativos fue apresurado hasta detenerse a principios de la década de los ochenta; a consecuencia de ello, a finales de 2012 el número de alumnos incrementó aproximadamente 4.8 millones en educación preescolar (Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación, 2015).

Al comenzar el ciclo 2013-2014, se encontraban 1 201 517 docentes enseñando en 228 205 escuelas de educación básica encargados de 25 939 193 alumnos, de los cuales sólo 227 356 docentes trabajaban en escuelas de educación preescolar dando atención a 4.8 millones de niños (Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación, 2015).

En el nivel preescolar, los docentes están "...acreditados profesionalmente y, por lo general, son egresados de escuelas normales o de licenciaturas afines, como educación y pedagogía" (Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación, 2015).

El tipo de servicio que sobresale en la educación básica es el general, es por eso que es mayor el número de docentes encargados, en el nivel preescolar la proporción se eleva a 83%. Sólo el 81% de los docentes en nivel preescolar labora en escuelas que se sostienen públicamente (Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación, 2015).

A pesar de que en México no está prohibido que un docente (hombre) pueda impartir clases en ese nivel, las "...escuelas de educación preescolar [...] son

preferentemente atendidas por mujeres. En preescolar hay 93 educadoras por cada 100 docentes” (Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación, 2015).

Por si esto fuera poco, el 51.6% de las educadoras cuentan con licenciatura concluida y sólo el 9% con posgrado. El porcentaje de quienes no han completado la normal o la licenciatura es reducido (inferior a medio punto porcentual). Se contempla un porcentaje del 8% que informa que su formación más alta es el nivel bachillerato, lo que propone la presencia de técnicos docentes que apoyen a las educadoras (Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación, 2015).

En cuanto al perfil escolar de las educadoras, éste se ha ido mejorado de una manera gradual, ya que entre las generaciones de mayor edad existe un menor porcentaje de quienes informan que cuentan con licenciatura completa y posgrado que los examinados entre las menores de 40 años, quienes estuvieron expuestas a la apertura de universidades, a los normalistas y a la transformación de las normales en instituciones de educación superior (Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación, 2015).

Como se hizo mención, se requiere elevar la calidad de la educación, pero eso implica de manera necesaria que se mejore el desempeño de todos y cada uno de los que componen el sistema educativo: docentes, estudiantes, padres y madres de familia, tutores, autoridades, materiales de apoyo, así como el Plan y los programas de estudio (Secretaría de Educación Pública, 2011)a.

En lo que concierne a esta propuesta, de entre todos ellos, tomaremos la formación docente, la cual requiere de “...la práctica, marcos referenciales y conceptuales, líneas temáticas, métodos y técnicas de enseñanza de una institución determinada, dirigidos a construir y transmitir saberes para una población magisterial específica” (Secretaría de Educación Pública, 2011)a.

No obstante, los docentes en preescolar se han quedado en el olvido (y no me refiero a actualizarse constantemente en algunos temas relacionados con su trabajo),

más bien me refiero a su persona, a lo que sienten cuando se enfrentan a situaciones que creen no podrán resolver, situaciones en las que jamás se habían encontrado, además de la sobre carga de trabajo y un sinnúmero de situaciones en las que se encuentran día a día.

Lo anterior, se ha pasado por alto, a pesar de tener una importante relación con su salud laboral, ya que los mecanismos con que el docente afronta y confronta las exigencias propias del medio ocupacional, se encuentran en sus distintos niveles (organizacional, grupal e individual), ocasionando estrés y éste a su vez se refleja en la salud mental, desempeño y satisfacción laboral (González, Cruz, & Franco, 2006).

Aunado a esto, se encuentran los relacionados con el contenido de trabajo, el grado de responsabilidad, el conflicto, la ambigüedad de rol, los contactos sociales, el clima de la organización, el contacto con alumnos, la carga de trabajo, los horarios irregulares, la violencia en los espacios laborales, el ambiente físico en el que se realiza el trabajo y el no tener oportunidad de exponer la quejas e inseguridad en el empleo, entre los más reportados (Mamani, Obando, Uribe, & Vivanco, 2007).

Un aspecto importante para el desarrollo armónico del alumno en las áreas social, intelectual, corporal y emocional, es que se les proporcione cariño, asimismo a enseñarles a dar afecto. Un docente agotado emocionalmente tendrá serias dificultades para poder dar respuesta a esta exigencia (Galván, Aldrete, Preciado, & Medina, 2010).

Asimismo, pudiera existir un factor de riesgo entre este grupo de profesionistas, en quienes están ejerciendo una profesión que no fue su primera opción, sino que fue una alternativa profesional cercana a sus condiciones sociales, económicas o culturales; o bien, que la elección de la carrera, puede corresponder a una tradición familiar o por inducción se orientó a las mujeres a ingresar en un espacio laboral que pueden combinar con su situación familiar (Galván, Aldrete, Preciado, & Medina, 2010).

Si los docentes no poseen la capacidad necesaria para enfrentar las diversas situaciones que se le presenten puede generar estrés, y si éste es constante, la consecuencia es que puede desarrollar el síndrome de Burnout.

### **3.3 Síndrome de burnout**

El Síndrome de burnout o síndrome de desgaste o del quemado, como también se le conoce, es “un padecimiento que se produce como respuesta a presiones prolongadas que una persona sufre ante factores estresantes emocionales e interpersonales relacionados con el trabajo” (Forbes, 2011), llevándola a que no se pueda desempeñar debidamente en su área de trabajo, perdiendo inclusive el interés por hacerlo sin importar las consecuencias de ello.

El primero en describir el Síndrome de Burnout fue el psicólogo neoyorquino Herbert Freudenberger, estudió en el año de 1974 el proceso por el cual él y otras personas sufrían de agotamiento emocional, pérdida de la motivación y falta de compromiso laboral, definiéndolo como “un conjunto de síntomas físicos y psíquicos (hundimiento físico y emocional) sufridos por el personal sanitario como resultado de las condiciones de trabajo” (Freudenberger, 1974), describía el estado físico y mental que encontró entre jóvenes y algunos voluntarios con relación al trabajo que desempeñaban en una clínica de desintoxicación, tiempo después pudo observar que muchas de esas personas se sentían fatigados, reaccionaban violentamente, desarrollando una actitud no grata hacia los pacientes.

Más tarde Christina Maslach (profesora de la Universidad de San Francisco) y Susane Jackson (1981), demostraron que el Síndrome de Burnout surge como un problema social, lo introdujeron en el ambiente psicológico, reservando el concepto para referirse al desgaste profesional que sufren los trabajadores de los Servicios Humanos como personal de enfermería, empresas, docentes, etcétera, es decir, en aquellas profesiones que se tenga un trato directo con las personas.

Debido a lo anterior, Maslach y Jackson (1981) consideraron que el Síndrome de Burnout es tridimensional con diferentes características:

Agotamiento emocional (AE), refiriéndose al desgaste, pérdida progresiva de energía, cansancio y fatiga, la cual puede aparecer de manera física o psicológica.

Despersonalización, el cual se caracteriza por sentimientos y conductas de distanciamiento ante los problemas, actitudes negativas y frías hacia los compañeros de trabajo, además de comportamientos peligrosos.

Falta de realización personal en el trabajo (FRP), como resultado de actitudes de insensibilidad y cinismo, existe una disminución de los sentimientos de competencia y desempeño exitoso, con una serie de respuestas negativas hacia sí mismo y hacia la ocupación que desempeña. Existe una mayor irritabilidad, tensión, depresión y aislamiento de las relaciones profesionales, con una baja productividad y falta de motivación laboral.

### **3.3.1 Características del síndrome de burnout**

Se considera este síndrome como una de las posibles respuestas al impacto acumulativo del estrés laboral crónico. Asimismo, otros autores lo consideran como la parte final de un proceso de adaptación/inadaptación entre las demandas y los recursos del sujeto; mientras que el estrés se refiere a procesos temporales más breves.

El Síndrome de Burnout está relacionado con actitudes negativas hacia las demás personas, el trabajo y la organización en la que colabora la persona que lo posee, cosa que no ocurre en el estrés, además de que siempre se tienen efectos negativos con el Burnout (Junta de Andalucía, Consejería de Educación, sin año).

Algunas características del Síndrome de Burnout (Graue, Álvarez, & Sánchez, 2007) son:

1. Agotamiento emocional, fatiga y depresión.
2. Relación de los síntomas con la actividad laboral.
3. Predominancia de estos síntomas en los ámbitos mentales y conductuales sobre el cansancio físico.
4. Aparición de los síntomas en personas normales sin antecedentes “psicopatológicos”.
5. Ineficiencia y pobre desempeño en el trabajo.

Hoy en día, dicho síndrome es considerado una enfermedad que se explica en el índice internacional de la Organización Mundial para la Salud ICD-10 (Codificación Internacional de enfermedades, 10 edición), como “Problemas relacionados con el desgaste profesional (sensación de agotamiento vital)”, dentro de la categoría más amplia [...] de “problemas relacionados con dificultades para afrontar la vida” (Forbes, 2011), debido a lo anterior es que cobra gran importancia a nivel mundial, mismo que interesa tratar de una manera óptima.

### **3.3.2 Síntomas y consecuencias del síndrome de burnout**

El Síndrome de Burnout no consiste sólo en el cansancio habitual que se puede “recuperar” con algunos días de descanso, fundamentalmente se basa en una serie de padecimientos a nivel psicológico, físico, social y también en relación con el trabajo.

Debido a lo anterior, se genera un deterioro en las relaciones interpersonales, aparece la depresión, ansiedad, irritabilidad, incluso se dificulta tener una mejor concentración. Asimismo, las personas que poseen este síndrome se comienzan a distanciar de las personas con las que llevan una relación e incluso las evitan, iniciando problemas de manera conductual, lo que puede progresar hacia conductas con un alto riesgo, es decir, comportamientos que exponen su salud, así como conductas orientadas al suicidio, entre otros. El cansancio del que se habla se da a nivel emocional, abarcando tanto la relación con otras personas como la relación con él mismo y el nivel propio del sentimiento de autorrealización.

Algunos de los daños físicos que pueden sufrirse a consecuencia del síndrome son “insomnio, deterioro cardiovascular, úlceras, pérdida de peso, dolores musculares, migrañas, problemas de sueño, desórdenes gastrointestinales, alergias, asma, fatiga crónica, problemas con los ciclos menstruales o incluso daños a nivel cerebral” (Forbes, 2011).

En ocasiones, las personas que poseen este síndrome, al querer salir de donde se encuentran sumergidos, optan por tomar algunas medidas que no son la mejor opción y tanta es la desesperación por querer ser como antes de padecer el síndrome que desafortunadamente no acuden con personas especializadas para que éstas las ayuden, abusando de algunas sustancias (drogas, fármacos, etcétera.), de igual manera se presentan enfermedades psicosomáticas las cuales son también signos característicos del síndrome (Forbes, 2011).

Anteriormente se mencionó que el síndrome interfiere al relacionarse con otras personas, por lo que el entorno laboral también se transforma, por lo tanto, es de esperarse que se tenga un bajo rendimiento en la calidad o productividad del trabajo, una actitud negativa hacia las personas a las que se les da algún servicio, de igual manera al relacionarse con sus compañeros, se nota un aumento del absentismo y una disminución del sentido de realización, así como también un bajo umbral para soportar la presión y algunos conflictos que se llegan a suscitar, entre otros factores (Forbes, 2011).

### **3.3.3 Causas del síndrome de burnout**

Debido a la gran variedad de consecuencias o síntomas del síndrome, es complicado establecer un grupo de causas para la enfermedad; sin embargo, los estudios que se han realizado en el campo de la salud y la psicología organizacional han encontrado algunos factores que generan el Síndrome de Burnout, mismos que merecen especial atención (Forbes, 2011).

Como primer lugar en los agentes de riesgo, el Síndrome de Burnout se relaciona con funciones laborales que ligan al trabajador y sus servicios directamente con “clientes”, en condiciones en las cuales la relación con éstos es parte de la naturaleza del trabajo. Lo anterior no significa que no se pueda presentar en otro tipo de labores, pero en general doctores, enfermeras, trabajadores sociales, docentes, vendedores puerta a puerta, encuestadores, oficiales de cobro y otros muchos oficios y profesiones tienen mayor riesgo de desarrollar, con el tiempo, el síndrome (Forbes, 2011).

Del mismo modo, se suele caracterizar por horarios de trabajo excesivos, altos niveles de exigencia, muchas veces valorados positivamente desde lo laboral y donde estas características se han transformado en un hábito, generalmente inconsciente, en anhelo de cumplir las labores asignadas o los objetivos ficticios impuestos (Forbes, 2011).

En definitiva, las condiciones antes mencionadas al conjeturarse, pueden llegar a generar el síndrome de burnout en circunstancias donde haya una exageración de trabajo, desvalorización del puesto que tiene o del trabajo hecho, trabajos en los cuales prevalecen confusiones entre las expectativas y las prioridades, falta de seguridad personal y por ende laboral, así como abundante compromiso en la relación con las responsabilidades del trabajo (Forbes, 2011).

Dado que ya se mencionaron algunas condiciones, se puede decir que el estrés laboral es la condición principal para el desarrollo de dicho síndrome, llegando a él mediante un proceso de acomodación psicológica llevado a cabo entre el trabajador que se encuentra estresado y el trabajo que es estresante.

## **CAPÍTULO 4 “LA EDUCACIÓN EMOCIONAL Y EL MÉTODO”**

### **4.1 Las emociones en el aprendizaje**

Mi propuesta para contribuir a un mejor desempeño escolar en los procesos de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes es mediante los docentes, ya que pienso que si se atiende a los docentes van a tener un mejor desempeño laboral y con ello contribuirán a que se pueda llevar a cabo una educación de calidad.

Es bien sabido que para estar bien con los demás se debe estar bien con uno mismo, que no se puede dar lo que no se tiene y es por eso que se trabajará con los docentes, pero desde el ámbito emocional; de esta manera podrán disfrutar al realizar cada una de las actividades en su trabajo y con ello mejorar el desempeño escolar, en lugar de estresarse cada vez que tengan que estar laborando dentro y fuera de las aulas.

Marchesi y Díaz (2008), argumentan que el trabajo que realizan los docentes está basado principalmente en las relaciones que se dan con los alumnos y con los compañeros de trabajo, por lo que las experiencias emocionales son permanentes. Algunos docentes pueden hacer que las emociones positivas predominen; sin embargo, en algunos más predominan las emociones negativas, llevándolos a estar mal en lo laboral.

De igual manera De Pablos y González (2012), señalan que las emociones que tienen los docentes son resultado de la relación que se da con los alumnos y compañeros con los que laboran; asimismo, dependen de las demandas y exigencias del sistema educativo. Por lo tanto, si el trabajo de los docentes está colmado de emociones y ocupa un papel definitorio en la satisfacción profesional de los mismos, es necesario interesarse por su bienestar emocional.

A consecuencia de ello, el bienestar pedagógico se entiende, según De Pablos y González, como “la valoración cognitiva y emocional del profesorado donde

la felicidad, la sensación de plenitud, la autoestima, la motivación y la satisfacción por su trabajo son algunas cuestiones que pueden influir notablemente en los niveles de bienestar del profesorado” (De Pablos & González, 2012), razón por la cual se debe prestar gran atención a contribuir en la formación y estabilidad de los docentes que se encuentran frente a un grupo; de esta manera el profesorado que está formado, pero sobre todo comprometido, será también más propenso a innovar en el área en la que labora.

Dicho lo anterior, se concluye que es inevitable que el docente cuente con las competencias necesarias para desempeñarse de una mejor manera en su ámbito laboral, pero no sólo se hace referencia a las competencias cognitivas, sino también a las competencias emocionales, dejando estas últimas un poco olvidadas, sin saber que son igualmente importante que las cognitivas, sin estar separadas una de la otra.

Por esta razón, es importante que los docentes adquieran esas competencias que exige el sistema educativo para lograr que su desempeño sea de calidad; sin embargo, los docentes no logran apropiarse de estas competencias únicamente con la formación inicial o al comenzar su vida profesional; se desarrollan, afianzan, complementan, extienden, reestructuran o deterioran a lo largo de la vida profesional. Por tanto, el afianzamiento de cada una de esas competencias profesionales transita por diferentes etapas.

En consecuencia, los docentes deben apropiarse, reconstruir y consolidar a lo largo de su vida profesional las competencias técnicas que se exigen en la educación, pero también deben cuidar su equilibrio afectivo.

Por consiguiente, es importante saber acerca del papel que juegan las emociones en la práctica de los procesos de enseñanza y aprendizaje, ya que estas emociones se encuentran presentes en el aula, tanto en los alumnos como en los docentes, de tal manera que las relaciones emocionales pueden producir crecimiento de ambas partes, asimismo desgaste o sufrimiento en algunas de ellas, o en ambas (Palomero, 2005).

A consecuencia de lo anterior, es necesario que exista una educación emocional, ya que, como se ha observado a lo largo de la historia, la mayoría de las veces sólo se educa cognitivamente en el sistema educativo; aún a pesar de que en el discurso se argumente que es indispensable formar a un ser integral, la dimensión afectiva queda de lado, por lo que se evita que los seres humanos puedan tener la formación necesaria.

## **4.2 Educación emocional**

La educación emocional es fundamental para todo ser humano, sin embargo, los docentes son los primeros que deben contar con una educación de este tipo para poder afrontar todas las situaciones que se les lleguen a presentar sin llegar a un desgaste tan alto; esta educación debe estar presente en los procesos de formación inicial y permanente; por esa razón, es esencial impulsar una formación integral en los docentes, la cual ayudará en su incremento en habilidades de vida, toma de conciencia, nivel de madurez, equilibrio afectivo, capacidad para discernir y para la toma de decisiones.

Lo anterior, auxilia a que se favorezca la prevención del estrés, la depresión y los conflictos, les permite aprender a ser y a estar, para que de esta manera pueda formarse emocionalmente, lo que le ayudará a poseer las competencias necesarias para manejar sus propias vidas, en empatía, capacidad relacional y de ayuda, comprendiendo los procesos relacionales que se producen en el aula y fuera de ella (Palomero, 2005).

Marina en su documento "Precisiones sobre la educación emocional" (2005), afirma que la educación emocional no es un descubrimiento innovador como parece, ya que Sócrates, Platón, Aristóteles, Epicuro, Epicteto o Séneca fueron los primeros en educar los sentimientos.

Por otro lado, es necesario saber que emoción y sentimiento no es lo mismo, en algunas ocasiones se piensa por igual, sin embargo, no es así; por lo que es fundamental hacer esta diferencia para evitar confusiones más adelante.

Emoción y sentimiento, por lo general, se utilizan de manera similar en el lenguaje coloquial, razón por la cual la mayoría de las veces no existe una explicación clara de estas dos concepciones, incluso en el lenguaje científico, distintos autores utilizan diferentes características para distinguirlos, de ahí que existe una gran confusión (Berastegi, 2007).

Según la Real Academia Española (2014), la palabra sentimiento puede tener tres definiciones: la primera se conceptualiza como la acción y efecto de sentir o sentirse, posteriormente la define como un estado afectivo del ánimo, producido por causas que lo impresionan vivamente y por último como un estado del ánimo afligido por un suceso triste o doloroso.

Por otro lado, se define a la emoción como la “alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática... [o como un] interés expectante con que se participa en algo que está ocurriendo.” (Española, 2014)

Otra definición que se encuentra en la Real Academia Española sobre el concepto de emoción es el “estado de ánimo caracterizado por una conmoción orgánica consiguiente a impresiones de los sentidos e ideas o recuerdos, la cual produce fenómenos viscerales que percibe el sujeto emocionado.” (Española, 2014)

Jaume Cela define emoción como “estado de ánimo caracterizado por una conmoción orgánica consiguiente a impresiones de los sentidos e ideas o recuerdos, la cual produce fenómenos viscerales que percibe el sujeto emocionado” (Cela, 1998).

No obstante, quien conceptualiza a la emoción de una mejor manera es Rafael Bisquerra quien dice que es un “**estado complejo del organismo** caracterizado por una excitación o perturbación que puede ser fuerte. Son reacciones afectivas, más o menos espontáneas, ante eventos significativos. Implica una evaluación de la situación para disponerse a la acción. La duración de una emoción puede ser de algunos segundos a varias horas” (Bisquerra, 2003).

El mismo Bisquerra dice que el objetivo de la educación emocional es

“el desarrollo de competencias emocionales: conciencia emocional, regulación emocional, autogestión, inteligencia interpersonal, habilidades de vida y bienestar. La práctica de la educación emocional implica diseñar programas fundamentados en un marco teórico, que para llevarlos a la práctica hay que contar con profesorado debidamente preparado; para apoyar la labor del profesorado se necesitan materiales curriculares; para evaluar los programas se necesitan instrumentos de recogida de datos, etc” (Bisquerra, 2003),

Lo anterior contribuye a un mejor bienestar personal y social; dando como resultado una mejor relación en el aula y fuera de ella, misma que sirve para que la educación sea de calidad.

De acuerdo con Bisquerra, la educación emocional es

“una respuesta a las necesidades sociales que no están suficientemente atendidas en el currículum académico ordinario. Para justificar la inteligencia emocional dentro del ámbito educativo se menciona: “La finalidad de la educación es el pleno desarrollo de la personalidad integral del alumnado. En este desarrollo pueden distinguirse, como mínimo, dos grandes aspectos: el desarrollo cognitivo y el desarrollo emocional” (Bisquerra, 2003).

La educación emocional es un engranaje de competencias, ya sean personales como de relación social, en las que las emociones de cada persona, su conocimiento y su autorregulación tienen un papel fundamental. Por esta razón, el conjunto de competencias podrá ser de mucha utilidad a todo aquél que desempeñe una labor docente, tanto para controlar su estrés como para intensificar su motivación como la de sus alumnos.

### 4.2.1 Competencias emocionales

La educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de competencias emocionales, por lo que se hablará de ellas para saber a qué se refiere dicho término.

Se entiende por competencia emocional al...

“conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender expresar y regular la forma apropiada de los fenómenos emocionales. Dentro de las competencias emocionales están la conciencia y regulación emocional, autonomía emocional, competencias sociales, habilidades de vida y bienestar” (Bisquerra, 2003).

Entre las competencias que se trabajarán se encuentran:

- **Conciencia emocional.-** Se refiere a la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de los demás, así como del clima emocional de un contexto determinado.
- **Autonomía personal (autogestión).-** Se define como la parte que tiene que ver con la autoestima, actitud positiva, responsabilidad, siendo ésta la capacidad para analizar de manera crítica las normas sociales, buscar ayuda y recursos, autoeficiencia emocional.
- **Regulación emocional.-** Se define como la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Conciencia de la relación entre emoción- cognición-comportamiento, buenas estrategias de afrontamiento y automotivación.
- **Inteligencia interpersonal.-** Se refiere a la capacidad para sostener buenas relaciones con otras personas, es decir, dominar habilidades sociales, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etcétera.

- **Habilidades de vida y bienestar.-** Capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables de solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales.

### **4.3 Método**

En el Capítulo 2, se abordó la perspectiva pedagógica desde la cual es pertinente la formación integral; de ahí se desprendió la necesidad de caracterizar a los destinatarios (profesoras) y de exponer la postura que sustenta el contenido de aprendizaje: competencias emocionales. Ahora es necesario, abordar el método didáctico, que hará posible el desarrollo de esas competencias, por parte de las professoras.

Según Alves de Mattos (1990), el método didáctico es “la organización racional y práctica de los recursos y procedimientos del profesor, con el propósito de conducir el aprendizaje de los alumnos hacia los resultados esperados, esto es, orientar a los alumnos” (Alves, 1990), como diría Vygotsky desde la zona de desarrollo alcanzado hasta la zona de desarrollo próximo, aprovechando el tiempo, las circunstancias en las que se encuentra y los sucesos que se presentan en el contexto en el que se desarrollan, dominando de manera segura y satisfactoria la asignatura, con ello, se contribuye a que el estudiante posea las competencias necesarias para enfrentarse a la vida en sociedad y se forme de una mejor manera para su trabajo profesional en un futuro.

Lo que se pretende con el método didáctico es que en los alumnos se lleven a cabo los procesos de enseñanza y aprendizaje de una mejor manera, dentro de las situaciones de la realidad en que la enseñanza se desarrolla.

El método didáctico se maneja por cinco principios fundamentales: El principio de la finalidad, en él se busca alcanzar ciertos propósitos didácticos, elaborados a partir del saber hacer del docente; estos propósitos “deben ser” claros y el estudiante

debe tener un dominio de ellos, ya que éstos son los que dan sentido y significado al método.

El segundo principio es el de la ordenación, el cual Implica adaptar de manera organizada, jerarquizada y sistematizada los contenidos de las asignaturas, los procesos de enseñanza y aprendizaje, y los recursos didácticos, para propiciar el aprendizaje de los estudiantes de acuerdo a los propósitos esperados.

Otro más de los principios es el de la adecuación, en este se procura adecuar los contenidos de una asignatura en específico; a partir de actividades en los procesos de enseñanza y aprendizaje, jerarquizadas, sistematizadas y organizadas con anterioridad, de acuerdo al nivel de desarrollo alcanzado de los estudiantes, estos deben ser significativos en relación con su entorno, desafortunadamente, este principio no se toma en cuenta, siendo la razón por la que la enseñanza se desmorona, aunque el material sea potencialmente significativo; si no se toma en cuenta los conocimientos previos de los estudiantes o el interés de cada uno por aprender, no se lograrán los propósitos del método didáctico.

El penúltimo principio se refiere a la economía, pretende cumplir los propósitos de una manera eficiente, evitar pérdida de tiempo, material y esfuerzo por parte del docente y los alumnos, sin olvidarse de la calidad de la enseñanza y del aprendizaje, el cual debe posibilitar los propósitos didácticos de manera eficiente, pretendiendo la perfección de estos procesos.

El último de los principios es el de la orientación, intenta dar a los alumnos una guía segura, concreta y definida, para aprender todo lo que se plantea aprender, consolidando actitudes y hábitos para aprender más y de una mejor manera no sólo en el ámbito escolar, sino para toda su vida.

El método didáctico según Alves de Mattos (1990), distingue entre recursos, técnicas y procedimientos, los primeros se refieren a los materiales con los que se dispone para que se lleve a cabo el aprendizaje de los estudiantes; el segundo se

refiere a las maneras racionales de manejar una o más fases del aprendizaje escolar, una misma técnica se puede llevar a cabo mediante distintos procedimientos didácticos y los terceros son fragmentos o series de actividades docentes en una determinada fase de la enseñanza.

Debido a todo lo anterior, es que el “método acompaña el proceso de aprendizaje en todas sus fases, desde la inicial hasta la final, para producir los resultados deseados” (Alves, 1990), llevándolas a cabo mediante secuencias didácticas.

Una secuencia didáctica, es el conjunto de actividades de enseñanza y aprendizaje organizadas, sistematizadas y jerarquizadas, que se da a través del método didáctico.

Por otra parte se encuentra la dimensión sociopolítica, la cual se puede observar en la didáctica, ya que está relacionada con la docencia, porque es en el trabajo docente donde se verá que él se encarga de llevar a cabo el método didáctico que se empleará con los estudiantes con ayuda de la elaboración de secuencias didácticas.

El trabajo docente está limitado por el contexto sociopolítico y éste se divide en dos extremos: aquél en el que se ve al docente como un ejecutor y en el que se ve al docente como profesional, autónomo y responsable.

#### **4.3.1 Método socioafectivo**

El desarrollo de competencias emocionales, requiere de secuencias que permitan adquirir conciencia de las propias emociones; es decir, supone el trabajo personal sobre sí mismo, en relación a las emociones y sentimientos, y cómo éstas se concretan en formas de ser y hacer con y para los otros. Ello requiere pensar en un método que coloque en el centro del trabajo las emociones y las relaciones sociales de quienes aprenden; de ahí que se considere pertinente retomar el Método socioafectivo.

Surge aproximadamente en el año de 1972, cuando un grupo de profesores de diferentes países se reunieron en el seminario de Educación para la Paz de la APDH (Asamblea Permanente de los Derechos Humanos), para que crearan un

“...nuevo proyecto experimental en educación para la comprensión internacional, tenía su constatación empírica al observarse cómo en determinadas escuelas y países con tradición en programas de EP [Educación para la Paz]... se producía un fenómeno curioso: “la aparición de un nuevo tipo de alumno modélico, capaz de aprender y memorizar cualquier cosa, incluso lo que se le enseñaba sobre las duras condiciones de la vida en África y, sin embargo, carente de una concepción global y solidaria del mundo. Pronto se percataron que saber mucho sobre África no presupone que la actitud personal hacia sus habitantes vaya a cambiar” (Jares X. , 2003).

Como se puede observar, no es necesario sólo la información (aunque ésta sea esencial) que se le brinda al estudiante, sino que se requiere de algo más como lo son las actitudes y valores, que se dan a través del conocimiento, pero no de manera automática, más bien a base de experiencias.

El método socioafectivo se basa en otras dos tipologías esenciales: el desarrollo de la empatía y la discrepancia analítica entre lo vivido y el mundo que le rodea; Wolks, en Jares (2003), dice que el concepto de empatía... puede considerarse como contenido de dos elementos interrelacionados:

“Un sentimiento de seguridad y confianza en otros, el cual resulta de la confianza de nosotros mismos.

Una habilidad que puede aprenderse y que consiste en una creciente sensibilidad y concentración que nos permite comprender los mensajes tanto verbales como no verbales procedentes de otro” (Jares X. , 2003).

El método que se propone es activo, cooperativo y vivencial (parte de la propia experiencia). Con este método lo que se pretende es crear un clima cooperativo y una actitud de búsqueda colectiva.

Una característica de la metodología socioafectiva es que a partir de experiencias emotivas, el juego, etcétera, haga emerger sentimientos, reflexiones

profundas, experiencias y vivencias, para que no se queden sólo en el interior y sea capaz de exteriorizarlas.

La dimensión socioafectiva reconoce la consolidación de un conjunto de competencias necesarias para su madurez personal y social, mismas que se relacionan con poder identificar y controlar las propias emociones, reconocer los aspectos más importantes del comportamiento del ser humano, así como ponerse en el lugar del otro, poder manejar los problemas que se le presenten y tener la capacidad de comprender las emociones de quienes los rodean (Secretaría de Educación del Distrito, 2013).

Este método pone su interés en la relación con los demás, en los actos sociales y en el aprendizaje a partir de la empatía, para poder resolver los problemas de la vida cotidiana (Caselles, 2003).

Derivado de ello, el método socioafectivo, pone en controversia la forma de trabajo de la escuela tradicional, en la que se pretende que el estudiante aprenda solo con base a la información acumulada, sin interesarse por las vivencias del estudiante en sí y de los seres humanos en general.

Por ello, se propone un método didáctico que ayude a que se lleven a cabo los procesos de enseñanza y aprendizaje, pero de una manera distinta, relacionando la dimensión cognitiva con la afectiva, de manera que se contribuya a la formación de un ser humano integral, produciéndose de forma experimental cuando lo haga por sí mismo, analice sus comportamientos y el de los demás; de este modo, el ser humano percibiría mejor sus pulsiones, sus sentimientos y los del otro, comprendiendo mejor las relaciones que van implícitas en la comunicación entre los individuos (Jares X. , 2003).

Jares (1991), argumenta que las bases del método socioafectivo establecen la unión de los elementos afectivos e intelectuales de los procesos de enseñanza y aprendizaje.

El método socioafectivo, según Jares (1991), es la inserción del componente afectivo y experiencial en los procesos educativos, asimismo del intelectual. Dicho método cuestiona la forma tradicional de la educación, la cual se basa de manera exclusiva en sólo acumular información, sin tomar en cuenta la experiencia de la persona. Al vivir esas experiencias, el ser humano es capaz de ubicarse en el lugar de la otra persona y sentirse más cerca de él.

A consecuencia de ello, el ser humano podría analizar su propio comportamiento y el de los demás, de esta manera es que lograría comprender de una mejor manera las reacciones que tenga, sus propios sentimientos y los de los demás e interpreta mejor la interrelación implícita en la comunicación entre seres humanos (Jares X. , 1991).

#### **4.3.2 Fases del método socioafectivo**

**1.- Vivencia de una experiencia:** En esta fase se debe expresar una vivencia, ya sea real o inventada como punto de partida. La vertiente intelectual del proceso de enseñanza aprendizaje no debe separarse del componente afectivo y experiencial (Jares X. , 2004).

**2.- Descripción y análisis de la experiencia:** En esta fase lo que se trata es de describir y observar las propias reacciones de las personas que participan en la situación experiencial anterior, empezando por el análisis de los propios procesos decisivos que se han llevado a cabo. Asimismo, se trata de desarrollar otra característica imprescindible: el desarrollo de la empatía (Jares X. , 2004)

**3.- Contraste y, si es posible, generalización de la experiencia vivida a situaciones exteriores de la vida real:** “Esta fase tiene que ver con los procesos de tipo intelectual, como la descripción y el análisis de los procesos decisorios que se han vivido en la situación experiencial, así como su correlación e inferencias con el mundo real” (Jares X. , 2004).

### 4.3.3 Pasos del método socioafectivo

**1.- Se genera un clima previo** mediante algunos ejercicios de creación de grupo y de confianza en el grupo, esto ayuda al trabajo en común, pues nadie aprende en situación de estrés, cansancio, tensión o desmotivación. La buena disposición del espacio facilita además la creación del clima positivo.

**2.- Se parte de una experiencia vivencial** (un juego, una simulación, un experimento, la combinación de una lectura en voz alta con la imaginación personal, el análisis de imágenes, una representación teatral...) que realiza todo el grupo. Lo mejor es que la actividad tenga una dosis de espontaneidad.

**3.- Se procede a la discusión en el que se pone el énfasis tanto en el relato de lo sucedido como en la expresión de los sentimientos** de los participantes a modo de evaluación en primera persona, lo que permitirá ampliar su visión para concretar con lo comunitario y lo social.

**4.- Se generaliza la discusión** y se intentan poner en común algunas impresiones ampliando la información o investigación para establecer su conexión con la realidad,

**5. Se plantea qué se puede hacer para modificar**, si así fuera preciso, esa realidad.

Como se observa, estos son las fases del método socioafectivo, con ello se pretende crear confianza en el grupo y vivenciar personalmente el aprendizaje antes de intentar entender y teorizar sobre ello, así se propiciará la posibilidad de empatizar con las diversas situaciones, lo cual coloca a los docentes en un mejor plano, para potenciar el cambio de actitudes y de valores que están en la base de las cuestiones relacionadas con la convivencia.

Una de las características importantes de este método didáctico es que en él, los integrantes del grupo pueden compartir sus vivencias, ya que uno de los grandes problemas de algunos docentes es la falta de imaginación y de planteamientos

creativos tanto a la hora de ayudar a construir los contenidos como de encontrar soluciones a los conflictos que puedan surgir en el mismo (Vidal & Caireta, Sin año).



## **CAPÍTULO 5 “PROPUESTA PEDAGÓGICA”**

La siguiente propuesta pedagógica está dirigida a los docentes, porque es necesario que ellos desarrollen las competencias, tanto cognitivas como afectivas, que necesitan para afrontar los retos que se presenten durante los procesos de enseñanza y aprendizaje, y con ello favorecer dichos procesos.

En esta ocasión, enfocaré la propuesta en educación básica en el nivel preescolar, porque pienso que es mejor que se vaya reforzando la formación en la educación emocional del docente que atiende a los alumnos en una edad temprana y repercute en ellos para un mejor desarrollo a lo largo de su vida.

En los capítulos anteriores, se expusieron los sustentos de la propuesta: la importancia de las competencias emocionales, en la formación integral que demanda la realidad actual; y la postura psicopedagógica con la que puede desarrollar esas competencias. Lo que nos sirve para argumentar el por qué se debe trabajar el Taller, que servirá para propiciar el desarrollo de competencias emocionales en los docentes de educación preescolar, con el propósito de apoyar la mejora de su desempeño profesional. Ahora, corresponde presentar la propuesta de taller, en la que cristalizan esos elementos ya presentados.

### **5.1 ¿Por qué un taller?**

El concepto de taller, nos hace referencia a algún lugar donde se construyen o se pueden “arreglar” cosas según Arnobio Maya en su libro titulado “El taller educativo. ¿Qué es? Fundamentos, cómo organizarlo y dirigirlo, cómo evaluarlo” (2007).

Argumenta que desde hace varios años, la práctica ha trabajado en el concepto de taller, lo cual ha ayudado a que se desarrolle en la Educación. Cuando se habla de la expresión taller, aplicándolo en el ámbito educativo, obtiene el significado de que cuando un número determinado de personas se reúne con una finalidad educativa, el objeto principal debe ser que ese grupo de personas promuevan ideas y materiales y no que sólo sean transmitidas del exterior.

Se entiende por taller a la...

“realidad integradora, compleja, reflexiva, en que se une la teoría y la práctica como fuerza motriz del proceso pedagógico, orientado a una comunicación constante con la realidad social y como un equipo de trabajo altamente dialógico formado por docentes y estudiantes, en el cual cada uno es un miembro más del equipo y hace sus aportes específicos...es una reunión de trabajo donde se unen los participantes en pequeños grupos o equipos para hacer aprendizajes prácticos según los objetivos que se proponen y el tipo de asignatura que los organice...No se concibe un taller donde no se realicen actividades prácticas, manuales o intelectuales. Por eso...resulta una vía idónea para formar, desarrollar y perfeccionar hábitos, habilidades y capacidades que le permiten al alumno operar en el conocimiento y al transformar el objeto, cambiarse así mismos” (De Barros, Gissi, & otros, 1977).

Es por ello, que mediante el taller, los profesores y los estudiantes desafían un conjunto de problemas específicos, contribuyendo en la búsqueda de aprender a ser, el aprender a aprender, el aprender a hacer y el aprender a vivir juntos, dándose de una manera integral, como corresponde a una formación integral (De Barros, Gissi, & otros, 1977).

Los participantes en el taller se ven interesados a dar su aporte personal, crítico y creativo, abandonando de su propia realidad y transformándose en sujetos creadores de su propia experiencia, superando así el ser un simple receptor de la educación.

Por medio del taller, los participantes, en un proceso gradual se acercan a la realidad revelando las problemáticas que se encuentran en ella, a través de la acción-reflexión inmediata o acción diferida (De Barros, Gissi, & otros, 1977).

Según De Barros y Gissi (1977), el taller es una realidad compleja, la cual contempla el esfuerzo de tres instancias básicas:

- Un servicio de terreno
- Un proceso pedagógico
- Una instancia teórico-práctica

Por servicio de terreno se entiende a la respuesta profesional que se le da a las necesidades y demandas que emergen de la realidad en la cual se vive, por ende, en la que se trabajará (De Barros, Gissi, & otros, 1977).

Asimismo, el proceso pedagógico se caracteriza por centrar el desarrollo del participante y se da como resultado de la vivencia que él tiene de su acción en terreno, formando parte de un equipo de trabajo, y de la implementación teórica de esta acción (De Barros, Gissi, & otros, 1977).

Por último, la relación teoría-práctica es la dimensión del taller que pretende superar la creencia de separar la teoría y la práctica al relacionarlas con el conocimiento y la acción, y de esta manera aproximarse al campo de la tecnología y de la acción fundamentada. Lo anterior exhorta a la reflexión del análisis y de la acción, de la teoría y de la sistematización (De Barros, Gissi, & otros, 1977).

Asimismo, se plasman los contenidos que se abordarán a lo largo de la propuesta, los cuales están organizados en contenidos conceptuales, los cuales se refieren a los conceptos que se trabajarán; los contenidos procedimentales, son aquellos que nos muestran el cómo se llegará al propósito y los contenidos actitudinales son aquellos que nos especifican el para qué se realizarán los dos anteriores; mismos que nos ayudarán a la contribución del desarrollo de los procesos de enseñanza y aprendizaje.

## **5.2 Propósito general**

Contribuir a que los docentes de educación preescolar desarrollen sus competencias emocionales, de manera que se fortalezcan los procesos de enseñanza y aprendizaje para con sus alumnos y con ello mejorar la calidad de la educación.

### 5.2.1 Propósitos específicos

- Propiciar el autoconocimiento de las distintas emociones y sentimientos, identificando las emociones y las circunstancias que las producen en diversas situaciones; para favorecer la comprensión de sus respuestas emocionales.
- Favorecer el uso de estrategias de autorregulación emocional en el docente, para que incorpore distintas maneras de expresar sus emociones sin dañarse ni dañar a los demás.
- Apoyar el desarrollo de autonomía emocional en el docente, analizando críticamente el contexto y los estados emocionales que en éste se generan, para que sea capaz de orientar sus estados de ánimo con mayores márgenes de libertad.
- Generar condiciones para la mejora de las relaciones interpersonales en los procesos educativos, con el desarrollo de empatía, asertividad, actitudes pro-sociales, respeto por los demás, buena comunicación.
- Contribuir a la generación de alternativas que supongan: propósitos positivos y realistas, comportamientos apropiados, responsabilidad para solucionar problemas, capacidad para negociar; de modo que se potencie el bienestar personal y social.
- Propiciar el desarrollo emocional de los estudiantes de preescolar, colaborando con los docentes para generar estrategias de trabajo en el aula, que aseguren la formación integral.

### 5.3 Secuencia didáctica

CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
<p><b>Emociones y sentimientos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es una emoción</li> <li>• Qué es un sentimiento</li> <li>• Qué siento</li> <li>• Saber cuáles son sus emociones</li> </ul>	<p><b>Identificar sus emociones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cómo lo siento</li> <li>• Dar nombre a las emociones</li> </ul>	<p><b>Valorar sus emociones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprensión de las emociones Por qué lo siento</li> <li>• Cuándo lo siento (circunstancias)</li> <li>• Importancia de las emociones</li> </ul>
<p><b>SESIÓN 1</b></p>		
<p><b>PROPÓSITO:</b> Propiciar un ambiente de confianza conociendo a los participantes con los que se compartirá en el taller e identificar la diferencia entre emoción y sentimiento, mediante diversas actividades que contribuirán a dar nombre a las emociones que sienten para la interpretación de las mismas.</p> <p><b><u>INICIO</u></b></p> <p><b>MATERIALES:</b> Hojas blancas, Lápices, Plumas, Colores, Plumones</p> <p>Al inicio de esta sesión se dará la bienvenida a los participantes que asistan al Taller, para luego empezar con la actividad de presentación.</p>		

### **ACTIVIDAD “ME PICA”**

Los participantes se colocarán en círculo (de preferencia sentados en el suelo y se les dirá que tomen una posición en la que se sientan cómodos), el facilitador pondrá el ejemplo y dirá su nombre, señalará una parte del cuerpo donde “le pica”, el que está a su lado dirá su nombre y dónde “le picaba” al primero y a él /ella, el tercero dirá su nombre, “el picor” del primero, el segundo y el suyo, así sucesivamente con todos los participantes.

Al finalizar la actividad de presentación, el facilitador les pedirá a los participantes que expresen, cómo se sintieron antes, durante y después de la actividad, cómo se sienten en ese momento, qué es lo que esperan de este taller emocional, etcétera.

Una vez que hayan expresado lo que sienten, el facilitador los invitará a que dibujen en una hoja blanca, la cara del participante que se encuentra a su derecha, tratando de expresar la emoción que creen que están sintiendo, para después comentar en grupo cada uno de los dibujos y corroborando si la suposición fue correcta.

### **DESARROLLO**

#### **ACTIVIDAD “VAMOS A DIBUJAR CARAS”**

Una vez que hayan tenido el primer encuentro al dibujar la emoción de su compañero, se le propondrá al participante dibujar expresiones faciales de las emociones básicas: alegría, tristeza, miedo, rabia, sorpresa, vergüenza, etcétera.

Se trata de dibujar en una hoja unas caras que reflejen las distintas emociones. Antes de empezar a dibujar, el facilitador puede empezar a hablar de qué se siente cuando nos sentimos de esa manera (con miedo, o rabia, alegres o tristes...).

Esta actividad, servirá también, para pensar cómo se pone la cara cuando se sienten emociones (la postura de la boca, de los ojos, si hay o no lágrimas, rojez en las mejillas, etc...).

Una vez que hayan realizado los dibujos de las caras con las emociones, se formarán equipos, el facilitador les dará la instrucción de observar, reflexionar y discutir sobre ellas en cada equipo.

Se generará de manera grupal una discusión en la que cada equipo comente, ¿Pudieron identificar la emoción?, ¿Qué sintieron al ver las distintas caras?, ¿Les recordó algún momento que vivieron?

### **ACTIVIDAD “PONIENDO COLOR Y FORMA A LA EMOCIÓN”**

A partir de las emociones que dibujaron, el facilitador puede preguntar, si es que existen algunas otras que no se mencionaron, formando una pequeña lluvia de emociones, el facilitador las escribirá en el pizarrón, una vez que se hayan descubierto otras emociones más, se jugará a ponerle colores y características a las emociones.

El facilitador les dará las siguientes preguntas para llevar a cabo la reflexión, ¿De qué color se imaginan que es la **tristeza**? ¿A qué huele?, ¿A qué sabe?, ¿Cómo piensan que es su textura?, ¿Cómo es su forma?; para que contesten de acuerdo con cada emoción que ellos pusieron y las que estén escritas en el pizarrón.

- Tristeza
- Alegría
- Miedo
- Sorpresa, etcétera.

Una vez que hayan transcurrido algunos minutos, el facilitador les dirá que deben confrontar sus respuestas con algún participante, con la finalidad de que se den cuenta que no todos expresarán lo mismo, para después comentar en grupo cuál creen que sea la razón por la que una persona no expresa de la misma forma la emoción, qué hay detrás de lo que siente cada uno, cómo se concibe o se le da contenido (cómo representan la emoción).

### **ACTIVIDAD “¿Y TÚ? ¿CÓMO TE SENTIRÍAS?”**

Una vez que hayan tratado de identificar las emociones y cómo son, el facilitador escribirá las siguientes situaciones en el pizarrón:

- La directora o el director del plantel en el que trabajas, los felicita por lo bien que han hecho una actividad, frente a sus compañeros.
- Discuten con un compañero del trabajo.
- Están a cargo de la ceremonia y se caen frente a todo el mundo.
- Una persona muy importante para ustedes, va al colegio y les da una sorpresa.
- Otro docente les roba la idea, que tanto trabajo les costó, hacer para su clase.
- No pueden ir de paseo con sus alumnos porque se han enfermado.

Una vez que el facilitador haya terminado de escribir las situaciones, les pedirá a los participantes que las lean y respondan las siguientes preguntas: ¿qué es lo que harían si les ocurriera cada una de esas situaciones?, ¿cómo se sentirían si les ocurrieran esas situaciones?, ¿cómo creen que se sintió la persona a la que le ocurrieron?

Una vez que hayan terminado de responder los participantes, el facilitador les pedirá que de manera voluntaria, compartan

sus respuestas, con la finalidad de que los demás participantes también compartan cómo hubiera sido mejor que reaccionaran.

### **ACTIVIDAD “¿CÓMO REACCIONA CADA PERSONA?”**

Con la actividad anterior, se comenzó a observar cómo es que reaccionan de manera distinta los participantes, razón por la cual, en esta actividad se les invitará, a que respondan con base a una emoción que elijan, las siguientes preguntas:

- ¿Qué hacen cuando tienen esta emoción?
- ¿Qué es lo que sienten?
- ¿Cómo reaccionan las personas que se encuentran a tu alrededor?

Una vez que haya transcurrido el tiempo para contestarlas, se hará una breve reflexión sobre el tema; es importante que el facilitador oriente dicha reflexión y enfatice la importancia que esto tiene sobre ellos, con la finalidad de que sea consciente que ante una misma emoción, cada persona puede reaccionar de manera distinta, ya que algunos participantes pueden coincidir en la misma emoción, pero sus respuestas pueden ser completamente diferentes. En esta fase no se trata de juzgar, sino simplemente de entender que cada persona reacciona de una manera distinta.

El facilitador preguntará a algunos participantes, para que expresen lo que han escrito y les pedirá a otros que les den un consejo o que les digan cómo es que ellos hubieran reaccionado para que se den cuenta de que existen distintas alternativas.

Una vez que se haya hecho la reflexión, se anotarán en el pizarrón algunas situaciones emocionales y se les preguntará a los participantes, cuáles creen que son las distintas maneras de reaccionar cuando se tiene esa emoción.

Ejemplos:

- Mucha alegría: saltar, reír, contarlo a todos, llorar...
- Tristeza: llorar, contárselo a alguna persona de confianza, quedárselo solo, estar pensativo, salir a caminar...
- Sorpresa: quedarse quieto, saltar, poner las manos en la cabeza...
- Miedo: huir, llorar, correr, gritar, quedarse inmóvil...
- Rabia: gritar, insultar, pegar, contenerse, aislarse, contárselo a un amigo (a)...

### **CIERRE**

El facilitador cerrará la actividad hablando de la importancia que tiene el autoconocimiento en nuestra vida, haciendo énfasis, que como un primer paso, es importante que empiecen a reconocer qué sienten y por qué lo sienten.

**TAREA:** El facilitador les pedirá que redacten una situación que se haya presentado durante el día con alguna persona y que conteste las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sintieron frente a esa situación?
- ¿Por qué se sintieron así?
- ¿Dónde lo sintieron?
- ¿Qué situaciones que comparten con esa persona los hace sentir bien? (feliz, dichoso, tranquilo, seguro, etc.)
- ¿Qué situaciones que comparten con esa persona los hace sentir mal? (enojado, triste, nervioso, tenso, etc.)
- ¿Cómo actúan frente a esa situación?
- ¿Les gustó cómo enfrentaron la situación?

- ¿Desean transformar su forma de enfrentarla? ¿Cómo lo harían?

El facilitador les recomendará la lectura de **¿Qué son las emociones?** De Francisco Mora.

## SESIÓN 2

**POPÓSITO:** Identificar la diferencia entre emoción y sentimiento, mediante diversas actividades que contribuirán a dar nombre a las emociones que sienten para la interpretación de las mismas.

### INICIO

**MATERIALES:** Listones con emociones escritas, Cañón, Laptop, Bocinas, Hojas blancas, Plumas, lápices.

### **ACTIVIDAD “REFLEXIONANDO LA TAREA”**

El facilitador iniciará la sesión recordando la lectura de ¿Qué son las emociones? De Francisco Mora, con esa lectura se comenzarán a sumergir los participantes en las emociones e irán reforzando lo aprendido en la sesión. El facilitador a modo de plenaria preguntará qué es lo que rescatan de la lectura para motivar la participación y esclarecer las dudas.

De igual manera, el facilitador les pedirá a los participantes, que de manera voluntaria, lean la redacción y las respuestas que quedaron de tarea, con la finalidad de que se realice una pequeña plenaria de ello y corroborar que tengan claro lo que es una emoción, identificarlas y diferenciarlas; por si hubiera alguna duda aclararla en ese momento.

### **ACTIVIDAD “SOY UNA EMOCIÓN”**

El facilitador pedirá a los participantes, que hagan dos equipos, a cada uno de ellos se le colocará en la cabeza un listón con una emoción que se haya mencionado en la tarea, esta emoción la deberá escribir el facilitador y se las amarrará, de modo que, todos menos el participante que trae el listón en la cabeza, puedan ver la emoción que tienen en la cabeza. Así, el resto de los participantes del equipo, deben decir con MÍMICA, las situaciones que provoca dicha emoción, para que, con esa información, el participante que tiene el listón en la cabeza, pueda auto-descubrir de qué emoción se trata, esta actividad se realizará de pie y en todo el lugar, para que puedan expresarse con mayor facilidad.

Ganará el equipo que sea el primero en adivinar todas las emociones de cada uno de los participantes.

Una vez que hayan terminado de realizar la actividad, se realizará una ronda de comentarios, el facilitador les preguntará ¿qué pensaron al conocer la actividad?, ¿qué sintieron al tener que adivinar su emoción?, ¿cómo se sintieron al tener que hacer la mímica?, ¿fue sencillo?, etcétera.

## **DESARROLLO**

### **ACTIVIDAD ¿QUIÉN ERES?**

El facilitador presentará un video que lleva por título “¿QUIEN ERES?”

<http://www.youtube.com/watch?v=MZJgWpi88Y8>

Una vez que se termine dicho video, se les pedirá a los participantes que respondan las siguientes preguntas:

- ¿Alguna vez se han sentido como el chico del video? ¿Por qué?

- ¿Qué harían en su lugar?
- ¿Se han preguntado quién son? ¿Cómo lo han hecho?
- ¿Para qué están aquí en el mundo?
- ¿Hacen realmente lo que les gusta hacer? ¿Por qué?
- ¿Saben hacia dónde se dirigen? ¿Por qué?
- ¿Te gusta hacia dónde vas? ¿Por qué?
- ¿Te conoces como para decir tus virtudes y tus defectos? Escribe 10 de cada una

Estas preguntas, ayudarán al participante, para que realice una reflexión sobre sí mismo, se les dará un tiempo considerable para que pueda llevarlo a cabo.

Cuando hayan terminado de responder las preguntas, el facilitador los invitará a que participen y expongan sus respuestas.

### **ACTIVIDAD “DIEZ PREGUNTAS”**

A partir de la actividad anterior, el facilitador les hará ver, que la mayoría de veces es muy fácil decir los defectos, pero no tanto las virtudes, y que es por eso que deben aprender a conocerse cada uno, por lo que se realizará la siguiente actividad para ayudar en ese proceso.

El facilitador escribirá algunas frases incompletas, las cuales contribuirán a que el participante se siga conociendo, éstas son las siguientes:

1. Me gusta...

2. Me disgusta...
3. Me da miedo...
4. Me causa alegría...
5. Me duele...
6. Me gustaría decirle al grupo que...
7. En relación con las personas que me rodean, me veo...
8. En relación con los grupos sociales (colegio, familia, ciudad, país) en los que me encuentro, me siento...

El facilitador les dará un tiempo razonable, para que los participantes respondan por escrito, sin ponerles nombre, (se responderán en una hoja blanca, para que no identifiquen quién fue).

Una vez que hayan terminado, se recogerán las hojas y se repartirán indistintamente, para que los participantes lean las respuestas de la hoja que les tocó, con la finalidad de que se den algunas sugerencias.

Posteriormente, se hará una puesta en común, para comentar lo que más les haya llamado la atención, lo más difícil, lo más contradictorio o lo más interesante.

Se sugieren las siguientes preguntas para llevarlo a cabo:

- ¿Qué han aprendido con este ejercicio?
- ¿Qué piensan de que los haya leído otra persona?
- ¿Creen poder llevar a cabo las sugerencias? ¿Por qué?
- ¿Qué importancia tiene conocer a las personas con las que se relacionan?

- ¿Cómo se sienten cuando hablan con una persona desconocida?
- ¿Cómo se sienten cuando tratan con una persona conocida?
- ¿Conocen bien a las personas con las que se relacionan?

Una vez que se haya terminado la puesta en común, el facilitador invitará a los participantes a comprometerse y llevar a la práctica las sugerencias (o por lo menos una) que recibieron de los demás participantes para modificar actitudes en su persona, también les hará ver que detrás de una situación se esconden diversas emociones.

## **CIERRE**

### **ACTIVIDAD “EL ESCONDITE DE LAS EMOCIONES”**

El facilitador les planteará a los participantes, diversas expresiones, con las cuales jugarán a descubrir qué emoción se puede esconder detrás de cada una de ellas, se sugieren las siguientes:

- La he pasado genial, nunca olvidaré esta cita.
- ¡Osh! ¿Cómo no se me había ocurrido antes?
- Siento mucho haberte hecho daño.
- ¡No volveré a trabajar más con él!
- ¡Qué daño!
- Pobre, me da pena.
- ¡Socorro! ¡Ayuda!
- ¡Que hermoso! ¿Dónde lo compraste?

Al finalizar se expondrán las diferentes respuestas de manera grupal, con la finalidad de que se den cuenta de las distintas miradas de cada persona.

**TAREA:** Se les pedirá que observen a una persona, de manera que puedan compartir cómo es que ella reaccionó a alguna situación y que nos comparta cómo es que hubieran reaccionado él y por qué.

Se les pedirá a los participantes elaborar algunas estrategias, para poder trabajar la competencia de conciencia emocional en su lugar de trabajo, es decir, pensar en lo que podrían hacer en el grupo para facilitar la identificación de sus emociones.

CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
<p><b>Estrategias de autorregulación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es una estrategia</li> <li>• Las reacciones ante una situación</li> </ul>	<p><b>Comprender las distintas formas de expresar sus emociones y manejo de emociones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regulación de emociones</li> <li>• Estrategias de autorregulación</li> </ul>	<p><b>Generar emociones positivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilice diversas formas de afrontar situaciones</li> <li>• Comprenda que las emociones impactan a otros y a nosotros mismos.</li> </ul>

SESIÓN 3
<p><b>PROPÓSITO:</b> Analizar diversas estrategias, para implementar diferentes formas de afrontar situaciones, por medio de la regulación emocional.</p> <p><b>INICIO</b></p> <p><b>MATERIALES:</b> Cañón, Laptop, Hojas blancas, Plumas, Lápices Pizarrón o rotafolio, cinta adhesiva.</p>
<p><b>ACTIVIDAD “CONTROLANDO MIS EMOCIONES”</b></p>

El facilitador les pondrá un video, el cual servirá de detonante para empezar con esta sesión, el video lleva por título **“PARADA DE AUTOBÚS”**

[https://www.youtube.com/watch?v=AJSuZ\\_xLkSs](https://www.youtube.com/watch?v=AJSuZ_xLkSs)

Una vez que haya terminado el video, el facilitador apoyará al participante para que comience una reflexión, en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Cuál creen que es el mensaje del video?
- ¿Qué les pareció?
- ¿Qué sintieron al ver el video?
- ¿Cómo hubieran reaccionado?
- ¿Cuál sería su final alternativo?

El facilitador tendrá la tarea de guiar la discusión para que se hable de las distintas reacciones que se tienen cuando se está frente a diversas situaciones.

En seguida, el facilitador invitará a los participantes, a que recuerden alguna situación en la que no hayan podido controlar sus emociones, haciendo un escrito donde describan ¿Qué fue lo que pasó?, ¿Cómo reaccionaron? (gritaron, lloraron, discutieron, culparon a alguien, etc.), ¿Cómo los hizo sentir esa situación?, ¿Hubieran cambiado algo?, etcétera.

Una vez que hayan terminado de realizar su descripción y de responder las preguntas, los participantes compartirán sus relatos al resto del grupo, los demás participantes tendrán que decir de manera voluntaria, cómo es que hubieran

reaccionado ellos para no dañarse ni dañar a los demás.

## **DESARROLLO**

### **ACTIVIDAD “EL QUE SE ENOJA PIERDE”**

El facilitador solicitará a los participantes, que completen verbalmente algunas oraciones señaladas en el pizarrón, éstas pueden ser:

- Llego a enojarme cuando ...
- Cuando me enojo yo digo ...
- Cuando me enojo yo hago ...
- Cuando me enojo yo siento ...
- Cuando alguien se encuentra cerca de mí y está enojado, yo digo...
- Cuando alguien se encuentra cerca de mí y está enojado, yo hago...
- Cuando alguien se encuentra cerca de mí y está enojado, yo siento ...
- Consigo controlar mi enojo mediante...

Posteriormente, se forman grupos de tres personas aproximadamente y se les pedirá que discutan sobre las frases escritas. Se sugiere que se centren en compartir sus sentimientos de ira con el grupo. El facilitador motivará a los participantes, para que se den respuestas uno al otro y se sugieran distintas maneras de reaccionar positivamente.

Por último, el facilitador guiará la sesión, para que el grupo analice, cómo se puede aplicar lo aprendido en su vida.

Posteriormente, se les explicará la actividad del semáforo, para que la utilicen cuando sientan esta emoción y puedan regularse de esta manera.

### **ACTIVIDAD “EXPRESANDO LA IRA”**

El facilitador entregará una hoja de papel, un bolígrafo y una tira de cinta adhesiva a cada uno de los participantes.

Les indicará que deben completar algunas oraciones, escribiendo lo primero que se les venga a la mente, sin censurarlo o modificarlo. Para ello, el facilitador deberá leer la primera frase y dejar algunos segundos para que la complete y así con cada una del total de las frases.

#### **Oraciones a completar:**

- “Me enfado cuando los demás...”
- “Pienso que se comportan así porque...”
- “Siento que mi enfado es...”
- “Cuando los demás expresan su enfado hacia mí, me siento...”
- “Siento que el enfado de los demás es...”

Cada participante deberá pegar la hoja de papel sobre su pecho para que los demás participantes puedan leerla, por lo que deberán escribir sus respuestas con claridad.

Una vez que hayan terminado, el facilitador formará grupos pequeños de aproximadamente cuatro participantes y se les pedirá que discutan sobre las frases escritas. La discusión de cada uno de los grupos será dirigida por un representante

del mismo grupo.

Se sugiere que se centren en **el impacto personal de compartir sus sentimientos de ira con el grupo**. Se motivará a los participantes para que retroalimenten a los demás participantes.

Por último, en forma de plenaria, el facilitador invita a los representantes a externar las conclusiones de cada grupo (si algún participante que no es representante quiere ahondar en el tema, puede participar) y guía un proceso para que entre todos se analice cómo se puede aplicar lo aprendido en su vida personal y profesional.

### **TAREA “EL SEMÁFORO”**

Consiste en explicarle a los participantes que cuando sientan que alguna emoción (principalmente el enfado, la ira o la indignación) les hace perder el control, realicen los siguientes pasos:

- **Rojo:** Significa STOP! Deténganse, párense antes de actuar. Se puede representar poniendo los brazos en cruz sobre el pecho. Tómense unos segundos y si es posible unos minutos para desconectarse, den un paseo si pueden, para evitar que en su primer impulso saquen lo peor de ustedes.
- **Amarillo:** En esta fase deben respirar muy hondo (inhalar y exhalar varias veces) para pensar con claridad y cuando ya estén más tranquilos, respondan a las preguntas ¿Qué ha ocurrido? ¿Cómo se sienten?
- **Verde:** En esta fase deben centrarse en buscar una solución ¿Qué pueden hacer para solucionarlo? ¿Pueden hacerlo solos o pueden pedir ayuda?

El facilitador recomendará la lectura de “Precisiones sobre la educación emocional” de José Antonio Marina.

## SESIÓN 4

**PROPÓSITO:** Analizar diversas estrategias, para implementar diferentes formas de afrontar situaciones, por medio de la regulación emocional.

### INICIO

**MATERIALES:** Hojas blancas, Plumas, Lápices, Pizarrón o rotafolio,

### **ACTIVIDAD “CÓMO REACCIONÉ A MI ENOJO”**

El facilitador iniciará la sesión recordando la lectura de “Precisiones sobre la educación emocional” de José Antonio Marina, con esa lectura se verá el origen de la educación emocional, los participantes irán reforzando lo aprendido en la sesión anterior. El facilitador a modo de plenaria preguntará qué es lo que rescatan de la lectura para motivar la participación y esclarecer las dudas.

Una vez que se haya llevado a cabo el resumen de la lectura, el facilitador les preguntará a los participantes si ¿Pudieron llevar a cabo la tarea de la sesión anterior (semáforo)?, ¿Cómo les resultó?, ¿Qué fue lo que les hizo utilizar la estrategia?, ¿Creen que hubieran podido reaccionar de manera distinta?, ¿Por qué no lo hicieron?

Se les dará algunos minutos para que puedan compartir sus respuestas con los demás participantes y puedan verse en ellos por si se les presenta esa situación en alguna ocasión, para no reaccionar de manera negativa.

### **ACTIVIDAD “LA FANTASÍA DE ENOJO”**

El facilitador hará que los participantes tomen una posición cómoda, se les pedirá que cierren los ojos. El facilitador contará hasta diez y viceversa, se les indicará que a medida de que se vaya contando, ellos deben respirar de manera profunda en cada número.

Se propiciará que entren en una fantasía guiada, esta será pensada sobre el enojo. Se les dirá que deben de pensar en una persona (ya sea compañero de trabajo, alumno o familiar) que los haya hecho enojar.

Se les motivará a que piensen en esa situación en la que él o ella los haya hecho enojar, imaginando los detalles claramente y preguntando ¿Por qué eso los hizo enojar?; el facilitador les pedirá que piensen en una respuesta agresiva para esa persona y que Imaginen cómo reaccionarían esas personas ante su respuesta.

Ahora se les dirá a los participantes que deben pensar en una manera positiva de expresar su enojo y asegurarse que la persona sabe que están enojados, se les preguntará ¿Cómo creen que podría responder él o ella? Ahora pensarán en tres cosas que les gustan de esa persona, aunque sean cosas pequeñas.

El facilitador les indicará a los participantes que una vez que hayan imaginado lo anterior, piensen en que han perdonado a esa persona, que estén tranquilos, que dejen atrás el rencor que hayan podido tener, que ahora se imaginen felices y con las personas que contribuyen a hacerlo realidad.

Después de fantasear con el enojo, se les pedirá que se reúnan en equipos de 3 o 4 personas, con la finalidad de que puedan reflexionar sobre las formas en que reaccionaron cada uno. Las preguntas que pueden servir para la reflexión son las siguientes:

- ¿Qué tipo de respuesta agresiva pensaron realizar?
- ¿Cómo se sentirían al responder agresivamente?
- ¿Cómo pensaron que reaccionaría esa persona?
- ¿Qué tipo de respuesta positiva pensaron realizar?
- ¿Cómo se sentirían al responder positivamente?
- ¿Cómo respondería él o ella?
- ¿Cómo podrían utilizar constructivamente el enojo?
- ¿Por qué creen que se les pidió que pensarán en tres cosas que les gustan de esa persona?
- ¿Cuál es un problema de la sociedad que los hace enojar?
- ¿Qué aprendieron de esta actividad?

Una vez que terminen, cada equipo dará sus conclusiones.

Tomada de (Kreidler, 1984)

### **ACTIVIDAD “ENCONTRAR LO POSITIVO”**

A partir de la actividad anterior, el facilitador explicará que a menudo, se pueden sentir enojados, agresivos o con frustración ante una situación, pero que es posible que se tengan emociones positivas en relación con ésta.

El facilitador será voluntario para explicar la actividad, describirá una situación que le haya provocado emociones negativas y la escribirá en el pizarrón de la siguiente manera:

<b>Sentimiento Negativo</b>	<b>Situación</b>	<b>Sentimiento Positivo</b>
Engañado	Jugando monopolio con los compañeros de trabajo	Orgullo de ser honesto
Insultado	Nos dicen apodos en el lugar de trabajo	Sentirse maduro - no responder con otros apodos
Molesto	Trabajar con personas irresponsables	Sentirse grande – no enojarse; trabajar porque es responsable y vale la pena

Al terminar de dar el ejemplo, el facilitador les dirá que ahora le toca a cada uno de los participantes hacer su cuadro con tres situaciones.

Una vez que hayan acabado, se compartirán los cuadros y los demás participantes deberán dar respuestas positivas, con la finalidad de que se vayan dando cuenta que si se puede reaccionar de manera calmada y positiva. Asimismo se comentará entre todos los participantes por qué creen que es “bueno o malo” reaccionar de esa manera.

### **CIERRE**

## **ACTIVIDAD “EL MIEDO”**

El facilitador les explica que no sólo se debe controlar el enojo, sino todas las emociones, ya que en exceso nada es bueno, una emoción que al no ser controlada paraliza, es el miedo, por ello se debe aprender a controlar y esta actividad contribuirá para hacerlo.

El facilitador dividirá al grupo en subgrupos, dependiendo del número total de los participantes.

Se analizarán diversas situaciones para ver qué pueden hacer cada uno, para controlar o disminuir el miedo en cada una de ellas.

Se escribirá en distintas tarjetas cada una de las situaciones, algunos ejemplos son:

- Su hijo o algún familiar cercano, está gravemente enfermo, tienen miedo de que muera.
- Van a realizar una acción en Palestina contra el ejército Israelí.
- Viven en Colombia, tienen 18 años, están reclutando hombres y mujeres para la guerra y los mandan al lugar donde se encuentra el mayor conflicto armado.
- Les da miedo hacer guardias nocturnas por si aparece algún fantasma.
- El pueblo vecino fue destruido por una riada, te da miedo que pueda pasar lo mismo con el tuyo en la próxima temporada de lluvias.

A cada grupo se le entrega una situación diferente.

Una vez que hayan compartido su reacción con los demás participantes del subgrupo, el facilitador los motivará a que

reflexionen mediante las siguientes preguntas:

- ¿Pudieron tomar el papel en cada situación?
- ¿Qué fue lo que pensaron?
- ¿Qué fue lo que sintieron?
- ¿Pudieron regular el miedo?
- ¿Qué estrategia usarían para hacerlo?
- ¿Cómo se imaginaron la situación?
- ¿Recuerdan alguna situación en la que no hayan podido controlar el miedo?, ¿En cuál?

Se analizan las respuestas en plenaria.

**TAREA:** Se solicitará a los participantes, realizar algunas estrategias para trabajar la competencia de regulación emocional y poder emplearlas en su trabajo, es decir, qué podrían hacer para facilitar el autocontrol de las emociones.

Asimismo, se solicitará traer a la siguiente sesión un objeto, imagen o talismán, que nos ayuda a auto-motivarnos (o de la suerte); acompañado de la explicación de por qué lo consideramos de ayuda y si recordamos cómo lo obtuvimos.

CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
<p><b>Autonomía emocional</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es la Autonomía emocional</li> <li>• Características de la Autonomía emocional</li> <li>• Qué es autoestima</li> <li>• Qué es automotivación</li> <li>• Qué es actitud positiva</li> </ul>	<p><b>Desarrollar autonomía emocional</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Automotivación</li> <li>• Autoestima</li> <li>• Actitud positiva</li> <li>• Responsabilidad</li> <li>• Análisis</li> </ul>	<p><b>Analizar críticamente el contexto y los estados emocionales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos</li> <li>• Responsable de sus actos</li> <li>• Ejecute su automotivación</li> <li>• Tomar decisiones</li> </ul>
<b>SESIÓN 5</b>		
<p><b>PROPÓSITO:</b> Reconocer las características de la Autonomía Emocional, para diferenciar de manera crítica los estados emocionales, mediante el desarrollo de la automotivación, autoestima, actitud positiva y responsabilidad.</p> <p><b><u>INICIO</u></b></p> <p><b>MATERIALES:</b> Chocolates, Cinta adhesiva, Hojas blancas, Plumas 20 bloques pequeños iguales, los cubos deben medir aproximadamente 4 cm cada lado, Premios, Copias de hojas “El autoconcepto” y “¿Qué es la autoestima?” para cada participante, Plumas y lápices</p>		
<b>ACTIVIDAD “POR QUÉ ME MOTIVA”</b>		

El facilitador pedirá a los participantes, que muestren el objeto que llevaron a la sesión y que expresen cómo es que lo adquirieron, que expliquen por qué es que piensan que les trae buena suerte o los motiva.

El facilitador se encargará de motivar a los participantes a que descubran que es imprescindible la necesidad de tener una motivación, misma que contribuirá a desempeñar, en este caso, su trabajo de una mejor forma.

## **DESARROLLO**

### **ACTIVIDAD “YO QUIERO MIS CHOCOLATES”**

Esta actividad, consiste en que el facilitador les dirá a los participantes que, “por favor se toquen las cabeza”; esperará un momento y dará las gracias, preguntándoles: ¿Por qué hicieron eso?, ¿Por qué no lo hicieron?, quizá la respuesta sea: “Porque así nos lo dijo”, “Porque dijo ‘por’ favor”, “Porque no quisimos”, etcétera.

Después de tres o cuatro respuestas, el facilitador les dirá a los participantes: ¡muy bien! Ahora ¿me hacen el favor todos de ponerse de pie y levantar sus sillas?

Lo más probable es que ninguno de los participantes lo haga o sólo unos cuantos. El facilitador continuará diciendo: “¿Si les dijera que hay chocolates dispersos en el salón o debajo de las sillas, podría eso motivarlos para buscarlos?”; con esta instrucción, todavía, casi nadie se moverá; entonces procederá a decirles: “Pues en verdad sí hay unos deliciosos chocolates debajo de algunas sillas.” (Por lo general, se levantarán dos o tres participantes de su asiento y muy pronto los seguirán lo demás participantes.

Conforme encuentran los chocolates, el facilitador señalará: “Aquí hay uno, allí en frente hay otro,” etcétera.

Una vez que hayan encontrado los chocolates debajo de las sillas, el facilitador contribuirá a que los participantes puedan llevar a cabo una reflexión mediante las siguientes preguntas:

- ¿Qué pensaron al comenzar la actividad?
- ¿Qué fue lo que sintieron al comenzar la actividad?
- ¿Cómo se sintieron cuando se les dijo que había chocolates debajo de las sillas?
- ¿Por qué fue necesario motivarlos la segunda vez?
- ¿Los motivó el que haya un premio?
- ¿Cuál es la única forma real de motivar? (Acepte cualquier respuesta pertinente, pero insista en que la única forma de lograr que una persona haga algo, es hacer que lo desee. ¡No hay otro modo!

El facilitador recalcará que la motivación se refiere a algo interno, no externo, que da el motivo para hacer una cosa.

El facilitador les preguntará: ¿quién desea los chocolates recaudados de la actividad anterior?, habrá quienes digan: ¡Yo!, pero no se animarán a ir por ellos, habrá quienes sólo sean observadores, el facilitador insistirá en decir que ¿quién desea los chocolates recaudados de la actividad anterior?, se harán algunas observaciones durante unos segundos, hasta que alguien se anime a levantarse por ellos.

El facilitador les preguntará ¿qué fue lo que hizo que el participante fuera por ellos?, ¿por qué no se levantaron los demás participantes?; el facilitador propiciará una pequeña reflexión para vincularlo con la vida cotidiana, recalcando que sólo se logra si uno mismo lo desea.

Una vez que terminen, se invitará a los participantes que tuvieron los chocolates bajo su silla a pasar al frente, donde se

colocarán unas mesas con anterioridad, en ellas se encontrarán algunos cubos, mismos que servirán para la siguiente actividad.

### **ACTIVIDAD “BLOQUES DE MADERA”**

El facilitador pondrá unos cubos a lo largo de la mesa, se le pide a cada participante que estime en silencio, la altura o el nº de cubos, que podría construir colocando un cubo arriba de otro cubo sin que éstos se caigan. Cuando todos los participantes han hecho su estimación, se les pide que empiecen a ponerlos y determinen si calcularon bien o no los el número de cubos que dijeron.

El facilitador les pedirá que deshagan su columna y les dirá que tendrán una segunda oportunidad, es esta ocasión, deberán hacer pública su estimación, misma que será anotada para que los demás participantes puedan verla. También se les dirá que habrá un premio para el participante que se acerque más a su predicción estimada. Anuncia que habrá desempate, si es necesario.

Una vez que se tiene un ganador y se le ha dado su premio, se forman equipos con los participantes que no pasaron al frente, dependiendo del número total de participantes. Esta vez la tarea será formar 3 columnas que se recargarán una en otra. Se les dirá que cada equipo hará una estimación. Se hace hincapié en que los equipos deben tener una meta realista. Se les dice que habrá un premio para el equipo que se acerque más a lo estimado. Cuando se han registrado las estimaciones, se les pide que empiecen.

Cuando se tiene al equipo ganador y se le ha premiado, el facilitador propiciará una discusión centrada en la manera de lograr un propósito, la presión que se siente al estar haciendo “algo” y la competencia en el grupo, el deseo de tomar riesgos, el valor de la motivación externa (premios) y las restricciones que ellos mismos se imponen.

De igual manera, se les pedirá que contesten las siguientes preguntas:

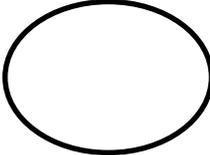
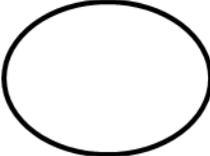
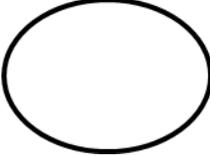
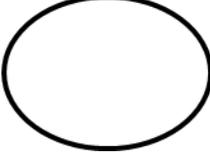
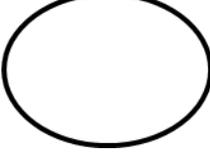
- ¿Qué sintieron al caérseles la torre? (En caso de que haya ocurrido)
- ¿Qué sintieron al ver que su torre seguía de pie?
- ¿Por qué creen que pudieron hacerlo?
- ¿Por qué creen que no hayan podido mantener de pie su torre? (En caso de que haya ocurrido)
- ¿Qué sintieron al ver que la torre de sus compañeros seguía en pie y la de ustedes no? (En caso de que se cayera la torre)
- Si tuvieran la misma situación en su trabajo, ¿Qué harían al respecto?

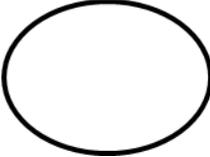
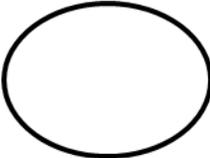
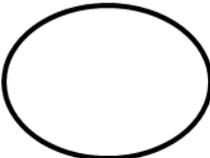
Una vez que hayan respondido las preguntas, se les invitará a que las compartan y se realice una breve reflexión sobre lo que piensan, se ven y sienten de ellos mismos.

### **CIERRE**

#### **ACTIVIDAD “EL AUTOCONCEPTO”**

A partir de la discusión de la actividad anterior, se le proporcionará a cada profesor la siguiente hoja tomada de (Ruiz, 1998)

"EL AUTOCONCEPTO"	
Como se sienten con su familia...	
Como se sienten con su trabajo...	
Como se sienten cuando se relacionan con las demás personas que trabajan con ustedes...	
Como consideran que los ven las demás personas que trabajan con ustedes...	
Como se sienten con lo que más les molesta de sí mismos...	

<p>Como se sienten con lo que más les gusta de sí mismos...</p>	
<p>Como se sienten respecto a su presente y su futuro...</p>	
<p>Como les gustaría estar...</p>	

El facilitador les pedirá a los participantes, que dibujen la expresión de cómo se sienten, en las caras de la hoja “El autoconcepto” y que escriba en ellas frases que describan cómo se ve a ellos mismos.

Una vez que hayan terminado, las leerán a sus compañeros, quienes intentarán descubrir posibles pensamientos erróneos, les harán ver el lado positivo y reforzarán sus cualidades.

Se les dirá a los participantes que deben encontrar algunas piezas de rompecabezas que están escondidas en todo el lugar (se dice el número total de piezas).

Una vez que estén reunidas todas las piezas, se les dirá que deben armar el rompecabezas para saber lo que está escrito en él, cuando esté armado, se les proporcionará un juego de hojas “¿Qué es la autoestima?” y “¿Cómo influye la

autoestima en la vida cotidiana?”, se les pedirá que las lean, para que después se pueda propiciar una pequeña discusión sobre qué es la autoestima para cada uno de ellos y si están o no de acuerdo en lo que dicen las hojas.

### **¿Qué es la autoestima?**

Es la percepción evaluativa de uno mismo.

Nadie puede dejar de pensar en sí mismo y de evaluarse. Todos desarrollamos una autoestima suficiente o deficiente, positiva o negativa, alta o baja..., aunque no nos demos cuenta.

Importa desarrollarla de la manera más REALISTA y POSITIVA posible y que nos permita descubrir nuestros recursos personales, para apreciarlos y utilizarlos debidamente, así como nuestras deficiencias, para aceptarlas y superarlas en la medida de nuestras posibilidades.

### **¿CUÁLES SON LAS BASES DE LA AUTOESTIMA?**

a) El autoconcepto (imagen que una persona tiene acerca de sí misma y de su mundo personal) en dos áreas: como una persona hábil (capaz de valerse por sí misma) y como una persona sexual (capaz de relacionarse sexualmente con otras personas).

b) La autoaceptación (sentimiento de poseer un yo del que uno no tiene que avergonzarse ni ocultarse; implica una disposición a rechazar la negación o desestimación sistemática de cualquier aspecto del sí-mismo).

### **EFEECTO PYGMALIÓN**

Es un modelo de relaciones interpersonales según el cual las expectativas, positivas o negativas, de una persona influyen realmente en otra persona con la que aquella se relaciona.

La clave del efecto es la autoestima, pues las expectativas positivas o negativas del Pigmalión emisor se comunican al receptor, el cual, si las acepta, puede y suele experimentar un refuerzo positivo o negativo de su autoconcepto o autoestima, que, a su vez, constituye una poderosa fuerza en el desarrollo de la persona.

Tomado de (Ruiz, 1998)

### **¿Cómo influye la autoestima en la vida cotidiana?**

1. En todos los pensamientos, sentimientos y actos que llevamos a cabo.
2. Sobre el comportamiento.
3. En el aprendizaje.
4. En las relaciones y recibe también la influencia de éstas.
5. En la creación y la experimentación.

### **SÍNTOMAS DE BAJA AUTOESTIMA**

La persona con baja autoestima:

1. Aprende con dificultad, ya que piensa que no puede o que es demasiado difícil.
2. Se siente inadecuado ante situaciones vivenciales y de aprendizaje que considera que están fuera de su control.

3. Adquiere hábitos de crítica a los demás, de envidia y descontento desde un espacio de victimismo.
4. Cuando surgen problemas echa la culpa a las circunstancias y a los demás y encuentra siempre excusas para sí mismo.
5. Se acobarda ante la posibilidad de crítica de los demás.
6. Autocrítica rigorista, tendente a crear un estado habitual de insatisfacción consigo mismo.
7. Hipersensibilidad a la crítica, que le hace sentirse fácilmente atacado y experimentar sentimientos pertinaces contra sus críticos.
8. Indecisión crónica, no tanto por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
9. Deseo excesivo de complacer; no se atreve a decir "no" por temor a desagradar y perder la benevolencia del peticionario.
10. Perfeccionismo, o autoexigencia de hacer "perfectamente", sin un fallo, casi todo cuanto intenta, lo cual puede llevarle a sentirse muy mal cuando las cosas no salen con la perfección exigida.
11. Culpabilidad neurótica: se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y delitos y / o los lamenta indefinidamente, sin llegar a perdonarse por completo.
12. Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, que le hace estallar fácilmente por cosas de poca monta.
13. Actitud supercrítica: casi todo le sienta mal, le disgusta, le decepciona, le deja insatisfecho.
14. Tendencias depresivas: tiende a verlo todo negro, su vida, su futuro y, sobre todo, a sí mismo; y es proclive a sentir una inapetencia generalizada del gozo de vivir y aun de la vida misma.

Tomado de (Ruiz, 1998)

Una vez que se haya discutido sobre el tema, se les pedirá que realicen su propio anuncio con la siguiente actividad.

**TAREA:** Se les pedirá a los profesores que escriban, a partir de las cualidades positivas que ellos creen poseer, un anuncio, el cual será elaborado para intentar venderse uno mismo a los demás (esta actividad se realizará en la siguiente sesión).

Se les hará mención de algunos puntos, para poder realizar su anuncio publicitario, mismos que los ayudarán a poder elaborarlo de una manera más rápida.

Haz una lista de, por lo menos, 5 cualidades positivas en tu persona (corporales, de tu carácter, mentales, culturales, en el terreno de las relaciones personales, como miembro de una familia o un grupo, habilidades, destrezas,...) y 5 logros positivos en tu vida. Si no llegas a 5, puedes ayudarte con la siguiente guía de ejemplos:

**GUÍA DE EJEMPLOS**

Determinación	Capacidad de hacer amigos	Entusiasmo
Perseverancia	Simpatía	Valentía
Dinamismo	Confianza en sí mismo / a	Cortesía
Capacidad de observación	Fuerza de voluntad	Paciencia
Previsor / a	Sensibilidad	Capacidad de disfrute
Comunicativo	Sentido del humor	Comprensivo / a
Fiable	Alegre	Responsable
Capacidad de escucha	Expresivo / a	Animoso / a
Organizado	Buena voz	Capacidad de concentración
Iniciativa	Ecuánime	Generosidad
Cordialidad	Franqueza	Adaptable
Auténtico / a	Honesto	Abierto / a
Afectuoso / a	Trabajador / a	Persistente
Independiente	Creativo / a	Original
Solidario / a	Marcar un gol	Conseguir ligar
Mantener un secreto	Conseguir hablar en público	Escribir sin faltas
Leer bien	Resolver un problema	Aprenderme una lección
Habilidades manuales	Controlar mis impulsos	Cantar
Bailar	Meter una canasta	Ayudar a otros
Ojos grandes	Tengo fé	Pensamiento lógico
Capacidad para intimar	Escribir poesías	... y todo lo que se te ocurra

Tomado de (Ruiz, 1998)

A partir de la lista anterior, escribe un anuncio intentando venderte a los demás. Se trata de que te vendas bien y muestres tus cualidades y logros de los que estás satisfecho. Sé directo y entusiasta. Si te es más fácil, ayúdate del dibujo, de un lema o una frase radiofónica.

Puedes escoger alguna canción o melodía que te ayude al momento de realizar tu anuncio, ésta te servirá como música

de fondo.

El facilitador recomendará la lectura de **“La educación emocional, una revolución pendiente”** de José Emilio Palomero Pescador.

## SESIÓN 6

**PROPÓSITO:** Reconocer las características de la Autonomía Emocional, para diferenciar de manera crítica los estados emocionales, mediante el desarrollo de la automotivación, autoestima, actitud positiva y responsabilidad.

### INICIO

**MATERIALES:** Hojas blancas, Plumas y lápices, Diploma, Escenografía, Laptop, Bocinas, Pizarrón o rotafolio, Plumones o gises, Cinta adhesiva, Cartulina con 3 líneas iguales en distinta posición.

### **ACTIVIDAD “REFLEXIONANDO LA LECTURA”**

El facilitador iniciará la sesión recordando la lectura de “La educación emocional, una revolución pendiente” de José Emilio Palomero Pescador, con esa lectura se comenzará a ver que la educación emocional llega a las aulas e irán reforzando lo aprendido en la sesión. El facilitador a modo de plenaria preguntará qué es lo que rescatan de la lectura para motivar la participación y esclarecer las dudas.

### **ACTIVIDAD “ANÚNCIATE A TÍ MISMO”**

Se continuará con la actividad que se quedó de tarea la sesión anterior.

Se le pedirá a un participante que de manera voluntaria, pase al frente a realizar su anuncio (se puede ambientar la actividad con alguna escenografía que simule una televisión, incluso pueden llevar una grabadora o laptop para que los participantes puedan escoger música o poner la que ellos lleven).

Se les dará el tiempo necesario para realizar su anuncio y se les hará entrega de un diploma, el cual acreditará la participación de cada participante que haya presentado su anuncio, esto con la finalidad de que ellos mismos eleven su propia autoestima.

Al momento en que un participante finalice su anuncio, se les pedirá a los demás participantes que expresen alguna cualidad que crean que le hizo falta mencionar en su anuncio, con la finalidad de que se eleve la autoestima de cada participante, entre ellos mismos.

**SUGERENCIA DE DIPLOMA:**

## **EL TALLER PARA PROPICIAR EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES EN LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN PREESCOLAR**

**OTORGA A:**

\_\_\_\_\_

**POR SU PARTICIPACIÓN EN LA ACTIVIDAD DE ANÚNCIATE A TI MISMO**

\_\_\_\_\_ DE \_\_\_\_\_ DE \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**FACILITADOR**

Una vez que hayan terminado de pasar todos los participantes, se propiciará una reflexión en la que expresen cómo fue que se sintieron en cada parte de la actividad, algunas sugerencias de preguntas para llevar a cabo la reflexión, son las siguientes:

- ¿Fue fácil realizar su anuncio?, ¿Por qué?
- ¿Qué fue lo más complicado de la actividad?
- ¿Cómo se sintieron?
- ¿Qué les dejó esta actividad?
- ¿De qué manera lo aplicarían en su vida?

El facilitador irá explicando que para tener autonomía es necesario contar con seguridad y confianza, mismas que se logran cuando se tiene una buena autoestima, éstas nos ayudarán en el momento en que se deban tomar decisiones.

Tomado de (Ruiz, 1998)

## **DESARROLLO**

### **ACTIVIDAD “DECISIONES DIARIAS”**

Para la siguiente actividad, se partirá de la actividad anterior y se les hará mención que es importante poseer una buena autoestima, ya que es un factor para poder tomar las mejores decisiones, en el momento en el que se deban hacer.

Mediante la técnica lluvia de ideas, se solicita a los participantes que expresen ¿Cuáles son las decisiones que se toman en un día normal en el trabajo?, con las diferentes participaciones se hace una lista en el pizarrón o rotafolio.

Una vez que se hayan apuntado todas las decisiones, en consenso elijen tres situaciones cotidianas y se divide el grupo en tres subgrupos.

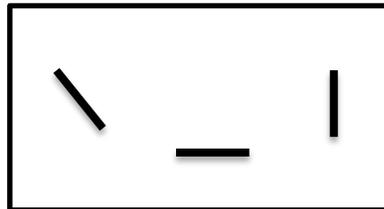
Cada subgrupo se hace cargo de una de las situaciones y analizarán cuáles pueden ser las principales presiones que reciben de las personas que les rodean, qué les influyen a tomar decisiones respecto a esa decisión, asimismo cuáles son algunos de los mecanismos que utilizan los demás para tratar de convencernos.

Acto seguido, planearán una pequeña dramatización que represente las ideas aportadas, se les dará un tiempo considerable para que puedan ponerse de acuerdo.

Posteriormente, se presenta cada grupo con su dramatización y se cierra la actividad concluyendo que en la toma de decisiones, por más simples y cotidianas que parezcan, siempre existe la influencia de los que les rodean, la cual deben reconocer y manejar adecuadamente, si ésta les molesta o afecta, y así ser cada vez más autónomos (as).

Tomado de (FORMUJER, 2002)

### **ACTIVIDAD “AUTONOMÍA”**



El facilitador elaborará un cartel grande con tres líneas iguales en tamaño, pero ubicadas diferente como se ve en el dibujo anterior y lo dejará en alguna oficina o lugar distante del aula donde imparte el taller; solicitará a dos participantes voluntarios que vayan a buscar el cartel y lo lleven a donde están reunidos.

Mientras los participantes voluntarios se encuentran fuera, el facilitador pedirá al resto de los participantes que traten de

convencer a los dos participantes voluntarios que la línea del centro es más grande que las otras, el facilitador insistirá en que hagan lo posible por presionarlos para que lleguen a esta conclusión.

Cuando los dos participantes lleguen con el cartel, lo colocarán en un lugar visible y el facilitador les pedirá a los dos participantes, que se ubiquen a un metro de distancia aproximadamente, viéndolo de frente y que señalen cuál es la línea más grande y cuál la más pequeña. No pueden medirlas y deben tomar en cuenta la opinión de los demás participantes.

Tendrán cinco minutos para decidir.

Una vez que han decidido, se medirán las líneas, para demostrar que son iguales.

Posteriormente, el facilitador tomará en cuenta las opiniones y situaciones que surgieron de la discusión y les pedirá a los dos participantes voluntarios que expresen ¿Cómo se sintieron durante el ejercicio?, ¿Influyó lo que los otros participantes les decían?, ¿Cuál fue su reacción cuando conocieron la realidad?

Se cerrará la actividad planteando que todas las personas están expuestas a la presión de grupo, ya sea como estudiantes o trabajadores, pero que lo importante es saber manejarla, hacer valer y respetar las propias ideas, opiniones y decisiones.

Tomado de (FORMUJER, 2002)

## **CIERRE**

### **ACTIVIDAD “CORTOMETRAJE EL CIRCO DE LAS MARIPOSAS”**

[https://www.youtube.com/watch?v=zodXow\\_p1e4](https://www.youtube.com/watch?v=zodXow_p1e4)

Una vez que hayan visto el cortometraje, se realizará una reflexión guiada por el facilitador, la cual nos servirá para cerrar esta sesión.

El facilitador les dirá que de manera voluntaria, expresen lo que piensan del video y con ayuda de algunas preguntas se podrá llevar a cabo la reflexión, éstas son algunas sugerencias:

- ¿Qué les hizo sentir el video?
- ¿Cambió la forma en que se sentían antes de verlo, a una vez que lo vieron?
- ¿Qué les dejó el video?
- ¿Cómo lo aplicarían a su vida?
- ¿Alguna vez se han sentido como alguno de los personajes?
- ¿Cómo reaccionaron?
- ¿Cómo les hubiera gustado reaccionar?

Una vez que se hayan tratado de responder las preguntas, el facilitador pedirá a los participantes, que traten de recordar el video cada que sientan que ya no pueden seguir adelante, que es necesario que sean conscientes de la importancia de tomar decisiones que afectarán a su vida, tanto personal como laboral; y con ello poder contribuir a un mejor desempeño al momento de realizar sus actividades laborales.

**TAREA:** Se solicitará a los participantes, realizar algunas estrategias para trabajar la competencia de autonomía personal, para poder emplearlas en su trabajo, es decir, que actividades pueden hacer para propiciar la autogestión de las emociones.

CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<p><b>Relación interpersonal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es una relación interpersonal</li> <li>• Qué es empatía</li> <li>• Qué es asertividad</li> <li>• Qué es el respeto</li> </ul>	<p><b>Desarrollar empatía, asertividad</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollar la empatía</li> <li>• Asertividad</li> <li>• Respetar</li> <li>• Comunicarse con otras personas</li> </ul>	<p><b>Generar condiciones y actitudes pro-sociales, respeto y comunicación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Actitudes pro-sociales</li> <li>• Respeto por los demás</li> <li>• Buena comunicación</li> </ul>

## SESIÓN 7

**PROPÓSITO:** Concluir qué son las relaciones interpersonales, mediante el desarrollo de la empatía y asertividad, para producir actitudes pro-sociales, el respeto por los demás y una buena comunicación.

### INICIO

**MATERIALES:** Laptop, Bocinas, Hojas blancas, Plumas, Lápices, Sobres, Cuadrados de 20cm x 20cm recortados y mezclados, cartulinas o papel bond, revistas, colores, pegamento en barra, tijeras, material de decoración.

### **ACTIVIDAD “¿ESTOY SOLO?”**

El facilitador comenzará la sesión poniendo el siguiente video “Idiots iphone parody”

<https://www.youtube.com/watch?v=SbmgV7Oyp0w>

Una vez que se haya terminado de observar el video, el facilitador propiciará la discusión del video con algunas preguntas que ayuden a la introducción del tema que se quiere tocar en esta sesión.

- ¿Qué les hace pensar este video?
- ¿Qué les hace sentir el video?
- ¿Se parecen a los robots? ¿Por qué?
- ¿Cuentan con amigos en alguna red social?
- ¿Qué sienten al tener esos amigos?
- ¿Cuentan con amigos en la vida real?
- ¿Qué les hacen sentir?
- ¿Cuál es su opinión con respecto a la tecnología?

El facilitador tratará de ir cerrando esta actividad, al momento de que los participantes y expresen su sentir al responder estas preguntas; con la finalidad de que se vayan concientizando de la importancia que tiene el que se relacionen con los demás, para poder trabajar en conjunto y poder contribuir a ello, desarrollando empatía.

## **DESARROLLO**

### **ACTIVIDAD “TRUEQUE DE UN SECRETO”**

Para esta actividad, el facilitador distribuye una hoja blanca a cada uno de los participantes, en ella, deberán escribir alguna dificultad que encuentren al relacionarse en su entorno de trabajo y que no les agrade.

El facilitador les comentará que pueden disimular la letra para que no se sepa quién es el protagonista de esa situación.

Una vez que hayan terminado de escribir la situación, todos doblarán la hoja de papel de forma idéntica, se colocarán en una caja de cartón, para después ser mezcladas y distribuir al azar, cada una de las hojas dobladas a cada participante.

El facilitador, les pedirá a los participantes que a partir de ese momento, asuman el problema que ha aparecido escrito en la hoja que le ha tocado y que lo haga como si ellos mismos fueran los protagonistas de la situación, esforzándose por comprenderlo.

Cada uno de los participantes, leerá en voz alta el problema utilizando la primera persona, es decir, "yo", haciendo las adaptaciones necesarias, el participante tratará de aportar una solución.

Al explicar el problema a los otros participantes, cada uno de ellos, deberá procurar personalizarlo, es decir, hacerlo vivir a cada uno de los participantes.

El facilitador les hará mención de que no se permitirá realizar algún debate ni preguntas durante la exposición de la situación.

Al finalizar, el facilitador podrá dirigir el debate sobre las reacciones, formulando las preguntas siguientes:

- ¿Cómo se sintieron al describir su problema?
- ¿Cómo se sintieron al exponer el problema del otro?
- ¿Cómo se sintieron cuando el otro relataba su problema?
- A su parecer, ¿Comprendió el otro su problema de manera adecuada?, ¿Por qué?

- ¿Consiguió ponerse en su lugar?, ¿Por qué?
- ¿Creen que llegaron a comprender el problema del otro?, ¿Por qué?
- ¿Cómo se sintieron en relación con los demás miembros del grupo?
- Como consecuencia de este ejercicio ¿Creen que van a cambiar sus sentimientos en relación con los otros?

Una vez que se haya llegado a algunas conclusiones sobre esta actividad, el facilitador comenzará a platicar que en ocasiones es complicado propiciar actitudes de trabajo en equipo, pero enfatizará la importancia de trabajar de manera colaborativa, para que el resultado sea el mejor para todos los participantes de algún proyecto.

Tomado de (Técnicas de confianza)

### **ACTIVIDAD “MOSAICO”**

Se prepararán con anticipación, sobres con figuras mezcladas que, al unirse convenientemente, formarán cuadrados iguales. Cada sobre no tendrá las partes de un mismo cuadrado, sino de los otros, es decir, estarán mezcladas.

Se recomienda formar subgrupos de 5 participantes y uno o dos observadores para cada subgrupo.

El facilitador, entregará los sobres y colocará a los participantes alrededor de una mesa, en la que los miembros del subgrupo estén cercanos, se esperará a que se dé una señal para que todos comiencen al mismo tiempo.

El trabajo de cada subgrupo no se considerará terminado hasta que cada participante haya hecho su cuadrado.

Cada subgrupo, al terminar, permanecerá en su sitio y en silencio.

### **RECOMENDACIONES PARA LOS OBSERVADORES:**

Antes de comenzar se debe señalar claramente que ningún participante debe hablar. No debe pedir con palabras, ni con señas la pieza que necesita a ninguno de sus compañeros. Los participantes podrán ceder o entregar alguna o todas las piezas que juzgue conveniente para los otros.

Los observadores, al final, harán un feed-back con la colaboración de todos.

**NOTA:** Los cuadrados podrían ser de 20 x 20 centímetros

Se hará una discusión sobre lo que sintieron al hacer la actividad.

Tomado de (Técnicas de confianza)

### **ACTIVIDAD “RESPECTO”**

En esta actividad se trabajará el respeto, por lo que el facilitador motivará a los participantes a que expliquen qué es lo que entiende por “respeto”, asimismo se darán algunos ejemplos de ello.

Una vez que terminen de compartir sus opiniones, se agruparán en equipos pequeños (aproximadamente 5 personas), y el facilitador les dirá que con el material que se encuentra en la mesa que estará en el centro, deben realizar un collage, en donde representen qué es el respeto, cuándo sienten respeto; para después que hayan terminado lo compartan con los demás participantes e ir acotando la actividad, así como resolver dudas.

Al finalizar la sesión se pegarán en alguna pared, para recordar que el respeto es un valor esencial para la convivencia.

**TAREA:** El facilitador recomendará la lectura de “**Las competencias emocionales**” de Rafael Bisquerra y Nuria Pérez.

## SESIÓN 8

**PROPÓSITO:** Concluir qué son las relaciones interpersonales, mediante el desarrollo de la empatía y asertividad, para producir actitudes pro-sociales, el respeto por los demás y una buena comunicación.

### INICIO

**MATERIALES:** Laptop, Bocinas, Copias de hojas de asertividad, pasividad y agresividad, Hojas blancas, Plumas y lápices

### **ACTIVIDAD “ESCLARECIENDO LA LECTURA”**

El facilitador iniciará la sesión recordando la lectura de “Las competencias emocionales” de Rafael Bisquerra y Nuria Pérez, con esa lectura se esclarecerá la distinción entre inteligencia emocional, educación emocional y competencia emocional e irán reforzando lo aprendido en la sesión. El facilitador a modo de plenaria preguntará qué es lo que rescatan de la lectura para motivar la participación y esclarecer las dudas.

### DESARROLLO

#### **ACTIVIDAD “¿SOY ASERTIVO?”**

**Video “La importancia de la comunicación”**

[https://www.youtube.com/watch?v=WKhWOPA8mOY&ebc=ANyPxKr0KsISs3\\_6J-Lcklb-7MsBrizoaXwpMyoQkHU1bdd21WzXN7rER9sE12xrpcTvYWgKhCGmrW5f6OsFrbGYGd\\_wxjj\\_sA](https://www.youtube.com/watch?v=WKhWOPA8mOY&ebc=ANyPxKr0KsISs3_6J-Lcklb-7MsBrizoaXwpMyoQkHU1bdd21WzXN7rER9sE12xrpcTvYWgKhCGmrW5f6OsFrbGYGd_wxjj_sA)

Una vez que hayan terminado de observar el video, se realizará una pequeña plenaria sobre qué fue lo que pudieron rescatar del mismo. El facilitador motivará a los participantes, para que ellos puedan decir qué actitudes pudieron observar durante el video, ya sean asertivas, pasivas o agresivas.

Después de que hayan comentado lo que pensaron los participantes, se les entregará la siguiente hoja:

### **ASERTIVIDAD, PASIVO, AGRESIVO**

La asertividad suele definirse como un comportamiento comunicacional en el que la persona ni agrede ni se somete a la voluntad de otras personas, sino que expresa sus convicciones y defiende sus derechos. Se trata de una categoría de comunicación vinculada con la alta autoestima y que puede aprenderse como parte de un proceso amplio de desarrollo emocional. La define como una forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y equilibrada, cuya finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros legítimos derechos sin la intención de herir, actuando desde un estado interior de autoconfianza, en lugar de la emocionalidad limitante típica de la ansiedad, la culpa o la rabia.

La asertividad impide que seamos manipulados por las demás en cualquier aspecto además de valorar y respetar a las demás recíprocamente.

Todas las personas tenemos derecho a ser tratadas con cortesía y respeto.

Cuando defendemos nuestros derechos nos respetamos a nosotras mismas y obtenemos el respeto de los demás.

Cuando hacemos lo que es correcto para nosotras, nos sentimos mejor con nosotras mismas y tenemos una relación más auténtica y satisfactoria con nosotras mismas.

Al sacrificar nuestros derechos, estamos entrenando a otras personas para que nos traten de forma incorrecta.

Ganaremos mucho de la vida si somos libres y capaces de defender nuestros derechos a la vez que potenciamos los mismos derechos en las demás personas.

Tenemos derecho a expresarnos mientras no violemos los derechos de otras personas.

Si no decimos a las demás cómo nos afecta su comportamiento, les estamos negando la oportunidad de cambiar.

Cuando no permitimos que conozcan nuestros sentimientos, de alguna manera, estamos manipulando a la otra persona.

Todo el mundo se beneficia del comportamiento asertivo.

Analiza en pequeño grupo estas afirmaciones contrastándolas con situaciones de la realidad.

La asertividad comienza con la creencia de que todas las personas tienen DERECHOS BÁSICOS incluyendo los siguientes:

- 1) Ser tratadas con respeto y consideración.
- 2) Tener y expresar directamente opiniones propias y sentimientos, incluido el enfado.
- 3) Expresar talentos propios e intereses a través de cualquier medio.
- 4) Equivocarse.
- 5) Marcar sus propias prioridades para satisfacer sus necesidades.

- 6) Ser tratada como persona adulta capaz sin paternalismos.
- 7) Ser escuchada y tomada en serio.
- 8) Ser independiente.
- 9) Pedir a alguien que cambie su conducta, cuando viola los derechos ajenos.
- 10) Cambiar de opinión.
- 11) No saber o no entender algo.
- 12) Decir no sin sentirse culpable o egoísta.
- 13) Pedir algo.
- 14) Supone una orientación activa hacia la vida.

#### **LA CONDUCTA ASERTIVA:**

Es aquel estilo de comunicación abierto a las opiniones ajenas, dándoles la misma importancia que a las propias. Parte del respeto hacia los demás y hacia uno mismo, aceptando que la postura de los demás no tiene por qué coincidir con la propia y evitando los conflictos sin por ello dejar de expresar lo que se quiere de forma directa, abierta y honesta.

No van a ganar, sino a llegar a un acuerdo.

Una persona asertiva suele ser tolerante, acepta los errores, propone soluciones factibles sin ira, se encuentra segura de sí misma y frena pacíficamente a las personas que les atacan verbalmente.

Expresar, al máximo de nuestras posibilidades, lo que queremos y deseamos de un modo directo, honesto, de forma adecuada, que claramente indica lo que deseamos de la otra persona pero mostrando respeto por ella, con el mínimo coste emocional, manteniendo una buena relación con las personas implicadas.

Discrepa abiertamente, pide aclaraciones, dice "no", sabe aceptar errores.

Defiende sus propios intereses. Expresa opiniones y sentimientos libremente. Expresa sus deseos y necesidades. No permite que las demás se aprovechen. Es capaz de elogiar a las demás. Sabe pedir favores y hacer peticiones.

Conducta no verbal: Contacto ocular directo, habla fluida, gesto firme, mensaje en primera persona, respuestas directas, verbalizaciones positivas. Conoce sus derechos y los defiende.

Habla fluida, seguridad, contacto ocular directo, relajación corporal.

Expresión de sentimientos tanto positivos como negativos, se defienden sin agredir.

Conducta verbal: "Pienso..." "Siento..." "Quiero..." "Hagamos..." "¿Cómo podemos resolver esto?" "¿Qué piensas?" "¿Qué te parece?"

Efectos: Satisfecha, segura, relajada, autocontrol, autovaloración y respeta los derechos de las demás. Resuelve los problemas. Sensación de control emocional.

### **CONDUCTA PASIVA**

Es aquel estilo de comunicación propio de personas que evitan mostrar sus sentimientos o pensamientos por temor a ser rechazados o incomprendidos o a ofender a otras personas. Infravaloran sus propias opiniones y necesidades y dan un valor superior a las de los demás.

No defiende sus intereses. Hace lo que le dicen sin importar lo que piensa.

Conducta no verbal: Ojos hacia abajo, voz baja, vacilaciones, gestos desvalidos, quita importancia a la situación, risitas falsas.

Volumen bajo de voz, vacilaciones, silencios, poca fluidez...

Poco contacto ocular, mirada baja, postura tensa, incómoda...

Conducta verbal: "Quizás." "Te importaría mucho..." "No te molestes." "Realmente no es importante." "Me pregunto si..."

Efectos: Irritación, resentimiento, baja autoestima, lástima, disgusto.

Emocionalmente: Deshonesto consigo misma, inhibida y autonegativa.

Inseguridad en saber qué hacer y qué decir.

Sienten que es necesario ser querido por todos (pacientes, compañeros, etc.)

Sensación constante de ser incomprendidos, manipulados y no tenidos en cuenta.

Se presentan sentimientos de impotencia, culpabilidad, ansiedad y frustración.

Pérdida de autoestima / pérdida de aprecio y/o falta de respeto de los demás.

### **LA CONDUCTA AGRESIVA:**

Este estilo de comunicación se sitúa en un plano opuesto a la pasividad, caracterizándose por la sobrevaloración de las opiniones y sentimientos personales, obviando o incluso despreciando los de los demás.

Piensan que si no se comportan así, son demasiado vulnerables.

Sitúan los patrones de comportamiento en términos de ganar-perder.

Piensan que hay gente que merece ser castigada.

Pelea, acusa, interrumpe, amenaza, agrade a las demás sin tener en cuenta sus sentimientos.

Conducta no verbal: Mirada fija, voz alta, gestos de amenaza, habla rápida y fluida, mensajes impersonales, postura intimidadora.

Volumen de voz elevada, poca fluidez, interrupciones.

Contacto ocular retador, cara y expresión tensa.

Tendencia al contraataque.

Conducta verbal: “Di no tienes cuidado.” “Deberías.” “Harías mejor en...” “Malo.” “Debes estar bromeando.”

Efectos: Tensión, descontrol, culpable, mala autoimagen, soledad, hierde a las demás, frustración.

Actitud de las demás hacia el sujeto: Enojo, deseo de venganza, resentimiento, humillación.

Sienten ansiedad creciente, soledad, sensación de incompreensión, culpa, frustración.

Baja autoestima y sensación de falta de control.

Honestidad emocional: expresan lo que sienten y piensan, “no engañan a nadie”.

Producen rechazo en los demás.

Tomado de (Emilio, 2010)

El facilitador les pedirá a los participantes que la lean, con la finalidad de contribuir a una mejor comprensión sobre asertividad, pasividad y agresividad; con ello podrán realizar la siguiente actividad de una mejor manera.

### **ACTIVIDAD “SIEMPRE HAY UNA FORMA DE DECIR BIEN LAS COSAS”**

Una vez que se haya ahondado en lo que es asertividad, pasividad y agresividad; el facilitador les dirá a los participantes, que describan o inventen una situación conflictiva o una conversación difícil que hayan tenido con otra persona y en la que hayan reaccionado de forma **PASIVA**. Algunas formas de saber que reaccionamos pasivamente, son las siguientes:

- Dejan que los demás violen sus derechos.
- Evitan la mirada del que les habla.

- Apenas se oyen cuando hablan.
- No respetan sus propias necesidades.
- Su objetivo es evitar conflictos a toda costa.
- Emplean frases como: “Quizá tengas razón”, “Supongo que será así”, “Bueno, realmente no es importante”, “Me pregunto si podríamos...”, “Te importaría mucho...”, “No crees que...”, “Entonces, no te molestes”,...
- No expresan eficazmente sus sentimientos y pensamientos.

Incluso si es posible, se puede teatralizar, con la finalidad de que sea menos tedioso o simplemente ver quién, de manera voluntaria, lo desea hacer.

Una vez que terminen de describir la situación, el facilitador guiará un análisis de lo sucedido, de los sentimientos que se presentaron, las consecuencias negativas y positivas. Se tratará de estudiar y ensayar otras posibles formas de reaccionar que les parezcan más satisfactorias.

Posteriormente, se describirá una situación conflictiva o una conversación difícil que hayan tenido con otra persona y en la que hayan reaccionado de forma **AGRESIVA**.

- Ofenden verbalmente (humillamos, amenazamos, insultamos,...)
- Muestran desprecio por la opinión de los demás.
- Se comportan groseros, rencorosos o maliciosos.
- Hacen gestos hostiles o amenazantes.
- Emplean frases como: “Esto es lo que pienso, eres estúpido por pensar de otra forma”, “Esto es lo que yo quiero, lo que tú quieres no es importante”, “Esto es lo que yo siento, tus sentimientos no cuentan”, “Harías mejor en...”,

“Ándate con cuidado...”, “Debes estar bromeando...”, “Si no lo haces...”, “Deberías...”

Incluso si es posible, se puede teatralizar, con la finalidad de que sea menos tedioso o simplemente ver quién, de manera voluntaria, lo desea hacer.

Una vez que terminen de describir la situación, el facilitador guiará un análisis de lo sucedido, de los sentimientos que se presentaron, las consecuencias negativas y positivas. Se tratará de estudiar y ensayar otras posibles formas de reaccionar que les parezcan más satisfactorias.

Por último, se describirá una situación conflictiva o una conversación difícil que hayas tenido con otra persona y en la que no hayas reaccionado de forma pasiva ni tampoco agresiva. Más bien **de forma asertiva**:

- Dicen lo que piensan y cómo se sienten.
- No se humillan, desagradan, manipulan o fastidian a los demás.
- Tienen en cuenta los derechos de los demás.
- No siempre evitan los conflictos, pero sí el máximo número de veces.
- Emplean frases como: “Pienso que...”, “Siento...”, “Quiero...”, “Hagamos...”, “¿Cómo podemos resolver esto?” “¿Qué piensas?” “¿Qué te parece?”,...
- Hablamos con fluidez y control, seguros, relajados, con postura recta y manos visibles, utilizamos gestos firmes sin vacilaciones, miramos a los ojos

Incluso si es posible, se puede teatralizar, con la finalidad de que sea menos tedioso o simplemente ver quién, de manera voluntaria, lo desea hacer.

Una vez que terminen de describir la situación, el facilitador guiará un análisis de lo sucedido, de los sentimientos que se presentaron, las consecuencias negativas y positivas. Se tratará de estudiar y ensayar otras posibles formas de reaccionar que les parezcan más satisfactorias.

El facilitador junto con los participantes, harán un esquema sobre posibles reacciones ante un conflicto: Pasiva, agresiva o asertiva poniendo énfasis en las características mencionadas durante el ejercicio para cada una de ellas.

## **CIERRE**

### **ACTIVIDAD “CÓMO ME GUSTARÍA SER TRATADO”**

En esta actividad, el facilitador formará binas y les dirá que piensen en algo que les gustaría que realice su pareja para que lo haga, se les dará un tiempo considerable para que piensen.

Una vez lo hayan pensado, el facilitador les dirá a cada uno de los participantes que compartan lo que pensaron, ya que hayan compartido todos sus ideas, el facilitador les expresará que eso que pensaron para su pareja no lo hará, sino que serán ellos mismos los que tengan que realizar esa actividad. Cada uno de los participantes la realizará.

Posteriormente, el facilitador los motivará a reflexionar en que la mayoría de veces se desea que le pase algo malo a la otra persona, sin darse cuenta de que lo que se pide para los demás, lo piden para ellos mismos, algunas preguntas para lograr la reflexión pueden ser las siguientes:

- ¿Por qué pensaron en esa actividad?
- ¿Qué sintieron cuando se les dijo que la actividad la tenía que hacer su pareja?

- ¿Qué sintieron cuando se les dijo que la actividad la tenían que realizar ellos mismos?
- ¿Fuiste empático con tu pareja?
- ¿Qué pensaron al inicio de la actividad?
- ¿Cambió su forma de pensar cuando terminó?
- ¿Qué sentiste cuando les pidieron hacer la actividad que su pareja había pensado?

Al finalizar se tratará de que lo que vivieron en la actividad lo lleven a su vida personal y profesional.

**TAREA:** Se solicitará a los participantes, realizar algunas estrategias para trabajar la competencia de inteligencia interpersonal, para poder emplearlas en su trabajo, es decir, que realicen actividades que contribuyan a una mejor relación con los demás, de manera empática, asertiva y con respeto.

CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<p><b>Propósitos positivos y realistas, comportamientos apropiados, responsabilidad, bienestar.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es un propósito</li> <li>• Cuáles con los comportamientos apropiados</li> <li>• Qué es ser responsable</li> <li>• Qué es bienestar</li> </ul>	<p><b>Generar alternativas, solucionar problemas, negociar.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Generación de alternativas</li> <li>• Soluciones de problemas</li> <li>• Capacidad para negociar</li> </ul>	<p><b>Bienestar personal y social</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Potenciar el bienestar personal y social</li> <li>• Contribuir a la generación de alternativas</li> <li>• Contribuir a solucionar problemas</li> </ul>

## SESIÓN 9

**PROPÓSITO:** Comprender en qué consiste tener comportamientos apropiados y ser responsable, mediante la construcción de alternativas que contribuyan a solucionar problemas para potenciar el bienestar personal y social.

### INICIO

**MATERIALES:** Sábana, Laptop, Bocinas, Hojas blancas, Plumas, Lápices, Sobres, Piezas de rompecabezas de cuadrados, Pizarrón o rotafolio, Plumones o gises, 4 círculos negros, 4 círculos blancos.

## **ACTIVIDAD “VOLTEANDO LA SÁBANA”**

En esta actividad, el facilitador deberá extender sobre el suelo una sábana, y les dirá a los participantes que TODOS los miembros del grupo deben colocarse de pie sobre ella (se debe procurar que no sobre mucha sábana fuera del grupo).

Se les pedirá que SIN SALIR FUERA DE LA SÁBANA NINGÚN PARTICIPANTE, le den la vuelta, de modo que quede toda ella por el otro lado, con todos encima (esto debe hacerse e silencio).

Se les dará el tiempo que ellos necesiten para realizar la actividad, una vez que lo hayan logrado, mediante una puesta en común se comentará la importancia de la cooperación, el ponerse de acuerdo y el mirar todos en una misma dirección o hacia un mismo objetivo, extrapolándolo a situaciones experienciales concretas que se presentan en el área laboral.

## **DESARROLLO**

### **VIDEO “ESE NO ES MI PROBLEMA”**

<https://www.youtube.com/watch?v=JOhDDSJf-OU>

Una vez que hayan terminado de ver el video, el facilitador propiciará unas preguntas para que las contesten de manera individual, éstas son las siguientes:

- ¿Qué sintieron al ver el video?
- ¿Qué les pareció?
- ¿Cuál es el mensaje del video?

- ¿Con quién se identificaron?
- ¿Cómo son en sus relaciones?
- ¿Qué les hace sentir ser así?
- ¿Qué les hace actuar de esa manera?
- ¿Cómo actúan frente a esas situaciones?
- ¿Les gusta esa forma de enfrentarlas?
- ¿Desean transformar su forma de enfrentarlas?

Una vez que hayan terminado, se organizarán grupos de tres participantes para que pongan en común sus respuestas y lleguen a un acuerdo. Posteriormente estos acuerdos se pondrán en común a modo de síntesis.

### **ACTIVIDAD “EL BOTÓN DE AYUDA”**

Esta actividad pone énfasis en el efecto de la [responsabilidad dividida](#) que existe en un grupo de trabajo, en cómo el pequeño esfuerzo y participación de cada uno de los integrantes es indispensable para el resultado final.

El facilitador colocará a todos los participantes en una hilera, dibujará en el pizarrón o pondrá un objeto en una mesa al centro del salón, para que todos lo miren. Se situarán de tal manera que no se tapen unos a otros, y todos tengan a alguien a su derecha e izquierda. En caso de que el grupo sea numeroso, se harán dos filas paralelas, una adelante y otra atrás.

El facilitador les dará la instrucción de no poder hablar, reír o mirar a algún otro lado que no sea el dibujo o el objeto situado al centro.

Asimismo, recalcará que todos se deben concentrar y mirar en ese punto mencionado, el facilitador les dirá que ese punto representa el botón que suministra el agua y alimentos para el país en el que viven, y sólo se puede apretar y mantener actividad con la mirada de todos a la vez. Si alguien deja de mirar ese punto o botón, significaría que automáticamente dejan de aportarse las provisiones necesarias.

Posteriormente, el facilitador se ubicará detrás de la hilera, periódicamente irá repitiendo la consigna de partida, procurando que el silencio se mantenga, y recordando la responsabilidad que implica la acción emprendida entre todos.

La actividad no tendrá una duración prefijada, se dará por finalizada cuando una sola persona se rebele o desmotive, y deje de mirar de forma comunitaria el objeto. No obstante, para que suponga un esfuerzo razonable, es recomendable que no lleve un tiempo inferior a los 20 minutos.

Al finalizar, el facilitador motivará para que se tenga un momento de reflexión y para valorar cómo se han sentido cada uno, si se han considerado un equipo, si honestamente reconocen haberse movido o haber dejado de mirar, si aguantaron hasta sus máximas posibilidades o si delegaron en los demás.

El facilitador pondrá énfasis en la importancia que se tiene al pensar muchas veces que el que desiste piensa en el fondo que su esfuerzo no es tan indispensable, que apenas se va a notar, que el de los demás compañeros lo compensará. Entonces se puede lanzar en voz alta la siguiente pregunta: “¿y si todos los allí presentes hubieran pensado lo mismo, hubieran delegado y depositado la responsabilidad en los demás?, ¿qué hubiera pasado?”.

Tomado de (Córdova, 2008)

## **CIERRE**

### **ACTIVIDAD “PUESTOS NEGROS Y BLANCOS”**

El facilitador meterá en una bolsa de plástico o caja de cartón, papeles doblados al mismo número de participantes, solo ocho de ellos tendrán la palabra “participante”, los que saquen los ocho papelitos serán los que participarán en la siguiente actividad.

Cuando tenemos los ocho participantes, el facilitador les pedirá que se coloquen en fila, es decir, uno detrás del otro participante hasta quedar los ocho situados en línea. Es muy útil hacerlo sobre espacios procurando que haya dos vacíos de más a cada lado de la fila (incluso se pueden dibujar doce cuadrados en el piso, para colocar a los participantes dentro de ellos).

A cada participante se le asignará un color de manera alternativa: Blanco, negro, blanco, negro, B. N., B. y N. O (Se puede también darle a cada uno círculos de color negro o blanco).

También se puede realizar esta actividad con algunas fichas sobre un tablero o con dibujos en el pizarrón en lugar de los participantes.

La actividad termina cuando se consigue poner a todos los participantes que tengan los círculos negros seguidos y todos los círculos blancos uno después del otro. Pero para conseguirlo deben hacerlo con las siguientes normas:

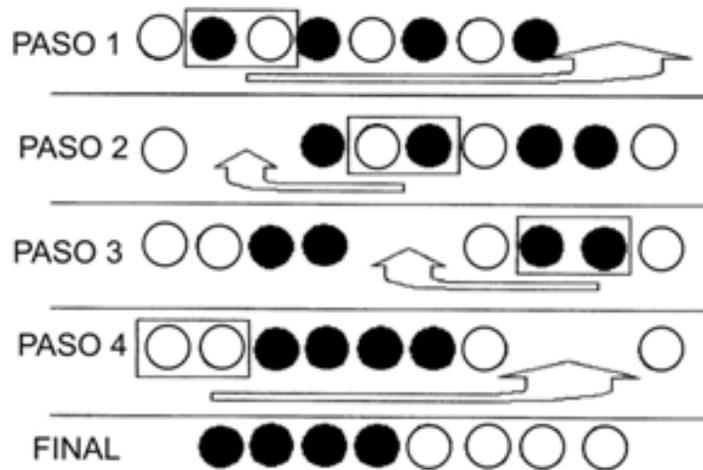
1º El objetivo es conseguirlo con el mínimo número de movimientos.

2º Se moverán las piezas de dos en dos, es decir, por parejas.

- 3° Cuando se mueva una pareja, el hueco ha de permanecer donde estaba. Puede ser rellenado por otra pareja.
- 4° Cuando se mueva una pareja, deben mantener su posición relativa sin girar ni cambiarse de lado.
- 5° La fila final no debe tener huecos.
- 6° Todo lo anterior se realizará en silencio.

(Arranz, 2010)

A continuación presentamos una forma de solucionarlo. El facilitador utilizará esta clave solamente cuando acabe la actividad.



(Arranz, 2010)

El facilitador propiciará a que se comente la actividad, tanto las personas que participaron, como los que estuvieron observando la actividad, misma que se podrá realizar con las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se organizaron?

- ¿Cómo se pusieron de acuerdo?
- ¿Ha tomado alguien el mando del grupo? (En caso de responder si) ¿Cómo lo hizo? (En caso de responder no) ¿Por qué?
- ¿Ha sido dirigido por varios participantes? (En caso de responder si) ¿Por qué?
- ¿Alguno de ustedes ha intentado resolver el problema por sí solo?
- Su comportamiento ¿era parecido al utilizado en otras ocasiones en el trabajo en grupo?
- ¿Cómo se sintieron?
- ¿Qué pueden percibir de esto?
- ¿Qué sentimientos les produjo la actividad?
- ¿Qué notaron a lo largo de la actividad?
- ¿Piensan que el equipo estuvo de acuerdo a lo largo de la actividad?, ¿Por qué?
- ¿Se dio alguna confrontación?
- ¿Han estado en una situación similar en lo laboral?
- ¿Cuál fue su reacción?
- ¿Qué decisiones tomaron?
- Los participantes que no hicieron la actividad ¿Cómo reaccionaron?
- ¿Querían ayudar?
- ¿Lo hicieron?
- ¿Por qué no lo hicieron?
- ¿Qué sintieron al estar en esa posición?

Al finalizar se hará la evaluación del ejercicio.

**TAREA:** Se solicitará a los participantes, realizar algunas estrategias para trabajar la competencia de habilidades de vida y bienestar, para poder emplearlas en su trabajo.

El facilitador les recordará que a lo largo del taller se dejó la realización de diversas estrategias, para poderlas emplear en su área laboral y que será necesario que para la próxima y última sesión lleven las estrategias que planearon.

El facilitador recomendará la lectura de **“Educación emocional y competencias básicas para la vida”** de Rafael Bisquerra.

El facilitador les dirá a los participantes que para la siguiente sesión, deberán traer comida para compartir, debido a que se realizará un pequeño convivio para cerrar el taller y que ellos deberán ponerse de acuerdo.

CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
<b>Estrategias de trabajo</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es una estrategia</li> </ul>	<b>Desarrollar educación emocional</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación emocional en estudiantes de preescolar</li> </ul>	<b>Formación integral y generar estrategias</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tener una formación integral</li> </ul>
<b>SESIÓN 10</b>		
<p><b>PROPÓSITO:</b> Los participantes realizarán una secuencia didáctica con la que se pretende contribuir al desarrollo de la Educación Emocional en niños de preescolar, mediante diferentes estrategias de trabajo, con la finalidad de llevar a cabo una formación de manera integral; así como la clausura del taller emocional.</p> <p><b><u>INICIO</u></b></p> <p><b>MATERIALES:</b> Hojas blancas, plumas, lápices, Tres sillas o en su defecto, cualquiera cosa que establezca tres espacios, tarjetas o fichas bibliográficas, sobres o cajitas, material para decorar.</p>		

### **ACTIVIDAD “REFLEXIONANDO LA LECTURA”**

El facilitador iniciará la sesión recordando la lectura de “Educación emocional y competencias básicas para la vida” de Rafael Bisquerra, con esa lectura se buscará esclarecer sus ideas sobre las competencias emocionales, las cuales se trabajaron en este taller y reforzarán lo aprendido en las sesiones anteriores.

El facilitador, a modo de plenaria, preguntará qué es lo que rescatan de la lectura para motivar la participación y aclarar las dudas.

### **DESARROLLO**

#### **ACTIVIDAD “CONJUNTANDO LO APRENDIDO”**

Para esta actividad, el facilitador dividirá al grupo en cinco subgrupos, les expresará que, con las estrategias que cada uno realizó a lo largo del taller, tendrán que armar una sesión, para abordar cada competencia emocional y a su vez, entre todos poder realizar una secuencia didáctica, con su inicio, desarrollo y cierre, para contribuir a trabajar las emociones.

Para esta actividad, los participantes deberán emplear lo aprendido a lo largo del taller; es decir, las competencias emocionales que se fueron trabajando en estos dos meses y medio, llevándolo a la práctica.

Una vez que hayan terminado la secuencia didáctica, la expondrán todos juntos al grupo, a lo largo de la exposición el facilitador cuestionará las estrategias, si es necesario, e irán resolviendo las dudas que vayan saliendo a lo largo de la secuencia.

Una vez que se logró exponer la secuencia didáctica entre todos, se pasará a la última actividad de la sesión.

### **ACTIVIDAD “EL VIAJE DE MI VIDA”**

El facilitador colocará las tres sillas una al lado de la otra. Y planteará al grupo que cada participante debe pasar al frente y sentarse sucesivamente en cada silla, expresando sus vivencias. Para ello se imaginarán que se suben a su auto y por el retrovisor verán cómo llegaron al taller; se cambiarán de silla y expresarán cómo se sintieron durante las sesiones y en su vida a lo largo de ellas, y en la última silla se imaginarán lo que les espera y expresarán cómo es que se van del taller.

Cada participante irá pasando por los distintos “autos” y compartirá sus vivencias.

Esta actividad servirá para hacer explícito los sentimientos y emociones que han experimentado y experimentan los participantes provocados por la actividad grupal, con ello permitirá al facilitador valorar el impacto del trabajo grupal en cada uno de los participantes.

### **CIERRE**

### **ACTIVIDAD “LA DESPEDIDA”**

Por último, el facilitador le entregará una hoja blanca a cada participante, les dará instrucciones de escribir su nombre en la parte superior de la hoja con letras grandes.

Luego les pedirá que completen la siguiente oración en la forma en que puedan:

**"Estoy llegando a ser una persona que..."**

Se les dará un tiempo considerable para que puedan escribir lo que están llegando a hacer. Una vez que terminen de escribir, de manera voluntaria, compartirán lo escrito.

Asimismo, el facilitador entregará un paquete de tarjetas o fichas bibliográficas, les dirá a los participantes que escriban un mensaje a cada uno de los demás participantes, cuando todos hayan terminado, escribirán su nombre en una tarjeta y la pondrán en una cajita o sobre que cada participante decorará , simulando un buzón.

Al termino del convivio, cada participante recogerá su cajita o sobre.

### **ACTIVIDAD “CONVIVIO”**

El facilitador recomendará algunas lecturas que servirán para ahondar en el tema:

- “Dirigir y educar con Inteligencia Emocional” de Begoña Ibarrola
- “La estructura cognitiva de las emociones” de Andrew Ortony
- “Inteligencia Emocional” de Daniel Goleman
- “La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia” de Rafael Bisquerra
- “La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey” de Pablo Fernández Berrocal y Natalio Extremera

## 5.4 Conclusiones

El propósito fundamental de esta propuesta pedagógica, fue la elaboración de un Taller que propiciara el desarrollo de competencias emocionales en los docentes de educación preescolar, para contribuir a mejorar su desempeño profesional y por ende la educación de sus alumnos; por lo que fue necesario elaborar cinco capítulos, de los cuales cuatro de ellos, consistieron en sustentar dicha propuesta y el último fue la elaboración de la misma.

En el primer capítulo se abordaron temas que describen el contexto en el que se pretende aplicar la propuesta; debido a lo anterior, se parte de que el mundo se encuentra en constante cambio, debido a las consecuencias del Neoliberalismo, la Globalización y la Sociedad de la información, entre otras cosas.

Se externó que la filosofía del Neoliberalismo insiste en comunicar a las personas que esta corriente ayudará a que la economía de países subdesarrollados crezca de una manera acelerada, aunque en la realidad se presenten cada vez mayores desigualdades y problemáticas sociales.

Por otro lado, se entendió a la Globalización como el proceso mediante el cual se difunde la influencia de un país altamente desarrollado a otros países con menor desarrollo, provocando que su cultura, tecnología, política y comunicaciones, cambien de manera contundente, por la intervención de este país desarrollado, afectando la forma de su gobierno, el poder que ejerce y teniendo como resultado, la falta de identidad de su propia cultura.

Aunado a lo anterior, se abordó en que consiste la Sociedad de la información, que se fundamenta sólo en los avances tecnológicos, saturando de información a una gran parte de los seres humanos que viven en el planeta. Debido a eso, es que se debe de tomar conciencia que no toda la información que se encuentra en internet es válida; el ser humano debe conducirse de una manera competente, para que pueda valerse de manera óptima, dentro del contexto en el que se encuentra.

Debido a lo anterior, hoy en día, el tipo de hombre que existe es aquél que sólo se preocupa por lo material, individualista, no se preocupan por aquellos que se encuentran a su alrededor, se ha ido acostumbrando a observar cientos de noticias crueles y despiadadas.

Es por eso que el sistema educativo, funge como pieza imprescindible para contribuir en la formación de un ser humano integral, queriendo desarrollar todas sus habilidades, pero a pesar de ello, no todas se llevan a cabo, debido a que no se está formado de esa manera; además sólo se fomentan aquellas que le conviene al estado, los propósitos que para él son útiles, por ejemplo lo que tenga que ver con mano de obra y que no le permita reflexionar al ser humano.

La educación de calidad sólo se queda en el discurso, ya que por lo general, se estimula sólo la parte cognitiva y de manera tradicional, lo que da pie a que el ser humano no reflexione y por lo consiguiente, no sea crítico, sin importar si se comprenden o no los contenidos y cómo se llevan éstos a la realidad, olvidando una parte que no trabaja la escuela y la cual es fundamental para que el ser humano sea realmente integral, la parte afectiva.

Por el contrario, el tipo de hombre con el que deseo contribuir en su formación, es aquél que piense, indague y reflexione sobre la importancia al dar a conocer una toma de decisión, alguna opinión o juicio, así como asumir las consecuencias de sus actos; pero sobretodo que sea capaz de desarrollar las competencias emocionales que necesita para desempeñarse de una mejor manera en su vida personal y profesional.

Otro punto importante dentro del capítulo, fue la explicación del concepto de competencia, entendiéndose ésta como el conjunto de recursos potenciales, que tiene un ser humano para enfrentarse a problemas propios en el contexto social.

En ese sentido, se retoma como pertinente la clasificación de las competencias en tres grupos: Desarrolladas, Extendidas y Reestructuradas; las

primeras son las competencias que ya posee el ser humano y las lleva a otro contexto distinto en el cual las desarrolla; las segundas, son aquellas en las que es necesario tener un conocimiento nuevo, para que se pueda extender la competencia que ya se tiene, es decir, que se utiliza una competencia ya desarrollada para poder aprender algo distinto; y la tercera, es aquella competencia en donde se debe desaprender lo aprendido, para volver a aprender, es decir, que se necesita reestructurar la competencia, para cambiar lo ya comprendido y con ello contribuir a la mejora de cosas nuevas, inclusive la creación de ellas.

De igual manera, se argumentó que es el vínculo de los comportamientos, tanto sociales y afectivos, como las habilidades cognoscitivas, psicológicas, sensoriales y motoras, las que permiten llevar a cabo y de una manera adecuada, un papel, desempeño, actividad, tarea o resolver algún problema que se les presente.

Por lo anterior, se concluye que es necesario contribuir al desarrollo de competencias, porque lo que se requiere hoy en día, es formar a un ser humano capaz de desempeñarse de manera eficiente dentro del contexto social en el que se encuentra, con ello podrá cubrir el perfil que actualmente propone el sistema de educación.

Gracias a lo anterior, quedó al descubierto que lo que realmente se necesita es una nueva forma de educación, que contribuya al desarrollo de competencias para la vida, ya que esto es lo que en un futuro ayudará a los seres humanos a desenvolverse de una manera óptima y generando un conocimiento pertinente en su vida diaria, por esto se debe transformar la escuela constantemente.

Sin embargo, ninguna competencia es posible que se desarrolle desde una sola disciplina, sino más bien debe valerse de varias de ellas, el trabajo interdisciplinario es una ayuda importante para enfrentar la realidad y construir respuestas a las necesidades que requiere la sociedad.

El papel del docente en la formación integral es de gran importancia, ya que es el que, por ser el primer contacto con el alumno, se encarga de acompañarlo durante los procesos de enseñanza y aprendizaje, contribuyendo en la construcción de nuevos conocimientos. Asimismo, para poder contribuir a una formación integral debe contar con diversos conocimientos que lo ayuden a cubrir con las exigencias del sistema educativo, ya que si se requiere de una educación de calidad es necesario que los docentes cuenten con ella.

En este contexto, el trabajo para el docente se vuelve demasiado complicado, ya que pueden estar sometidos a determinadas exigencias para llevar a cabo el plan y los programas de estudio con eficiencia y eficacia; no obstante, tiene escasez de herramientas y recursos necesarios para que esto sea posible.

A consecuencia de ello, se llega a pensar que el trabajo que realiza el docente de nivel preescolar es sumamente demandante, aunque se considere que el trato con niños pequeños genera menor estrés, ya que el hecho de realizar actividades con alumnos que requieren una mayor atención y supervisión para desarrollar cada una de las acciones dentro de los centros educativos, y al mismo tiempo, el tener más responsabilidad en cuanto a normar ciertas conductas en el pequeño como: su refrigerio, el riesgo de accidentes durante las actividades, el control de sus necesidades fisiológicas, entre otras, puede llevarlos a un estrés crónico.

En el capítulo dos, se argumenta que, como resultado de lo anterior, el sistema educativo ha tratado de impulsar una educación pero de manera tradicional, lo que obstaculiza la verdadera transformación, tanto social, económica y cultural, es decir, que no acepten una innovación; en consecuencia, no transforman ni preparan a las nuevas generaciones para enfrentar los cambios que está teniendo el mundo. Asimismo, lo que en verdad se requiere es una transformación, pero dentro del mismo sistema educativo, lo que ayudará al mejoramiento del mismo, para que se tenga una relación con la vida cotidiana de cada uno de los alumnos y que esta no sea ajena a él.

Uno de los grandes errores al escuchar la palabra innovación, es que se cree que la innovación sólo tiene que ver con la incorporación de nuevas tecnologías (TIC'S) en los procesos de enseñanza y aprendizaje, dejando de lado lo realmente importante. Estas nuevas tecnologías, son sólo un recurso más para lograr dichos procesos, razón por la que se requiere definir qué es innovación.

Por ello, se afirmó que para que exista la innovación, principalmente el docente debe tener iniciativa, el deseo para mejorar su práctica profesional, apropiándose de un compromiso individual, al contribuir en un trabajo colaborativo; esto va más allá de una simple técnica o teoría, la cual debe estar siempre acompañada de una finalidad educativa.

Por lo tanto, la innovación educativa se entiende como la capacidad de idear e impulsar opciones pedagógicas que se distingan de los modelos que se llevan a cabo en la escuela tradicional, buscando contrarrestar los efectos negativos que éstos han presentado en los procesos de enseñanza y aprendizaje a lo largo del tiempo, de igual manera la permanencia y movilidad escolar de los alumnos, así como dar prioridad a distintos conflictos y desafíos que no se han cubierto en cuanto a la educación.

Debido a lo anterior, es que el sistema educativo requiere urgentemente la necesidad de innovar, entendiéndola como una actitud, deseo y compromiso por parte de todos los actores educativos, para disminuir las problemáticas; asimismo, se requiere de condiciones institucionales para que esto camine conjuntamente, cambiando el paradigma que se ha establecido durante bastante tiempo.

Se necesita cambiar también como persona, sujeto, profesor, alumno, etcétera; asimismo transformar el contexto en el que se desarrolla cada una de las personas por medio del diálogo, modificar actitudes personales y sociales, por lo tanto innovar, más que relacionar la teoría con la práctica, es un querer cambiar y un querer hacer.

Las innovaciones pedagógicas nos llevan a retomar una idea de didáctica, pero totalmente distinta a la tradicional, es por ello que se mencionó a Juan Amos Comenio, ya que es considerado el padre de la Didáctica, puesto que fue el primero en suponer que el medio para conseguir el perfeccionamiento personal y social es la educación, haciendo partícipes a todos los seres humanos.

La Didáctica es un saber hacer que trata de vincular dos procesos que son de naturaleza diferente: El proceso de Enseñanza y el proceso de Aprendizaje. Ese saber hacer es el canal de una sistematización que ha creado los métodos.

El método didáctico tiene como finalidad facilitar, transmitir y elaborar secuencias didácticas, las cuales ayudarán a que se puedan llevar a cabo los procesos de los que se habla. En cualquier método se necesita analizar desde dos vertientes: El conocimiento histórico y teórico de la didáctica; y la dimensión sociopolítica.

Para que el método didáctico se les haga interesante a los alumnos, éste debe ser natural, es decir, que no se les presione a avanzar de manera acelerada en los procesos; asimismo es necesario trabajar con cierta madurez, para que todas las cosas, aún las más serias, se traten de modo familiar y ameno, es decir, que todos los contenidos que se trabajen deban tomarse de manera seria y colaborativa, para que se puedan mirar en el otro y también aprender de esa forma.

Otra parte importante dentro de ese capítulo, es la diferenciación entre la didáctica dominante y la escuela activa; en la primera se le prohíbe al alumno que piense, reflexione y se cuestione sobre lo que el docente le transfiere, el docente es autoritario y dominante, incluso algunas veces amenazante y el trato hacia los alumnos es como si fuesen máquinas y no como seres humanos.

Por el contrario, en la nueva escuela el alumno es activo, es decir, participa en su propio proceso de aprendizaje, toma un papel central, deduce, demuestra, no concibe el conocimiento mediante la transmisión, sino mediante la construcción de él.

Se observa que los alumnos no son iguales, por lo que es libre la manera de trabajar de cada uno, además la forma de trabajo es de manera colaborativa.

Por lo consiguiente, es necesario asumir una teoría pedagógica que sustente una idea de conceptos y teorías que sean consecuentes con la idea de competencia antes mencionada, que considere que el sujeto aprende como una persona activa, construyendo su propio aprendizaje, lo que lleva a la necesidad de retomar algunos de los planteamientos constructivistas.

Los sistemas educativos en el mundo argumentan que actualmente se requiere que el alumno sea quien construya su propio aprendizaje. Sin embargo, en algunos de ellos, incluyendo a México, no se trabaja de esa manera o si se trabaja sólo son en pocas escuelas aunque se diga en el discurso lo contrario.

Los contenidos, así como la manera de llevar a cabo los procesos de enseñanza y aprendizaje, se van haciendo cada vez más académicos y formales, lo que da como consecuencia la falta de interés por parte de los alumnos, ya que lo que les es significativo lo encuentran en el juego o en las clases en las que no son tradicionalistas.

Se explicaron varias teorías, mismas que nos ayudaron a sustentar la propuesta, se hizo mención de Piaget y su Teoría de la epistemología genética, entendiéndola como una disciplina que se encarga de estudiar los mecanismos y procesos de enseñanza y aprendizaje, mediante los cuales se pasa de un conocimiento menor a un conocimiento más complejo; es decir, se plantea explicar cómo es que un sujeto transita de un conocimiento dado a un conocimiento mejor, llevándolo a cabo mediante un mecanismo descubierto, el cual es organizado en cuatro etapas o estadios: Sensoriomotriz, Preoperacional, Operaciones concretas y Operaciones formales.

Se conceptualizó el aprendizaje, refiriéndose al fruto de la relación que existe entre el ser humano y lo que le rodea, así sea información o las mismas personas

que están a su alrededor. Esto se lleva a cabo gracias a cada estructura que se adquiere, porque ello permite una mayor riqueza al intercambiarlos y una mayor capacidad de aprendizaje en cualquier nivel de enseñanza en el que se encuentre, puesto que en la educación uno de los propósitos es ayudar a que los seres humanos avancen de un estadio inferior a otro superior, así el conocimiento va adquiriendo un mayor significado a medida que el ser humano crece, pero en distintos niveles de comprensión; de todo esto se va conociendo dónde es que las emociones se elaboran en mayor parte, correspondiendo al desarrollo cognitivo.

Asimismo, se hizo mención de la importancia de lo afectivo dentro del aprendizaje, ya que es sumamente trascendental que en el ámbito educativo se trabajen ambas dimensiones, tanto la cognitiva como la afectiva, y sobre todo se incorpore en el currículo, ya que cómo hacer que el alumno posea una educación integral si se deja de lado esta dimensión tan importante.

Otro autor del que se habla es de Ausubel, quien con su Teoría del aprendizaje significativo y la motivación aporta para esta propuesta, ya que es fundamental para el docente, analizar el proceso de relación entre el conocimiento nuevo y el que ya poseen, por lo que no es tan importante el resultado sino el proceso que le lleve a dar una respuesta determinada; esto de tener una interacción ya sea con alguien más o solo, hace que se relacione de manera interpersonal o intrapersonal utilizando las competencias necesarias sin darse la importancia que tienen durante ese proceso.

La motivación tiene un papel imprescindible dentro de los procesos de enseñanza y aprendizaje, por lo que no se puede llevar a cabo ningún aprendizaje si no existe la motivación como variable importante para que se logren estos procesos.

Al igual que Piaget y Ausubel, Vigotsky cuenta con la Teoría Sociocultural, en la que se argumenta que la cultura es determinante en el desarrollo personal. Los seres humanos son los únicos que crean cultura y es en ella donde se desarrollan, y a través de la cultura, los individuos adquieren el contenido de su pensamiento, el

conocimiento; la cultura es la que proporciona los [medios](#) para adquirir el conocimiento. La cultura dice qué pensar y cómo pensar; da el conocimiento y la forma de construir ese conocimiento, por esta razón, Vygotsky sostiene que el aprendizaje es mediado.

Se entiende por Zona de desarrollo próximo al recorrido entre el nivel real de desarrollo, determinado por la capacidad de resolver de manera individual un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la solución de un problema bajo la orientación de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz.

En conclusión, es este capítulo lo que realmente se quiso explicar es cómo el alumno construye su propio aprendizaje, el cual se da a partir del periodo de desarrollo cognitivo en el que se encuentre, de los aprendizajes previos que posea y de la interacción que se da con la información y las personas que le rodean; su posición es la de un ser humano activo, que se cuestiona, reflexiona y realiza hipótesis para verificar si es o no cierto lo que él dijo; el docente por su parte sólo se encarga de ser un mediador, facilitador, guía u orientador para el alumno.

En el capítulo tres, la caracterización de los docentes fue imprescindible para poder elaborar la propuesta, debido a que en el sistema educativo, todos los que participan en él son importantes y necesarios para que marchen debidamente las cosas. Sin embargo es en los docentes, que recae la responsabilidad de obtener “buenos” resultados en la educación. Por ello, es que surge la exigencia de llevar a cabo una actualización docente de manera constante.

Lo que se pretende es buscar generar propuestas que enriquezcan su trabajo, reflexionando sobre su hacer y con ello, poder construir estrategias para un mejor desempeño laboral.

Asimismo, se expresó que es necesario saber el nivel educativo en el que se puede ser más significativa la formación sobre un tema o asunto en especial, por lo

que en este caso las competencias emocionales son indispensables en todos los procesos educativos; sin embargo, puede significar un mayor impacto, si se logra identificar el momento en que facilitar su trabajo repercute en todo el proceso formativo del ser humano.

Debido a lo anterior, fue que situé la propuesta en el nivel preescolar, ya que en los primeros años de vida se ejerce una influencia importante, para el desenvolvimiento individual y social de los seres humanos; se desarrolla su identidad personal, se hacen acreedores de capacidades fundamentales y aprenden las normas básicas para integrarse a la sociedad.

Quise trabajar con docentes porque pienso que son un factor clave para que lo anterior se pueda llevar a cabo, las tareas pedagógicas y formativas están a su cargo; no obstante, en algunas ocasiones comienzan a presentar un cambio personal, afectando su desempeño laboral y por ende la formación de los alumnos.

También se explicó, cómo es que a lo largo de los años, se fue incrementando la importancia del nivel preescolar, ya que anteriormente se priorizaba el nivel primaria, dejando de lado los otros niveles. De igual manera, se incrementó el número de docentes en este nivel, en su mayoría son docentes mujeres, aún a pesar de no estar prohibido que los docentes hombres puedan ejercer, sólo 7 docentes de 100 son hombres.

El mejoramiento en el perfil escolar, también es un factor clave para aumentar la calidad de la educación y el desempeño docente, ya que actualmente, los estudios mínimos para poder impartir clases en preescolar, es el nivel de licenciatura.

A pesar de ello, la actualización de los docentes se han quedado en el olvido, y no haciendo referencia a las actualizaciones en lo cognitivo, sino en la parte emocional, es decir, se han olvidado de su persona, de lo que sienten, de saber lo que piensan los docentes cuando se enfrentan a situaciones que no creen poder resolver en su vida personal y laboral; razón fundamental para desempeñarse de una

mejor forma; razón por la cual se ven afectados los procesos de enseñanza y aprendizaje.

Lo anterior, se ha pasado por alto, aún a pesar de saber la importancia que tiene el relacionarse con su salud mental, y por obvias razones, con la parte laboral. Aunado a ello el contenido de trabajo que maneja un docente es bastante amplio, el grado de responsabilidad que maneja es altísimo, el conflicto que puede existir con sus compañeros de trabajo o los padres de familia, así como el horario irregular, son algunas de las causas para que el docente genere estrés.

El alumno necesita un desarrollo armónico en las distintas áreas que lo conforman, por lo que un docente agotado emocionalmente, tendrá serias dificultades para responder a esta exigencia.

Es por eso que los docentes que no poseen la capacidad necesaria para enfrentar las diversas situaciones que se le presentan, pueden desarrollar el Síndrome de Burnout como consecuencia.

Este síndrome es un padecimiento que se origina como resultado de grandes presiones que sufre una persona, ante factores estresantes emocionalmente relacionados con su área laboral, surge de un problema social, Herbert Freudenberger fue el primero en estudiarlo en el año de 1974.

Está relacionado con actitudes negativas hacia las demás personas, el trabajo y la organización en la que colabora la persona que lo posee, algunas características de este síndrome son: Agotamiento emocional, fatiga y depresión, relación de los síntomas con la actividad laboral, predominancia de estos síntomas en los ámbitos mentales y conductuales sobre el cansancio físico, aparición de los síntomas en personas normales sin antecedentes “psicopatológicos”; e ineficiencia y pobre desempeño en el trabajo.

El Síndrome de Burnout se relaciona con actitudes negativas hacia las demás personas, el trabajo y la organización en la que participa la persona que lo tiene,

cosa que en el estrés no ocurre. Por ello, se genera un deterioro en las relaciones interpersonales, haciendo que aparezcan enfermedades como la depresión, ansiedad, irritabilidad, inclusive se dificulta poder concentrarse de una mejor manera.

Algunos de los daños físicos que pueden padecerse a consecuencia de este síndrome son el insomnio, enfermedades cardiovascular, pérdida de peso, dolores musculares, migrañas, problemas de sueño, desórdenes gastrointestinales, alergias, asma, fatiga crónica, problemas con los ciclos menstruales en mujeres o incluso daños a nivel cerebral.

En el capítulo cuatro, se planteó que para estar bien con los demás se debe estar bien con uno mismo, que no se puede dar lo que no se tiene, fue por eso que se trabajó con los docentes, pero desde la parte emocional sin dejar de lado la parte cognitiva; de esta manera el docente puede realizar cada una de las actividades en su vida personal y profesional, regulando sus emociones y con ello mejorar el desempeño escolar, en lugar de estresarse cada vez que tengan que estar laborando dentro y fuera de las aulas.

El trabajo que ejecutan los docentes, se basa primordialmente en las relaciones entre alumnos, padres de familia y compañeros de trabajo; por lo que las experiencias emocionales están presentes en todo momento.

Debido a lo anterior, es indispensable que las emociones sean parte fundamental en el sistema educativo, si el trabajo de los docentes está cargado de emociones y ocupa un papel determinante en la satisfacción profesional de ellos, es inevitable mostrar interés por su bienestar emocional.

El bienestar en el docente es la valoración cognitiva y emocional, donde la felicidad, autoestima, motivación, la satisfacción por su trabajo, son algunos asuntos que pueden ejercer influencia notablemente en los niveles de bienestar del profesorado.

Por ello, presté mayor atención a contribuir en la formación de los docentes, de esta manera, el profesorado formado, pero sobretodo comprometido con la educación, será también más propenso a innovar en su área laboral.

Debido a lo anterior, se concluyó que es esencial que el docente sea capaz de poseer las competencias necesarias, con la finalidad de desempeñarse de una manera óptima en su lugar de trabajo, haciéndose referencia no sólo a las competencias cognitivas, sino también a las competencias emocionales.

Sin embargo, los docentes no logran apropiarse de dichas competencias sólo al inicio de su formación o al empezar su vida profesional; se desarrollan, reestructuran o deterioran a lo largo de la vida laboral. Es por ello, que la consolidación de cada una de las competencias circula por diversas etapas.

A consecuencia de lo anterior, es imprescindible que exista en el aula la Educación Emocional, ya que, por lo general sólo se “transmiten” los conocimientos cognitivamente; aunque en el discurso se dice que es importante formar a un ser humano integral, la parte emocional queda de lado.

La educación emocional, tiene como finalidad, contribuir a desarrollar las competencias emocionales; practicar la educación emocional implica, diseño de programas fundamentados en un marco teórico, que para llevarlos a la práctica hay que contar con profesorado debidamente formado.

La educación emocional es una opción a las necesidades sociales que no están lo suficientemente atendidas en el currículum, es una articulación de competencias, ya sean estas personales o sociales, en las que las emociones de cada ser humano, su conocimiento y su autorregulación, tienen un papel primordial. Por esta razón, la combinación de competencias podrá ser de mucha utilidad a todo aquél que desempeñe una labor docente, tanto para controlar su estrés como para intensificar su motivación como la de sus alumnos.

Las competencias emocionales son el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales. Son cinco competencias: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, inteligencia interpersonal y habilidades de vida y bienestar.

Asimismo, se trabajó el método didáctico, el cual parte de la organización racional y práctica de los recursos y procedimientos del docente, con el firme propósito de poder guiar los procesos de enseñanza y aprendizaje de los alumnos hacia los aprendizajes esperados.

El método didáctico se maneja por cinco principios fundamentales, estos son: Finalidad, se refiere a la búsqueda por alcanzar propósitos didácticos, los cuales deben ser claros y construidos a partir del saber hacer del profesor, ya que son los que dan sentido y significado al método.

Ordenación, implica organizar, jerarquizar y sistematizar los contenidos de las asignaturas, los procesos de enseñanza y aprendizaje, así como los recursos didácticos, con la finalidad de propiciar el aprendizaje de los alumnos de acuerdo a los propósitos construidos.

Adecuación, se procura adecuar los contenidos de una asignatura en específico; a partir de actividades en los procesos de enseñanza y aprendizaje, de acuerdo al nivel de desarrollo alcanzado de los alumnos, deben ser significativos en relación con su entorno.

Economía, pretende lograr los propósitos de una forma rápida, fácil y económica, evitar pérdida de tiempo, material y esfuerzo por parte del docente y los alumnos, sin olvidarse de la calidad de la enseñanza y del aprendizaje.

Por último tenemos a la Orientación, intenta dar a los alumnos una guía segura, concreta y definida, para aprender todo lo que se plantea aprender,

consolidando actitudes y hábitos para aprender más y de una mejor manera, no sólo en el ámbito escolar, sino para toda su vida.

El método didáctico distingue entre recursos, que se refiere a los materiales con los que se cuenta para poder llevar a cabo el aprendizaje; las técnicas, se refiere a la manera de manejar las fases del aprendizaje, es decir, que una técnica se puede llevar a cabo mediante distintos procesos didácticos; y los procedimientos se refieren a las series o fragmentos de actividades en una fase de la enseñanza.

Por ello, el método acompaña los procesos de enseñanza y aprendizaje en sus fases, propiciando el cumplimiento de los aprendizajes esperados, esto se logra mediante las secuencias didácticas, las cuales son un conjunto de actividades de enseñanza y aprendizaje organizadas, sistematizadas y jerarquizadas, que se dan a través del método didáctico.

El desarrollo de competencias emocionales, requiere de secuencias que permitan el trabajo personal, en relación a las emociones y sentimientos, y cómo éstas se concretan en formas de ser y hacer con y para los otros. Por ello, que consideré pertinente el método socioafectivo para llevar a cabo la propuesta.

Este método se propone porque es activo, cooperativo y vivencial. Con este método se pretende crear un clima de cooperación y una actitud de búsqueda colectiva.

El método socioafectivo es la inclusión de la dimensión afectiva en los procesos educativos, aunado a la dimensión cognitiva; busca, que a partir de experiencias emotivas, el juego, etcétera, emerjan sentimientos, reflexiones profundas, experiencias y vivencias, para que no se queden sólo en el interior y sean capaces de exteriorizarlas.

Las fases del método socioafectivo son: Vivencia de una experiencia; Descripción y análisis de la experiencia; Contraste y, si es posible, Generalización de la experiencia vivida a situaciones exteriores de la vida real.

Para poder llevar a cabo estas fases, se requieren seguir algunos pasos, los cuales son: Generar un clima previo; Partir de una experiencia vivencial; discusión en el que se pone énfasis tanto en el relato de lo sucedido, como en la expresión de los sentimientos en primera persona; Generalización de discusión y Planteamiento de las modificaciones que se pueden hacer.

En el capítulo cinco, se realizó la secuencia didáctica de la propuesta pedagógica, en la que se sugieren algunas actividades que sirven para contribuir a que los docentes de educación preescolar desarrollen sus competencias emocionales, de manera que se fortalezcan los procesos de enseñanza y aprendizaje para con sus alumnos y con ello mejorar la calidad de la educación.

Se propone trabajar las primeras cuatro competencias: Conciencia emocional, en la que se intenta propiciar el autoconocimiento de las distintas emociones y sentimientos, para favorecer la comprensión de sus respuestas emocionales.

Regulación emocional, en la que se pretende favorecer el uso de estrategias de autorregulación emocional en el docente, para que integre diversas formas de expresar sus emociones sin dañar a las personas que le rodean como a él mismo.

Autonomía personal, con esta competencia se procura apoyar el desarrollo de la autogestión en el docente, analizando de una manera crítica el contexto y los estados emocionales que se generan en él, para que sea capaz de orientar sus estados de ánimo con mayores márgenes de libertad.

Inteligencia interpersonal, en la que se trata de generar condiciones para mejorar las relaciones interpersonales, con las que tiene trato el docente, en los procesos educativos.

Estas cuatro competencias se llevan a cabo en dos sesiones cada una, en cambio, la competencia de habilidades de vida y bienestar, sólo se sugiere una sesión para trabajarla; en ella que se pretende contribuir a la formación de opciones

que supongan: propósitos positivos y realistas, comportamientos apropiados, responsabilidad al momento de solucionar problemas y capacidad para negociar.

Posteriormente, en la última sesión, se procura que se lleve a cabo la aplicación de todo lo que se trabajaría durante el taller, con lo que los docentes crearan estrategias que les ayudaran a propiciar el desarrollo emocional de los estudiantes de preescolar, asegurando la formación integral.

Con la elaboración de este trabajo, aprendí que nada es sencillo, por mínimo esfuerzo que éste requiera, que si en realidad deseas lograr lo que te propones, debes querer hacerlo, aún con los obstáculos que se presenten en el camino, puedes hacerlo y que no sólo se debe desear, sino luchar por que se logre.

Me di cuenta que la carrera es bastante buena, siempre y cuando la formación que se reciba sea la correcta y por supuesto con profesores que amen su trabajo, con los cuales me encontré a lo largo de mi estancia en la universidad; sin embargo, faltan algunos contenidos, a mi parecer, en el plan de estudios, como la parte emocional en los estudiantes, aunque se han realizado proyectos que tienen que ver con el manejo de las emociones, no están en el currículum.

Lo cierto es que no tenía la formación necesaria, para iniciar una propuesta pedagógica, o por lo menos con la que yo deseaba contar, aún a pesar de que en la opción de campo profundicé en ello, tuve que indagar para comprender mejor y con ello poder elaborar la propuesta; desde concepciones como Neoliberalismo y Globalización, pasando por comprender verdaderamente la parte psicopedagógica, hasta el método didáctico con el que iba a trabajar, que para mi buena suerte, es un método reciente y no existe mucha información.

Del mismo modo, pude percatarme que desaproveché muchas clases, tareas, trabajos en equipo, lecturas, etcétera; para enriquecer mi formación como pedagoga y que es más sencillo quejarse de algunos profesores, que investigar y trabajar por mi cuenta.

Es en cierta manera, un poco complicado, aplicar lo aprendido en las clases, por ejemplo al momento de realizar una secuencia didáctica, porque aunque realicé varios ejemplos durante las clases, fue bastante difícil llevarlo a la práctica o por lo menos, para mí sí.

Me da gusto poder apropiarme de muchos aprendizajes (aunque sé que me falta mucho por aprender) que me servirán a lo largo de la vida, desde citar libros, revistas, artículos de internet o aprender a escribir correctamente algunas palabras, así como los acentos, hasta crear actividades que contribuyan a lo que deseo realizar.

Al enfrentarme a la elaboración de esta propuesta pedagógica, y debido a que las emociones siempre están presentes a lo largo de nuestras vidas, tuve miedo, ansiedad, tristeza, angustia y un sinfín de emociones que no podía regular, ocasiones en las que sentía que no podía más, que lo que quería era ponerme a llorar. Sin embargo, al estar trabajando este tema, también fui aplicándolo a mi vida y demostrando que es de suma importancia la educación emocional de la misma manera que la educación cognitiva.

Sé que todavía hace falta profundizar en educación emocional, el método socioafectivo, el enfoque psicopedagógico, en la secuencia didáctica y poder llevarla a la práctica; sin embargo, es un buen comienzo para contribuir a que se pueda dar un cambio, aunque sea pequeño, y que en realidad sea una educación de calidad, no obstante, el cambio ya se ha comenzado a dar y ese cambio ha sido en mí.

## Bibliografía

- ABC, D. (sin año). *Definición ABC tu diccionario echo fácil*. Recuperado el 31 de mayo de 2015, de Definición ABC tu diccionario echo fácil: <http://www.definicionabc.com/general/didactica.php>
- Álvarez, G. (1994). *Informe de la Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura*. México: Secretaría de Educación Pública.
- Álvarez, I. (2010). Desafíos de innovación y gestión en la educación básica. En D. d. Educativa, *Cultivar la innovación. Hacia una cultura de la innovación*. México: SEP/SSBE-COMIE.
- Alves, L. (1990). *Compendio de Didáctica General*. Buenos Aires: Kapeluz.
- Argudín, Y. (2001). Educación basada en competencias. *Revista de Educación Nueva Época*, 1-15.
- Arranz, E. (02 de marzo de 2010). *Grup Antimilitarista Tortuga*. Recuperado el 10 de abril de 2016, de Grup Antimilitarista Tortuga: <http://www.grupotortuga.com/Taller-de-Resolucion-Regulacion-de>
- Ausubel, D., Novak, J., & Hanesian, H. (1983). *Psicología Educativa: Un punto de vista cognoscitivo*. México: Trillas.
- Beck, U. (1998). *¿Qué es la globalización? Falacias del globalismo, respuestas a la globalización*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Berastegi, J. (05 de Noviembre de 2007). *Inteligencia Emocional*. Recuperado el 24 de Febrero de 2016, de Inteligencia Emocional: <http://www.blogseitb.com/inteligenciaemocional/2007/11/05/emocion-vs-sentimiento/>
- Bertely, M. (2010). *Hacia una cultura de la innovación*. México: SEP.

- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 7-43.
- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI: Revista de la Facultad de Educación*, 61-82.
- Carretero, M. (1997). *¿Qué es el constructivismo?* México: Progreso.
- Caselles, J. (18 de Febrero de 2003). Recuperado el 01 de Junio de 2015, de <http://www.fongdcam.org/manuales/educacionintercultural/datos/docs/Articuly Documentos/EduInter/ProcEducEl/estrategiasT55.pdf>
- Cela, J. (1998). Emociones y educación / Perspectivas de la educación tecnológica en diferentes países. *Revista de aula de Innovación Educativa*.
- Comenio, J. (2005). *Didáctica magna*. México: Porrúa.
- Congreso Constituyente. (1917). *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*. México.
- Córdova, P. (25 de marzo de 2008). *Buscar empleo*. Recuperado el 13 de abril de 2016, de <http://buscarempleo.republica.com/formacion/dinamicas-para-aprender-a-ser-responsable.html>
- De Barros, N., Gissi, J., & otros. (1977). *El taller. Integración de Teoría y Práctica*. Buenos Aires: Humanitas.
- De Pablos, J., & González, A. (30 de Septiembre de 2012). El bienestar subjetivo y las emociones de la enseñanza. *Revista Fuentes*, 69-92.
- De Pablos, J., González, T., & González, A. (2008). El bienestar emocional del profesorado en los centros TIC como factor de innovación educativa. *Ravista Latinoamericana de Tecnología Educativa*, 45-55.

- Delors, J. (1994). *Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI*. Francia: Sandillana ediciones.
- Delval, J. (1994). *El desarrollo humano*. España: Siglo XXI.
- Emilio. (19 de 09 de 2010). Recuperado el 03 de 04 de 2016, de <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:g80f12UNhmoJ:https://odresnuevos.files.wordpress.com/2008/05/dinc3a1micas-assertividad.pdf+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=mx>
- Española, R. A. (Octubre de 2014). *Real Academia Española*. Recuperado el 12 de Septiembre de 2015, de Real Academia Española: [lema.rae.es](http://lema.rae.es)
- Fingermann, H. (14 de febrero de 2014). *La guía*. Recuperado el 16 de mayo de 2015, de La guía: <http://educacion.laguia2000.com/estrategias-didacticas/ideal-pansofico>
- Fontal, B., & Contreras, R. (2006). Edgar Morin y los siete saberes necesarios a la educación del futuro. *Rev. VII Escla. Ven. de Qca.*, 58-76.
- Forbes, R. (2011). El síndrome de Burnout: síntomas, causas y medidas de atención en la empresa. *Éxito empresarial*, 1-4.
- FORMUJER. (2002). *Manual con Actividades Para Estimular la Empleabilidad Desde el Aula*. Costa Rica.
- Freire, P. (1971). *La educación como práctica de la libertad*. Buenos Aires: Siglo XXI Argentina Editores.
- Freire, P. (1972). *Pedagogía del oprimido*. Buenos Aires: Siglo XXI.
- Freudenberger, H. (1974). Staff burn-out. *Journal of social issues*, 159-165.
- Fromm, E. (1962). *Marx y su concepto de hombre*. México: Fondo de Cultura Económica.

- Galván, M., Aldrete, M., Preciado, L., & Medina, S. (2010). Factores psicosociales y síndrome Burnout en docentes de nivel preescolar de una zona escolar de Guadalajara, México. *Revista de Educación y Desarrollo*, 5-11.
- García, F., Portillo, J., Romo, J., & Benito, M. (2013). *Nativos digitales y modelos de aprendizaje*. Madrid: Visión Libros.
- Garduño, T. (2008). ¿Por qué cambiar la escuela? En T. Garduño, & M. Guerra, *Una educación basada en competencias* (págs. 19-32). México: Ediciones SM.
- González, M., Cruz, R., & Franco, A. (2006). *Clima organizacional, factores psicosociales y salud mental en el trabajo*. Guadalajara: Universidad de Guadalajara.
- González, P. (Junio de 2000). ¿A dónde va México? *La Jornada*, págs. 32-47.
- González, R. (1998). El constructivismo: sus fundamentos y aplicación educativa. *Liberabit: Revista de psicología N° 4*, 26-36.
- Graue, E., Álvarez, R., & Sánchez, M. (2007). *Facultad de Medicina UNAM*. Recuperado el 18 de enero de 2016, de Facultad de Medicina UNAM: [http://www.facmed.unam.mx/sms/seam2k1/2007/jun\\_01\\_ponencia.html](http://www.facmed.unam.mx/sms/seam2k1/2007/jun_01_ponencia.html)
- Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación. (2015). *Los docentes en México. Informe 2015*. México: INEE.
- Iturri, C. (2013). *Acercamiento a la Educación Holística desde una perspectiva actual*. Recuperado el 13 de Septiembre de 2015, de Acercamiento a la Educación Holística desde una perspectiva actual.: <http://academica-e.unavarra.es/bitstream/handle/2454/8451/TFG%20ITURRI%20URTASUN,%20CRISTINA.pdf?sequence=1>
- Jares, X. (1991). *Educación para la paz. Su teoría y su práctica*. Madrid: Popular.

- Jares, X. (2003). *Hacia una educación para la paz. Estado del arte*. Madrid: Editorial popular.
- Jares, X. (2004). Los sustratos teóricos de la educación para la paz. En X. Jares, *Educación para la paz en tiempos difíciles* (págs. 17-46). Bilbao: Bakeaz.
- Junta de Andalucía, Consejería de Educación. (sin año). Recuperado el 02 de diciembre de 2015, de Junta de Andalucía, Consejería de Educación: <http://www.prl-sectoreducativo.es/documentos/documentacion/bibliografia/SQT%20en%20el%20profesorado.pdf>
- Kreidler, W. (1984). *La resolución creativa de conflictos*. EE.UU.: Scott.
- Lagunes, P., & Bonilla, F. (03 de abril de 2007). *Revista Caminos Abiertos*. Recuperado el 07 de noviembre de 2015, de Revista Caminos Abiertos: <http://revistacaminosabiertos.blogspot.mx/2007/09/un-acercamiento-la-teoria-de-vygotsky.html>
- Mamani, A., Obando, R., Uribe, A., & Vivanco, M. (2007). Factores que desencadenan el Estrés y sus consecuencias en el Desempeño Laboral en Emergencia. *Revista Peruana de Obstetricia y Enfermería*, -----.
- Marchesi, Á., & Díaz, T. (2008). *Las emociones y los valores del profesorado*. Madrid: Fundación SM.
- Marina, J. (2005). Precisiones sobre la Educación Emocional. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 27-43.
- Marrau, C. (2004). El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundamentos en Humanidades Universidad Nacional de San Luis Potosí*, 53-68.
- Martínez, J., & Imbernón, F. (2008). Innovar en la teoría y en la práctica. *Cuadernos de pedagogía*, 78-82.

- Maslach, C., & Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 99-113.
- Maya, A. (2007). *El taller educativo. ¿Qué es? fundamentos, cómo organizarlo y dirigirlo, cómo evaluarlo*. Bogotá: Magisterio.
- Mejía, R., & Gómez, L. (1992). La perspectiva vigotskyana. *Revista del ITESO*.
- Méndez, L. (1995). El carácter neoconservador del liberalismo. *Análisis de la realidad mexicana*, 9-17.
- Miralles, R. (2005). Repensar la reforma, reformar el pensamiento. *Cuadernos de Pedagogía*, 42-46.
- Monereo, C. (2007). Competencias para (con) vivir con el siglo XXI. *Cuadernos de Pedagogía*, 12-18.
- Moreno, M. (1997). *La pedagogía operatoria. Un enfoque constructivista de la educación*. México: Laia S. A.
- Morin, E. (1999). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. Francia: UNESCO.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2005). *Hacia las sociedades del conocimiento*. París: Ediciones UNESCO.
- Palomero, J. (2005). La Educación Emocional, una revolución pendiente. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 9-13.
- Pasillas, M. (2009). Estructura y modo de ser de las teorías pedagógicas. En H. Fernández, S. Ubaldo, & O. García, *Pedagogía y prácticas educativas* (págs. 11-46). México: UPN.
- Pérez, Á. (2004). *La cultura escolar en la sociedad neoliberal*. Madrid: Morata.
- Piaget, J. (1979). *Tratado de lógica y conocimiento científico*. Buenos Aires: Paidós.

- Piaget, J. (1986). *Seis estudios de psicología*. Barcelona: Barral.
- Ríos, D. (2004). Rasgos de personalidad de profesores innovadores, autonomía, persistencia y orden. México.
- Rodríguez, M., & otros. (2008). *Octaedro*. Obtenido de Octaedro: <http://www.udea.edu.co/portal/page/portal/bibliotecaSedesDependencias/unidadesAcademicas/FacultadCienciasExactasNaturales/BibliotecaDiseno/Archivos/General/LA%20TEOR%C3%8DA%20DEL%20APRENDIZAJE%20SIGNIFICATIVO.pdf>
- Ruiz, P. (1998). *Promoviendo la adaptación saludable de nuestros adolescentes*. Madrid: Ministerio de sanidad y consumo.
- Schmelkes, S. (2010). *Innovación, calidad y equidad educativa*. México: Secretaría de Educación Pública.
- Secretaría de Educación Pública. (2013)c. *Modelo de atención con Enfoque Integral para la Educación Inicial*. Distrito Federal.
- Secretaría de Educación del Distrito. (2013). *Desarrollo socioafectivo. Reorganización curricular por ciclos. Herramientas pedagógicas para padres y maestros*. Bogotá: Bogotá Humana.
- Secretaría de Educación Pública. (2004). *Programa de Educación Preescolar*. México: SEP.
- Secretaría de Educación Pública. (2011)a. Recuperado el 02 de diciembre de 2015, de [http://www.reformapreescolar.sep.gob.mx/ACTUALIZACION/PROGRAMA/parte\\_1.html](http://www.reformapreescolar.sep.gob.mx/ACTUALIZACION/PROGRAMA/parte_1.html)
- Secretaría de Educación Pública. (2011)b. *Plan de Estudios*. México: SEP.

Secretaría de Educación Pública. (2013). *Programa Sectorial de Educación*. México: SEP.

Snyders, G. (1972). *Pedagogía progresista*. Madrid: Marova.

*Técnicas de confianza*. (s.f.). Recuperado el 31 de 03 de 2016, de [http://www.mercaba.org/ARTICULOS/T/tecnicas\\_de\\_confianza.htm](http://www.mercaba.org/ARTICULOS/T/tecnicas_de_confianza.htm)

Terrones, E. (08 de Marzo de 2009). *Blog de Eudoro Terrones Negrete*. Recuperado el 2015 de Septiembre de 2015, de Blog de Eudoro Terrones Negrete: <http://eudoroterrones.blogspot.mx/2009/03/la-globalizacion-en-sus-causas-y.html>

Torres, J. (2001). *Educación en tiempos de neoliberalismo*. Madrid: Morata.

Vargas, J. (2002). *Observatorio para la Cibersociedad*. Recuperado el 30 de Julio de 2015, de [www.cibersociedad.net/congreso/comms/g14vargas.htm](http://www.cibersociedad.net/congreso/comms/g14vargas.htm)

Vidal, C., & Caireta, M. (Sin día de Sin mes de Sin año). Recuperado el 01 de Junio de 2015, de <http://escolapau.uab.cat/img/programas/educacion/publicacion011e.pdf>

Vielma, E., & Salas, M. (2000). Aportes de las Teorías de Vygotsky, Piaget, Bandura y Bruner. Paralelismo en sus posiciones en relación con el desarrollo. *Educere*, 30-37.

Vygotsky, L. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Barcelona: Crítica.