

PROPUESTA DE GESTION EDUCATIVA PARA LA PROTECCIÓN Y
FORTALECIMIENTO DEL SELF COMO MEDIDA DE PREVENCIÓN DEL BULLYING

ESP. WILLIAM CARRILLO TORRES

Trabajo de grado presentado en opción al título académico de
Especialista en Gerencia Educativa con Proyección Social de la Educación

UNIVERSIDAD LIBRE
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

BOGOTÁ

2016

PROPUESTA DE GESTION EDUCATIVA PARA LA PROTECCIÓN Y
FORTALECIMIENTO DEL SELF COMO MEDIDA DE PREVENCIÓN DEL BULLYING

Autor:

ESP. WILLIAM CARRILLO TORRES

Asesora:

DIANA MARÍA RODRIGUEZ GONZÁLEZ

Trabajo de grado presentado en opción al título académico de
Especialista en Gerencia Educativa con Proyección Social de la Educación

UNIVERSIDAD LIBRE
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

BOGOTÁ

2016

Nota de aceptación:

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

Bogotá D.C., julio 2016

AGRADECIMIENTOS

Gracias a todos las personas que colaboraron en la realización de la presente investigación. Agradecemos Instituto Diversificado Albert Einstein y a su rector y las directivas, por posibilitar esta investigación y brindarnos los espacios y recursos humanos para tal fin.

Agradecemos especialmente a la Profesora Dra. Diana María Rodríguez por su constante motivación y apoyo durante este estudio. A Nuestras familias en especial a mi madrecita Q.E.D y amigos que nos apoyaron SIEMPRE.

Simplemente GRACIAS....

DEDICATORIA

Este trabajo lo dedicamos a todos los docentes que estamos convencidos de nuestra labor y queremos dejar una huella positiva cada día en nuestros estudiantes.

TABLA DE CONTENIDO

<i>1. UNIDAD 1. GENERALIDADES DEL PROBLEMA</i>	<i>12</i>
1.1 Definición	12
1.2 Antecedentes	15
1.4 Pregunta de Investigación.....	20
1.5 Objetivos	20
1.5.1 Objetivo General.....	20
1.5.2 Objetivos Específicos	20
<i>2. UNIDAD</i>	<i>21</i>
<i>MARCO TEÓRICO</i>	<i>21</i>
2.2 Acerca de la Gestión Educativa.....	21
2.3 El self como totalidad psicológica.....	25
2.4 El matoneo es un fenómeno de violencia interpersonal	33
2.5. La concepción del ser humano como fundamento de una teoría educacional para atender el asunto del matoneo.	45
2.6 Los principios fundamentales de una educación humanizadora integral	55
<i>3. UNIDAD 3. DISEÑO METODOLÓGICO</i>	<i>61</i>
3.1 Población y muestra	61
3.2 Instrumentos de recolección de información.....	62
3.3 PROPUESTA	76
3.3.1 Nombre de la propuesta	76
3.3.2 Qué se busca con la propuesta	76
3.3.3 Hacia donde va la propuesta	76
3.3.4 Cómo se pretende implementar la propuesta.....	77
<i>Autoimagen y Autoestima</i>	98
3.3.5 Dónde se aplicará la propuesta	156
<i>4. CONCLUSIONES</i>	<i>157</i>
<i>5. RECOMENDACIONES</i>	<i>159</i>
<i>6. BIBLIOGRAFÍA</i>	<i>161</i>
<i>ANEXOS</i>	<i>164</i>

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Resultados generales encuesta docentes	63
Tabla 2. Resultados generales encuesta estudiantes	66
Tabla 3. Resultados Ítem 1	67
Tabla 4. Resultados Ítem 2	67
Tabla 5. Resultados Ítem 3	68
Tabla 6. Resultados Ítem 4	69
Tabla 7. Resultados Ítem 5	70
Tabla 8. Resultados Ítem 6	70
Tabla 9. Resultados Ítem 7	71
Tabla 10. Resultados Ítem 8	72
Tabla 11. Resultados Ítem 9	72
Tabla 12. Resultados Ítem 10	73
Tabla 13. Resultados Ítem 11	74
Tabla 14. Resultados Ítem 12	75

LISTA DE GRÁFICAS

Gráfica 1. Niveles de la gestión ed	23
Gráfica 2. Visión general resultados encuesta docente	64
Gráfica 3. Visión general resultados encuesta estudiantes	66
Gráfica 4. Porcentaje Ítem 1	67
Gráfica 5. Porcentaje Ítem 2	68
Gráfica 6. Porcentaje Ítem 3	68
Gráfica 7. Porcentaje Ítem 4	69
Gráfica 8. Porcentaje Ítem 5	70
Gráfica 9. Porcentaje Ítem 6	71
Gráfica 10. Porcentaje Ítem 7	71
Gráfica 11. Porcentaje Ítem 8	72
Gráfica 12. Porcentaje ítem 9	73
Gráfica 13. Porcentaje Ítem 10	73
Gráfica 14. Porcentaje Ítem 11	74
Gráfica 15. Porcentaje Ítem 12	75

TÍTULO: PROPUESTA DE GESTION EDUCATIVA PARA LA PROTECCIÓN Y FORTALECIMIENTO DEL SELF COMO MEDIDA DE PREVENCIÓN DEL BULLYING

Autor: Carrillo Torres, William

Palabras Claves: Gestión Educativa, Self, Bullying

Fuentes

En el nivel teórico la propuesta se fundamentó en la exploración, profundización y comprensión de tres ejes temáticos como lo fueron: la gestión educativa, el Self como totalidad psicológica y el Bullying, como problemas de orden interpersonal, desde el que amerita una educación humanizadora en orden a prevenirlo. Aproximadamente la construcción del marco teórico se realizó con base en treinta (30) fuentes bibliográficas, las cuales aparecen citadas dentro del documento.

Adicionalmente a ello, fue necesaria la revisión de fuentes relacionadas con los métodos de investigación y las normas legales que rigen esta clase de trabajos, estas últimas emergidas de los artículos de la Constitución Política de Colombia, referentes a la educación, los cuales se enlazan con nuevas normas que dirigen el quehacer de la enseñanza aprendizaje.

Contenido

El documento se estructura en seis grandes capítulos, en el primero de ellos se esbozan los aspectos básicos sobre la definición del problema, consignando en este el ítems como la definición, el planteamiento, los antecedentes, las formulación del problema y los objetivos; hacia el segundo capítulo se encuentra el marco teórico, donde se estructuran ideas entorno a la gestión educativa, el Self como totalidad psicológica y el Bullying, como

problemas de orden interpersonal, desde el que se amerita una educación humanizadora en orden a prevenirlo.

El tercer capítulo, contiene los aspectos referidos a la metodología: tipo de estudio, muestra, población, instrumentos de recolección de la información y en general, aspectos que orientan la naturaleza misma de la propuesta. En el cuarto capítulo se encuentran las conclusiones de la propuesta, que añadidas a las recomendaciones realizadas en el quinto capítulo, dan una idea de los logros obtenidos en la propuesta y de su proyección futura en la fase de ejecución.

Finalmente, hacia el sexto capítulo se hallan las referencias bibliográficas, que dan cuenta de la exploración de documentos, libros, y material importante que se ha logrado recopilar sobre los ejes temáticos que conforman el presente trabajo. De igual forma, hacia el final del documento, se consignan los llamados anexos, como evidencia del trabajo desarrollado.

Descripción de la propuesta

El presente trabajo se fundamentó básicamente en el proceso de diseño de una propuesta de gestión educativa, en respuesta a un problema común como lo es el matoneo en el medio escolar. El documento contiene en sí, los resultados de un proceso de diagnóstico, que reafirmaron la existencia de el Bullying escolar, en el Instituto Diversificado Albert Einstein de Mosquera Cundinamarca, el cual se ha de abordar desde las instancias formativas, acentuando en esta tarea, el compromiso de toda la comunidad educativa, para que se forje una ambiente donde predomine la sana convivencia y el respeto en la diversidad partiendo de la idea, que la persona como ser singular debe auto reconocerse, para luego ser un ente social, capaz de entrar en contacto efectivo y eficiente con quienes comparten su entorno diario.

La propuesta en sí misma, se consagra en la fase de diseño, siendo una herramienta que con el tiempo y el esfuerzo de los educadores, podrá aplicarse, evaluarse y mejorarse.

Metodología

La propuesta se centró en los fundamentos de la investigación acción participación, tomándose como población a los educandos del Instituto Diversificado Albert Einstein de Mosquera, Cundinamarca, y como muestra a los estudiantes del grado quinto de educación básica primaria. Como instrumentos de recolección de información se estructuró una ficha de observación y una encuesta para los docentes y otra para los estudiantes.

Posterior a la aplicación de los instrumentos de recolección de la información se hizo un análisis de resultados, y luego se procedió al diseño de la propuesta de gestión educativa, dirigida a la prevención del matoneo escolar, bajo los principios de una educación al servicio de la humanización y el respeto en la diversidad.

Conclusión

Los talleres diseñados en la presente propuesta de gestión educativa, tienen como objetivo central la protección y fortalecimiento del self, en tanto elemento del orden personal, que permite a los seres humanos auto reconocerse y entrar en contacto con los demás de forma respetuosa, y siempre bajo la mirada de la consideración misma del principio de la dignidad humana, de este modo, la implementación de cada uno de ellos, debe estar acorde a las condiciones socio demográficas y demás elementos que rodean el quehacer de los educandos.

Elaborado: 12 de Septiembre de 2016

1. UNIDAD 1. GENERALIDADES DEL PROBLEMA

1.1 Definición

Dentro del ambiente educativo del Instituto Diversificado Albert Einstein, al igual que en otros escenarios del orden nacional e internacional se percibe la presencia de ciertos fenómenos que afectan la buena marcha del proceso de enseñanza aprendizaje, como lo es el caso específico del matoneo, que tantas víctimas ha cobrado. Este tiene causales multidimensionales dentro de las cuales es importante señalar las relacionadas con un escaso perfilamiento y fortalecimiento del autoconcepto tanto en matones como en matoneados. Ante esta situación muchos han sido los pronunciamientos e incluso se ha llegado a la formulación de leyes como la ley 1620 del 15 de marzo 2013 que busca la prevención y abordaje del problema desde marcos legales especiales; sin embargo desde el ambiente específico, es decir desde las realidades de cada institución, no se ha trabajado de forma efectiva este el problema mediante la mirada a las causas directas del mismo.

Es decir, hasta este momento el desconocimiento del “self” entendido como el autoconcepto que se configura en cada persona no se ha tenido en cuenta como factor para potenciar la convivencia escolar y prevenir la agresión y la intolerancia, siendo por ello más recurrentes los problemas entre víctimas y victimarios.

Para nadie es un secreto que en los últimos años los ambientes escolares se han convertido en escenario de violencia y agresión, así estudios como el de Paredes, Álvarez, Lega y Vernon (2008), señalan que el fenómeno de la intimidación, el acoso, la amenaza y la agresión entre escolares es un fenómeno generalizado que se ha presentado siempre en toda clase de centros educativos¹, promovidos por las conductas poca adaptativas de unos cuantos individuos que buscan sembrar el terror entre sus compañeros de aula en orden a

¹ Paredes, M, Álvarez, M, Lega, L y Vernon, A. (2008). Estudio exploratorio sobre el fenómeno del “Bullying” en la ciudad de Cali, Colombia. Recuperado en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v6n1/v6n1a10.pdf>

imponer su “poderío”. Esta situación tiene síntomas específicos como los maltratos, los gritos, las peleas en las horas de descanso, las humillaciones y bromas pesadas que buscan denigrar la dignidad de las personas que cursan un mismo grado escolar, las cuales pueden pasar inadvertidas para docentes y directivos, ello se direcciona más a imponer memorandos o sanciones con las que se cree que el problema ha quedado resuelto.

Algunas situaciones que reflejan la tendencia a concentrarse en sancionar la situación y no educar, bien han sido descritas en algunas publicaciones, como por ejemplo, la que aparece en el periódico El Tiempo en su edición del cuatro de noviembre de 2.007, “3 de cada 10 niños son víctimas del matoneo”, las agresiones de sus compañeros, las cuales pueden ir desde un simple manoteo hasta el enfrentamiento a golpes fuera o dentro de la escuela, panorama que tiene como principales epicentros a los departamentos de Antioquia, Valle del Cauca y Cundinamarca². Igualmente, es común que los medios masivos de comunicación informen sobre sucesos como la agresión entre pares dentro de las instituciones educativas o fuera de ellas: niños, niñas y jóvenes que acostumbran a pelear por sus intereses a golpes; jovencitos que empuñan un arma y la descargan contra un compañero por el simple hecho de no haber subsanado una diferencia y amenazas entre unos y otros escolares que se convierten más adelante en situaciones de rencillas. Todos estos sucesos, que en general pasan a desestabilizar el sistema educativo en pleno y a revelar el poco nivel de tolerancia y convivencia que se está cultivando en los ambientes formativos.

Es por esto que en el caso específico del Instituto Diversificado Albert Einstein de Mosquera Cundinamarca, el fenómeno del “Matoneo” escolar ha estado ascendiendo significativamente, haciendo evidente en los enfrentamientos verbales que se dan entre unos y otros educandos. Las agresiones o contactos físicos bruscos, evidenciadas dentro de los encuentros deportivos o los juegos recreativos durante las horas de descanso. La tendencia a gritar o manotear para defender los propios intereses, la rivalidad entre compañeros por cuestiones afectivas que la mayoría de veces se traducen en amenazas concretas. La inclinación de algunos subgrupos a humillar o denigrar la dignidad de uno o

² Periódico El Tiempo. Edición del 4 de Noviembre de 2007.

varios compañeros por el simple hecho de no congeniar con lo que ellos desean o por ser como ellos lo dirían “un obstáculo para sus pretensiones³”.

Dentro de la Institución Educativa se ha venido percibiendo, a partir de procesos de observación y seguimiento a algunos casos particulares, un cierto grado de desarmonía en la relación entre pares (compañeros de aula o de otras aulas), circunstancia que muchas veces es desconocida por los educadores, las directivas e incluso por los padres de familia, puesto que los agresores ejercen un grado de influencia e intimidación sobre sus víctimas logrando que ellas se callen y sufran los ataques en silencio.

Según datos estadísticos proporcionados por el Departamento de Psico-orientación Escolar del Instituto⁴, las situaciones de conflicto que se detectaron durante el año 2010 en mayor incidencia, entre los estudiantes, corresponden al manejo de su lenguaje, donde abundan las malas palabras o los insultos, representados en un 50% de la población estudiantil. Otro de los síntomas que acrecienta la problemática de la propagación del Matoneo en el ambiente escolar, está relacionado con la percepción de la existencia de grupos que no se llevan bien, situación que es percibida⁵ por el 37% de los estudiantes. Lo que lleva a presentar inconvenientes de matoneo al interior de las aulas e Instituto en general. Si bien es cierto que como propuesta de mejoramiento, existe un Proyecto Institucional, P.A.V (Prevención, Afectividad y Valores), también es recomendable realizar un seguimiento del mismo, por medio del cual sea posible la promoción de conductas permanentes que eviten las agresiones de todo tipo entre los educandos. Elemento que se relaciona de manera directa con el hecho de que directivas y docentes no se han involucrado totalmente en la cultura preventiva del matoneo, sino que por el contrario, han pretendido remediar la violencia generada dentro de las aulas de clase mediante técnicas tradicionales como las sanciones a las personas que incurren en dichas conductas y que se

³ Ver Anexo No 1. Reporte de observación directa a estudiantes en el medio escolar en proceso de supervisión o en tiempos de descanso

⁴ Archivo Institucional que reposa en el aula de psico- orientación.

⁵ Ver anexo No.1. Reporte observación directa a estudiantes en el medio escolar en proceso de supervisión o en tiempos de descanso

evidencian en el diligenciamiento del Observador del Alumno⁶ y el radicado de cartas de compromiso de los padres⁷ y estudiantes en las correspondientes oficinas de Coordinación de Convivencia Social, de las diferentes Secciones.

En general, la comunidad educativa viene presenciando en la actualidad una serie de eventos de violencia entre los escolares y hasta este momento no cuenta con elementos psicopedagógicos, tales como: actividades reflexivas a nivel individual y grupal, experiencias de convivencias grupales para fortalecer valores y mejorar las relaciones interpersonales, entre otras, desde los cuales se pueda hacer una sensibilización y un proceso de movilización que permita el fomento de la cultura del buen trato como fórmula para garantizar el alcance de los objetivos formativos que se ha trazado desde su identidad organizativa la Institución Educativa Albert Einstein⁸.

De acuerdo a esta problemática detectada sobre la convivencia escolar, se hace necesario ahondar en fórmulas para superarla o en su defecto prevenir su reaparición y continuidad, aspecto que se propone a través de la presente investigación, la cual está centrada en la prevención de la violencia en el ámbito escolar.

1.2 Antecedentes

1.2.1 Panorama Investigativo entorno al problema

Sabiendo que la idea central del presente trabajo es la de prevenir el matoneo escolar, teniendo como base esencial el fortalecimiento y la protección del self, se ha podido establecer la existencia de trabajos relacionados, como el que se referencia a continuación.

⁶ Ver Anexo No 2 (Observador del estudiante)

⁷ Ver anexo No. 3 (Carta de compromiso de los padres)

⁸ Ver Anexo No 4. Misión y visión de la institución

Estévez López, Estefanía, Martínez Ferrere, Belén y Musitu Ochoa, Gonzalo, desarrollaron el trabajo “La autoestima en adolescentes agresores y víctimas en la escuela: La perspectiva multidimensional”, trabajo que se ejecutó hacia el año 2006, teniendo como meta central la de analizar las diferencias en autoestima entre adolescentes con problemas de violencia en la escuela, adolescentes victimizados por sus iguales y adolescentes que son al mismo tiempo agresores y víctimas en el contexto escolar. En este trabajo se adoptó una concepción multidimensional de la autoestima y se analizaron las dimensiones familiar, escolar, social y emocional en los tres grupos señalados –agresores, víctimas y agresores/víctimas- y un cuarto grupo de adolescentes que no presentaban -o en el que no se conocían- problemas ni de agresividad ni de victimización en la escuela.

El estudio contó con la participación de 965 adolescentes de ambos sexos y edades comprendidas entre los 11 y los 16 años. Todos los adolescentes de la muestra cursaban estudios de enseñanza media en el momento de la aplicación de los instrumentos en cuatro centros de enseñanza de la Comunidad Valenciana. A partir de las puntuaciones obtenidas por los participantes en una Escala de Violencia Escolar, se agrupó a los sujetos en las siguientes tres categorías: agresor (n = 98), víctima (n = 280) y agresor/víctima (n = 266). Estas tres categorías se establecieron considerando las puntuaciones por encima del percentil 75 en las siguientes dimensiones: violencia en la escuela y victimización por los iguales. Además, se estableció una cuarta categoría que agrupó a 321 adolescentes que no presentaron problemas de conducta ni de victimización en la escuela. A esta categoría se le denominó no implicados.

Los resultados de esta investigación señalaron la importancia de adoptar una perspectiva multidimensional en el estudio de la autoestima en agresores y víctimas en la escuela, así como la necesidad de considerar las dimensiones familiar y escolar en este análisis, puesto que ambas dimensiones han presentado claras diferencias entre los grupos de estudiantes considerados.

Junto al anterior trabajo se encontró el titulado “El acoso escolar y el auto concepto de agresores, defensores de la víctima y público implicado”, desarrollado por Lidón

Villanueva, Ana B. Górriz y Juan E. Adrián en el año 2008, en Valencia, España. La investigación se dirigió a caracterizar los roles: público o audiencia pasiva, el defensor de la víctima, el ayudante del agresor, que se identifican como los participantes de los problemas de acoso escolar, en una variable de construcción fundamentalmente social: el auto concepto. Es decir, ¿cómo se percibían a sí mismos público y defensores, en comparación con los agresores?

Los participantes en este estudio fueron inicialmente 115 niños de 4-6 años (media = 5.7), a los cuales se administró la Escala de Role Participante (Salmivalli et al. 1996), para determinar su contribución en el problema del acoso; y la Escala de Auto concepto Piers-Harris (Piers Harris, 1977). Sus maestros respondieron un breve cuestionario sobre Eventos Vitales Negativos. De esta muestra inicial, se seleccionaron 15 agresores, 27 defensores de la víctima y 21 personas resultaron asignadas como público. Los resultados mostraron diferencias significativas en los distintos tipos de auto concepto, dependiendo del papel que los participantes representaban en el conflicto.

Un tercer trabajo por destacar es el de Plata Ordoñez, Carolina Natalia; Riveros Otaña, María del Carmen; Moreno Méndez, Jaime Humberto, estructurado bajo el título “Autoestima y empatía en adolescentes observadores, agresores y víctimas del bullying en un colegio del municipio de Chía”, ejecutado en el año 2010. El principal propósito de esta investigación fue el de identificar la asociación existente entre la autoestima y la empatía en un grupo de adolescentes observadores, víctimas y agresores en situación del bullying en una institución educativa del municipio de Chía. La investigación fue de corte empírico analítico con un diseño descriptivo y un método de asociación. Los instrumentos que se emplearon fueron la escala de autoestima de Rosenberg, la escala de empatía del cuestionario de Conducta Prosocial de Martonell, González y Calvo (1998, validada para la población colombiana por Rey, 2003) y el “cuestionario secundaria de 12 a 16 años de edad” de la UNICEF y La Defensoría del Pueblo en España. Se tomó una muestra intencional de 57 adolescentes. Los resultados obtenidos se analizaron con base en el paquete estadístico SPSS, encontrándose que la relación que existe entre la empatía y autoestima en los observadores es inversamente proporcional, mientras que en las víctimas

es directamente proporcional, por ser la población de victimarios muy poco significativa no se hizo asociación entre estas variables.

1.3 Justificación

En Colombia, al contemplar los fines educativos que se han consignado dentro de la Carta Constitucional del 91 y la Ley 115 de 1994, se determina que lo fundamental es ofrecer a la persona una formación integral que le permita un nivel de desarrollo en el plano individual y colectivo, que le lleve a constituirse como un elemento esencial en la construcción de un mañana mejor en coherencia con las oportunidades que le ofrece la sociedad o ambiente en el cual se desarrolla. Sustento mismo que posiciona a toda Comunidad Educativa como un ente protagónico en la tarea de hacer posible dicho ideal. Más aún, cuando se refiere a la dimensión individual, donde necesariamente la persona ha de movilizarse hacia un autoreconocimiento efectivo y oportuno, de sí mismo, que le permita convivir con los que se diferencian de él, sin verlos como victimarios de sus represiones, resentimientos o de aquella historia de vida que no le ha permitido estar bien y lograr su armonía interior.

Es decir, queda claro que una verdadera estrategia educacional no se ha de configurar desde “fuera” de los sujetos que dan cuenta de su realidad, sino por el contrario desde la perspectiva propia, la vivencia, que se expresa de un modo muy diferente, y conlleva a un aprender distinto. Por tanto, el abordaje psico-educativo del self, resulta indispensable al momento de pensar en formas para reducir y/o prevenir fenómenos como el matoneo, pues es el escenario propicio para reconocer qué elementos de la vida personal, familiar y social han llevado las víctimas y victimarios a asumir dichas conductas.

Es por ello que se hace necesario que desde los ámbitos educativos se diseñen y desarrollen procesos psico-educativos integrales sobre los que sea posible potenciar en el individuo su self, pues así el educando aprende a reconocer sus dimensiones, mediante el contacto con los otros, aquellos con quienes debe interactuar diariamente, encontrando

grandes diferencias, y comprendiendo el valor de las mismas en tanto oportunidades para enriquecerse.

El ser humano ha sido visto a través de los tiempos como un ente activo, constructor de realidades, dentro de las que innegablemente, confluyen elementos de su pasado, presente y futuro que pasan a posicionar su identidad; se comprende de esta forma, que teorías específicas como la de la pedagogía de la intencionalidad, que recientemente se plasmó en una obra literaria de Mario Aguilar y Rebeca Bize , conciben al ser humano, en tanto conciencia activa, capacitado para transformar el ambiente a través de la utilización de herramientas.

Es así como, desde la teoría socio cultural del aprendizaje, de Vigotsky, se comprende que el término de “internalización” es un fenómeno psíquico que indica la necesidad de una verdadera consolidación del auto concepto, a partir de la apropiación de las interrelaciones sociales. Ello transforma los fenómenos sociales en fenómenos psicológicos, así el aprendizaje se posiciona como una recepción de experiencias del sujeto en su relación con la naturaleza y la sociedad. Este proceso dinámico, activo del psiquismo, es una verdadera construcción interna inédita, para ello se considera que el medio social es el elemento decisivo para el aprendizaje, pues el aprendizaje se produce por la integración de los factores sociales y personales.

Por tanto, el diseño de la presente propuesta psicopedagógica, pretende ser una herramienta básica, que en función de la armonización de la vida escolar con el eje fundamental de la protección y fortalecimiento del self, permita involucrar a los educandos en la ejecución de campañas de reconciliación, buen trato, consolidación de las habilidades interpersonales y con ello será posible consolidar una avance en la calidad educativa en el plano local y nacional, un modelo semillero para la sociedad, entorno a concretar una ruta para la convivencia pacífica.

1.4 Pregunta de Investigación

¿Cómo mejorar la gestión pedagógica mediante el diseño de una propuesta psico-educativa centrada en la protección y fortalecimiento del self, dirigida a los educandos de los grados Quinto del Instituto Diversificado Albert Einstein de Mosquera Cundinamarca, como estrategia para la prevención de la violencia en la ámbito escolar?

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo General

Diseñar una propuesta psico-educativa dedicada a la protección y el fortalecimiento del “self” de los educandos de los grados Quinto con el fin de lograr una gestión académica centrada en la prevención del bullying.

1.5.2 Objetivos Específicos

Estudiar los rasgos fundamentales que se requieren para consolidar una propuesta psicopedagógica orientada al autoconcepto como elemento fundamental para fomentar la sana convivencia y prevenir el bullying.

Establecer los aspectos de gestión académica que se deben considerar para el diseño de esta propuesta, con el fin de proyectar este proceso en toda la institución.

Socializar la propuesta diseñada para el grado quinto con el fin de valorarla y ajustarla progresivamente a toda la comunidad educativa.

2. UNIDAD

MARCO TEÓRICO

2.2 Acerca de la Gestión Educativa

Uno de los principios básicos de la gestión es el reconocimiento del valor de las personas en la organización. Por esta razón, el tema central de la gestión, según Casassús (2000), “es la comprensión e interpretación de los procesos de la acción humana en una organización”. De ahí que el esfuerzo de los directivos se oriente a la movilización de las personas hacia el logro de los objetivos misionales⁹.

Es innegable que el mundo actual ha venido siendo sometido a una serie de cambios y a una dinámica en la que se plantean diversos retos en el orden social, perspectiva misma que posiciona a la educación en tanto ambiente en el que se requiere de una organización y direccionamiento, que permita contribuir con el nivel de desarrollo de toda una nación; esta primera noción, lleva a conceptualizar la gestión educativa como un proceso orientado al fortalecimiento de los proyectos educativos Institucionales, que ayude a fortalecer la vida institucional en el marco de las políticas públicas, y que enriquezca los procesos pedagógicos con el fin de responder a las necesidades locales, regionales y mundiales¹⁰.

En este orden de ideas, las instituciones educativas deben tener altas expectativas sobre las capacidades de todos los estudiantes, a partir de la idea fundamental que todos pueden aprender. Deben saber hacia dónde van a través de la concertación con sus comunidades de una misión, visión y valores institucionales, los cuales permitan definir los

⁹ Casassús, J. (1998). Acerca de la práctica y la teoría de la gestión: Marcos Conceptuales para el análisis de los Cambios en la Gestión de los Sistemas Educativos. Consultado el día 15 de Mayo a las 2:50 p.m., de 2009 de la World Wide Web: www.scribd.com/doc/12667410/gestionbuscadelsujeto

¹⁰ Valderrama, J (s.a). La gestión educativa hacia el mejoramiento de la calidad de la educación. Subdirección de mejoramiento. Documento base para AL TABLERO. Recuperado en: http://www.colombiaaprende.edu.co/html/home/1592/articles-191868_archivo1.pdf

objetivos y la estrategia pedagógica. Tener un plan de estudios concreto y articulado que refleje los principios y objetivos del PEI, así como tener como referentes los lineamientos que el país ha establecido acerca de lo que todos los estudiantes deben saber y saber hacer. Ofrecer muchas oportunidades para aprender y asegurar que los estudiantes sigan aprendiendo permanentemente y de manera autónoma, y puedan transferir lo que aprendieron a otras situaciones y contextos.

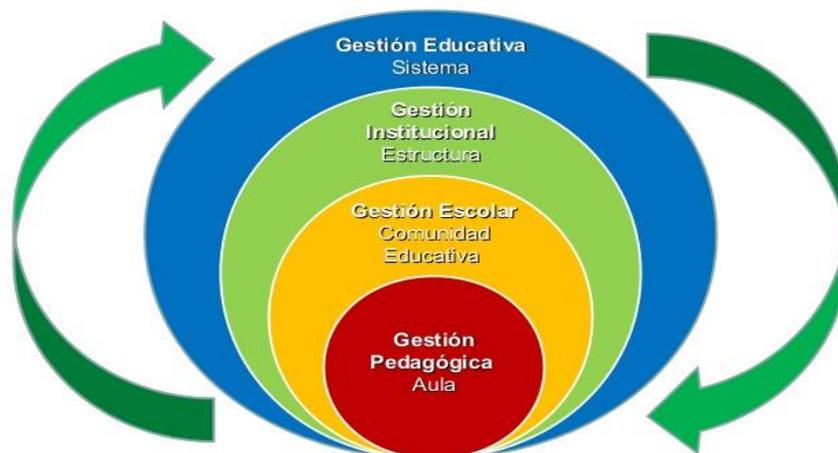
Es importante comprender que la gestión educativa, le apuesta de forma directa a la excelencia, retomando la visión del educando como un ser integral, que requiere de un fortalecimiento continuo en todas sus dimensiones, siendo necesario un compromiso certero de la comunidad educativa en general, con las propuestas y estrategias que se puedan llegar a formular.

Ahora bien, desde las concepciones mismas del Ministerio de Educación Nacional, la gestión educativa tiene que ver con el camino que emprende toda institución educativa, en orden a lograr un mejoramiento continuo, mejoramiento que se logra articulando las acciones de todos los niveles: directivos, docentes, educandos, padres de familia y comunidad en general, de manera que se fortalezcan los procesos de formación integral.

La gestión educativa, para ser operalizada se subdivide en varios niveles: escolar, pedagógica, directiva, financiera y administrativa y comunitaria, cada una de ellas, entra en coherencia con las demás, direccionando su quehacer hacia el alcance de los fines de la educación y la institución, así como de la misión, visión y objetivos, que se proponen entorno al Proyecto Educativo Institucional (PEI)¹¹.

¹¹ García Leyva LA. Gestión educativa. Portal educativo. Ciudad de La Plata, Argentina. (Consultado 22/12/07). Disponible en: <http://www.prismaseducativos.com.ar/index2.htm>

Gráfica 1. Niveles de la gestión educativa



Fuente: Ruíz Callejas. Consideraciones sobre gestión educativa y pedagógica. P. 43

La gestión educativa asume la idea de la institución educativa, en tanto espacio donde ocurren los procesos de enseñanza-aprendizaje y la convivencia entre los diferentes actores. Para los niños y jóvenes es también un espacio lúdico donde, además de aprender y desarrollar sus competencias, construyen relaciones de amistad y afecto tanto con sus iguales como con personas mayores, y viven sus temores y conflictos. Estas relaciones son las que contribuirán, de manera muy significativa, a la construcción de sus estructuras éticas, emocionales, cognitivas y sus formas de comportamiento.

La gestión educativa como proceso sistémico que integra e imprime sentido a las acciones administrativas en el ámbito escolar, con el fin de mejorar las organizaciones, las personas que las integran y sus propuestas o proyectos educativos, se desarrolla y ejecuta mediante planes, programas y proyectos que optimizan recursos, que generan procesos participativos en beneficio de la comunidad, que interactúan con el medio, que aportan al desarrollo local y regional y que solucionan necesidades educativas en armonía con las necesidades básicas fundamentales del ser humano¹².

¹² Correa, A, Álvarez, A y Correa, S. (s.a). La Gestión Educativa El Nuevo Paradigma. Recuperado en: <http://virtual.funlam.edu.co/repositorio/sites/default/files/6lgestioneducativaunnuevoparadigma.pdf>

Una de las características importantes de la gestión educativa, es que no se basa en uniformidades; ella reconoce la complejidad de las organizaciones y el carácter singular y específico de cada una de ellas, de allí que enfatice en el desarrollo de una visión de futuro construida participativamente y en que la organización se involucre en un horizonte compartido con énfasis en la anticipación de resultados. Acentúa la interdependencia entre niveles del sistema educativo y en la práctica del liderazgo pedagógico como posibilidad para motivar, acompañar y concertar en referencia a los procesos de cambio y de transformación educativa que se requieren¹³.

Se encuentra así, que en el caso de las organizaciones y las instituciones educativas, como prestadoras de un servicio público: la educación, la gestión por procesos se convierte en una herramienta para direccionar y gestionar los procesos educativos en función de las necesidades, expectativas e intereses de los estudiantes y de la comunidad educativa. Adicionalmente, la gestión por procesos articula temas como calidad, productividad, eficiencia y eficacia; e introduce un elemento más: cómo agregar valor al proceso educativo, lo que implica pensar en cómo innovar en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Para que se pueda evidenciar el cambio y dar respuesta a una problemática social como es el bullying mediante el fortalecimiento del self en los educandos es necesario apoyarnos en un modelo de gestión educativa estratégica que involucre a todos los miembros de la comunidad educativa de una manera efectiva y para ello se debe fortalecer en ellos el liderazgo basado en el firme compromiso y venciendo la resistencia al cambio¹⁴.

¹³ Ibíd. Pág. 9

14

Martín F. Evaristo. Gestión de instituciones educativas inteligentes. Un manual para gestionar cualquier tipo de organización.

2.3 El self como totalidad psicológica

Jung entiende el self como totalidad psicológica y supone que el self es un factor psíquico que trasciende la experiencia consciente. De esta manera, su énfasis es más amplio que el acento reciente sobre la realidad fenomenológica en la cual vive inserto el individuo; no obstante, sus ideas permiten tener en consideración que la identidad y la experiencia personal no siempre son delimitables con facilidad y que abarcan aspectos que al menos a momentos son inconscientes¹⁵.

Por su parte, Kohut¹⁶, el fundador de la llamada psicología del self, entendió el self al mismo tiempo como contenido del aparato psíquico y como estructura interna de la mente, ambos vinculados a la representación psicológica que el individuo tiene de sí mismo.

En general, los teóricos vinculados a la aproximación creada por Kohut piensan que el self es una estructura psíquica que se expresa fenomenológicamente a través de la generación de un sentimiento sano de mismidad, de autoestima y de bienestar psicológico¹⁷.

Una de las más conocidas explicaciones del self desde una teoría se encuentra por ejemplo en el psicoanálisis, la cual divide el Así, una definición puede ser la que se ofrece desde el psicoanálisis o desde la postura comportamental, aunque igualmente puede encontrarse definiciones en la psicología clínica y del desarrollo. Una de las más conocidas explicaciones del self desde una teoría se encuentra por ejemplo en el psicoanálisis, la cual divide el self en un proceso que involucra tres partes: el yo, el ello y el super yo, donde este último se encarga de regular los anteriores, teoría de tipo esencialista en la medida en que

¹⁵ Cortés Lutz G. *La administración educacional y gestión educacional*. (Consultado 22/09/07). Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos11/ladmyges/ladmyges.shtml>

Jung, C. G. (1934a). Funciones y estructuras del consciente y del inconsciente. En C. G. Jung, *Los complejos y el inconsciente* (pp. 85-152). Madrid: Alianza Editorial.

¹⁶ Kohut, H. (1977). *La restauración del sí-mismo*. México: Paidós.

¹⁷ André Sassenfeld, J. *Afecto, vínculo y desarrollo del self*. Consultado: http://www.psicoterapiarelacional.es/Portals/0/eJournalCeIR/V5N2_2011/3_A-Sassenfeld_Afecto-vinculo-desarrollo-Self_CeIR_V5N2.pdf

asume estas entidades como inherentes a la persona. O la perspectiva de los analistas del comportamiento, según la cual el self es una conducta resultado de mecanismos de aprendizaje social que generan auto-observación y en últimas un auto concepto.

Es así como para la construcción social del auto concepto, entendido como algo que hacen los individuos, que se ve reflejado en el énfasis por relacionar su conformación en las influencias ambientales, llámese contingencias sociales o mecanismos educativos, no es necesaria la noción de un agente como iniciador de la conducta; por el contrario, asume que el comportamiento es el resultado de la interacción transactiva de variables genéticas y ambientales que dan lugar a un organismo, un individuo y un self producto de contingencias que conllevan la auto observación . El organismo es producto de la experiencia filogenética conseguida a través del proceso de variación y selección; el individuo es el resultado de esta configuración genética en interacción recíproca con las experiencias ambientales del pasado y el presente particulares para cada uno. El self es el resultado de la influencia de contingencias ambientales que generan auto-observación y por consiguiente un auto concepto; para el caso de los humanos estas contingencias las genera la cultura sobre el individuo.

Retomando lo anterior, para mostrar el principio de la continuidad filogenética entre las especies y poder explicar el fenómeno a partir de variables o contingencias ambientales, la investigación psicológica ha explorado la posibilidad de un auto concepto en animales (delfines, orangutanes y chimpancés). Si se expone a un perro, por ejemplo ante un espejo, lo más probable que ocurra es que le ladre e incluso trate de agredir la imagen reflejada como si fuera otro de sus congéneres. Lo mismo ocurre con los peces Betta Splenders machos, los cuales atacan su propia imagen considerándola otro macho que invade su territorio. No ocurre así con chimpancés, orangutanes y elefantes; la investigación experimental muestra que son capaces de reconocerse a sí mismos. Al colocárseles algo en las espaldas que no pueden ver y les molesta, van hacia un espejo que se ha colocado en el recinto experimental para ubicar el estímulo molesto y retirarlo de su cuerpo. En uno de los cursos, una profesora había marcado delfines de pico de botella con tinta y luego los había expuesto a un espejo. Después de varias repeticiones, les puso tinta negra indeleble

temporalmente sobre partes del cuerpo, que los delfines sólo podían ver en un espejo. En cada uno de los ensayos los delfines fueron al espejo a examinar las áreas que la investigadora había marcado. Concluye Reiss que sus hallazgos suministran evidencia que los dos delfines del estudio utilizaron el espejo para investigar las partes que fueron marcadas, lo que demuestra que los delfines al igual que orangutanes, chimpancés y elefantes tienen una noción de sí mismos como individuos diferentes, habilidades que sólo se asociaban con los grandes monos y con los humanos.

También se han encontrado resultados similares en palomas. Se han hecho arreglos experimentales para averiguar su capacidad para identificar si los reforzadores que les son entregados han dependido de sus picotazos o del azar, confirmando que son capaces de evidenciar que su conducta es la que produce los resultados. Además se les ha colocado marcas en el pecho; los animales van a una zona de la caja experimental para ubicar el lugar donde se las ha colocado el objeto. Los estudios han sido más criticados en la medida en que los animales son entrenados para realizar la tarea¹⁸. Por otra parte, el que algunos animales no pasen la prueba puede obedecer a que su relación con el entorno no depende principalmente de la visión, como es el caso de los perros, sino de otros mecanismos sensoriales, lo que haría difícil que se reconocieran a sí mismos.

El auto concepto en los humanos resulta de una influencia marcada por la cultura, la que da lugar a un popurrí de creencias organizadas sobre uno mismo, las cuales resultan de la combinación de nuestra historia personal, las características descritas o roles impuestos (soy hombre, tengo un nombre, soy colombiano, soy profesor), los intereses y actividades (me interesa la psicología, me gustan los animales), los aspectos existenciales (soy una persona única), la autodeterminación (soy agnóstico, puedo lograr mis metas), las creencias interiorizadas (estoy a favor de la democracia), la diferencia social (provengo de una familia de clase media, soy heterosexual, soy un ser humano)¹⁹. Sumadas a estas creencias

¹⁸ PARAMO, Pablo. La construcción psicosocial de la identidad y del self. *rev.latinoam.psicol.* vol.40 no.3 Bogotá Sept./Dec. 2008. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342008000300011

¹⁹ Taylor, C. (1998). *Sources of the Self: The Making of the Modern Identity*. Cambridge University Press.

está el reconocimiento como miembro de una cultura que comparte tradiciones, una religión, valores como la democracia y la autonomía, formas particulares de relacionarnos, de hablar, de enfrentar los problemas; creencias que resultan de las reglas que crea la cultura y que reproduce a través del fomento de la auto-observación para formar el auto concepto en sus miembros.

De esta manera, es posible afirmar que mientras la sociedad occidental se caracteriza por el individualismo, la autonomía e incluso por la formación del auto concepto en los miembros que la integran, (se enfatiza en el pronombre "yo" y en la mirada sobre nuestras actuaciones individuales y los sentimientos), las culturas no occidentales son socio centristas; se enfatiza en los elementos compartidos con otros, la persona no es orientada a metas individuales sino comunitarias. En consecuencia, es posible hablar para estas culturas de un self compartido en lugar de unos self individuales o auto conceptos.

Continuando es importante entender el self y los otros: la adquisición del self y el papel del lenguaje en su construcción, *puesto que* el individuo va formando su auto concepto a partir del proceso de diferenciar su propia conducta en la misma forma como reconoce la conducta de otros. Cuando estos procesos de observación toman la forma de reglas verbales, las personas llegan a describir su propio comportamiento. Más adelante aprenden a reportar sus propias disposiciones, sentimientos, pensamientos y otro tipo de eventos privados. Estas reglas junto con el uso del "yo soy, mi, mío, etc.", establecen gradualmente el auto concepto.

Progresivamente el individuo aprende a hacer observaciones más complejas de su propio comportamiento dependiendo de los modelos que observe, las reglas que siga al hacer dichas observaciones y de las consecuencias ligadas a dichas auto observaciones. Cuando el individuo aprende a hacer descripciones de su propia conducta incluyendo intereses y motivaciones, decimos que la persona tiene un auto concepto. Al igual que como ocurre en la formación de la identidad, los individuos son orientados a pensarse a sí mismos como pertenecientes a un grupo y a un lugar (¿de dónde eres?), en donde el escenario físico como en el caso de la ciudad, el barrio o un lugar particular juegan un papel

importante en la medida en que este entorno hace parte de lo que nos define ante otros y se constituye en parte integral del reconocimiento que hacemos de nosotros mismos. La manera como se forma ese self social y de lugar se hace evidente cuando el individuo se identifica primero como perteneciente a un grupo y luego se reconoce a sí mismo como perteneciente a ese grupo y a ese lugar, cuando establece un contraste con respecto a la gente que no vive en la comunidad²⁰.

Por su parte, en la psicología psicoanalítica del self, tales funciones –que el infante aún no puede llevar a cabo por sí mismo– son denominadas funciones selfobjetales, un concepto que representa una de las contribuciones más importantes realizadas por Kohut. En breve, un “objeto es un selfobjeto cuando es experimentado intrapsíquicamente como cumpliendo funciones en una relación que despiertan, sostienen o influyen de modo positivo el sentimiento del self” (en el sentido estricto, tal como indica un selfobjeto no es ni self ni objeto, sino el aspecto subjetivo de una función que es ejercida por medio de una relación. Así, el self del niño emerge a partir de su sumergimiento inicial en una matriz relacional selfobjetal que no sólo determina el surgimiento original, sino también la posterior posibilidad de mantener la continuidad de la cohesión y vitalidad del self –es decir, las funciones selfobjetales constituyen los organizadores psíquicos principales en el transcurso del desarrollo de la personalidad equiparó, en este sentido, la dependencia emocional del ser humano respecto de sus selfobjetos con la dependencia biológica del organismo respecto del oxígeno¹⁷.

Teniendo clara la conceptualización del Self vale la pena abordar lo relacionado con la identidad, entendida como las características que posee un individuo, mediante las cuales es conocido. Sin desconocer los aspectos biológicos que la conforman, buena parte de la identidad personal se forma a partir de las interacciones sociales que comienzan con la familia, en la escuela y con la gente que se conoce a lo largo de la vida. La identidad así construida va a influir en la manera como se actúa en el mundo.

²⁰ Lalli, M. (1992). Urban-related identity: Theory, measurement, and empirical findings. *Journal of Environmental Psychology*. 12, 285 -304.

El concepto de identidad se diferencia del de personalidad o viene a sustituirlo, precisamente en el énfasis que se otorga en la situación social, la interacción con otros y la influencia de las instituciones en la construcción de tal identidad. La noción de personalidad, de gran tradición psicológica, enfatiza en las expresiones internas del individuo, que lo hacen comportarse de una manera estable una vez integrada durante la infancia, a lo largo del tiempo o de la vida de la persona y que a la vez lo hace reconocible por parte de los demás. Así, unos individuos son de personalidad extrovertida o introvertida, tipo A o B; estas son características que se mantienen estables durante toda la vida del individuo. Se podría afirmar que esta idea de la personalidad como una entidad o propiedad interna del individuo es esencialista como afirma Burr (1995), en el sentido de que constituyen parte de la esencia del sujeto, de su naturaleza y que se refleja en su manera de actuar. Por el contrario, las teorías del aprendizaje social enfatizan en la situación en la que se encuentra el individuo para presentar una conducta, más que en la idea de una entidad como la personalidad.

Por consiguiente las personas actúan de manera diferente en cada situación. El aparente patrón en la forma en que las personas se comportan no es atribuido a la personalidad, sino al hecho de que en el pasado esa forma de actuar ha resultado exitosa para el individuo. En una dirección similar, la sociología adopta el término de rol social para referirse a aquellas formas de actuar que parecen seguir igualmente un patrón, pero que pueden mejor atribuirse a las situaciones que regulan el comportamiento. Así, la mujer adopta el rol de ama de casa en su hogar o el de oficinista en su lugar de trabajo, etc.²¹.

Esta multiplicidad de formas de actuar es desde la perspectiva de la relación con los otros, un producto de los encuentros y relaciones sociales, de la construcción social, lo que implica, que las identidades son construidas y no descubiertas²². Al enfatizar en la interacción con los otros se evita la connotación esencialista del concepto de personalidad y

²¹ Páramo, Pablo. La construcción psicosocial de la identidad y el self. *rev.latinoam.psicol.* vol.40 no.3 Bogotá Sept./Dec. 2008. Consultado en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342008000300011

²² Burr, V (1995). *An introduction to Social Constructionism*. New York: Routledge.

se enfatiza en el carácter social de dicha construcción. De esta manera, se reconoce el papel que tienen los propósitos de quien caracteriza al sujeto. Las caracterizaciones por sexo, preferencias sexuales, de salud o de clase, se ven de esta manera fundamentadas en elaboraciones sociales más que en características esenciales o naturales de la persona.

Ahora bien, así como se ha sostenido la idea de que la identidad es producto en gran medida de la interacción social, también es posible suponer que estas influencias sociales y culturales pueden dar lugar a identidades colectivas derivadas de las contingencias que nos llevan a identificarse como pertenecientes o afiliados a un entorno social significativo como la familia, la religión, la escuela, etc.²³. La identidad queda ligada así, por medio de las instituciones sociales, a los demás. La identidad social se refiere entonces a aquella parte de un individuo que se deriva de la afiliación que hacen de los individuos, las instituciones sociales a grupos sociales, conjuntamente con el significado valorativo y emocional asociado a esta pertenencia.

Se puede referir también a la extensión del cuerpo: la identidad espacial, debido a que las relaciones con el espacio hacen igualmente parte de la identidad y por eso se hace de las posesiones una extensión del cuerpo²⁴. Se personaliza el espacio colocando objetos para darle el sello personal, la casa refleja en la decoración parte de la esencia personal. Los bienes se constituyen en parte de la identidad y reflejan buena parte de lo que se es y de la manera como se es reconocido.

Otra manera de ver el papel que juega el espacio en la formación de las identidades es en la identificación de roles que se asumen en los espacios públicos. Las personas están envueltas permanentemente en diferentes dramas, en los cuales cambian sus roles y actuaciones de acuerdo a la situación, lo cual contribuye a ejercer control sobre el auto concepto que resulta de las observaciones que hacen los demás. Al desenvolverse en los

²³ Turner, J.C. (1990). Redescubrir el grupo social. Madrid: Morata

²⁴ Sack, R.D. (1997). Homo geographicus. Baltimore: The Johns Hopkins University Press

lugares públicos se desempeñan distintas actuaciones que vienen a estar mediadas por las propiedades físicas y sociales de cada lugar²⁵.

Eventualmente, la adopción de estos roles pueden convertirse en una segunda naturaleza y ser parte integrante de la identidad, aunque se esté cambiando siempre de situación. Se considera que se actúa en un escenario externo o región anterior que hace parte del individuo, escenario que consiste de un diseño físico decorado que contextualiza la actuación ante una audiencia; una apariencia consistente del vestuario, las expresiones faciales, la raza, edad, etc.; y finalmente, una actuación o expresión. Este escenario social puede llegar a institucionalizarse con expectativas estereotipadas haciendo que se convierta en una representación colectiva y en una realidad empírica. Tal sería el caso de los roles que se asumen en los distintos ambientes por los que se circula diariamente: la oficina, el hogar, los restaurantes, y demás lugares tanto privados como públicos²⁶.

Uno de los elementos que resulta importante abordar, es el del rol del lenguaje en la configuración de la identidad, siendo así que los textos sobre psicología del aprendizaje han enseñado que existen diferentes mecanismos por los cuales se aprenden y dirigen las acciones. Se han señalado las implicaciones para el aprendizaje, la salud, la manera de relación con los demás y alcanzar metas personales a partir de mecanismos que conllevan asociaciones entre estímulos, el aprendizaje por observación, y la acción por consecuencias, como mecanismos que influyen en la manera como se actúa²⁷.

Tanto psicólogos como sociólogos están de acuerdo en que la identidad (la manera como somos reconocidos por los demás) es el resultado de la interacción que se tiene con los demás. Y es gracias al lenguaje precisamente, que se comienza a construir socialmente la identidad del individuo. El lenguaje hace personas; a través del lenguaje se crean las condiciones para identificar a las personas.

²⁵ Pol, E. & Varela, S. (1994). El concepto de identidad social urbana: una aproximación entre la psicología social y la psicología ambiental. *Anuario de Psicología*, 62, 5-24

²⁶ Páramo, P. (2007). El significado de los lugares públicos para la gente de Bogotá. Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional.

²⁷ *Ibíd.* p. 112

2.4 El matoneo es un fenómeno de violencia interpersonal

Pasando a un tercer eje temático se tratarán los conceptos esenciales sobre el Bullying, que según Rosario Ortega²⁸, miembro de la Sociedad Española de Psicología el Matoneo es un fenómeno de violencia interpersonal injustificada que ejerce una persona o grupo contra sus semejantes y que tiene efectos de victimización en quien lo recibe. Se trata estructuralmente de un abuso de poder entre iguales.

El Matoneo no es exclusivo de los ambiente educativos, lo que ocurre es que se ha acuñado para definir la violencia entre escolares. Su origen es el mobbing, que significa abuso de unos a otros, acoso. Cuando el mobbing, que es una palabra sueca y noruega, se traduce al inglés, la palabra que se encuentra adecuada para traducirlo es bullying. Por lo tanto, es simplemente la traducción al inglés del término mobbing. (Ortega, 2.001).

Una definición muy aceptada es la de D. Olweus: "Un estudiante se convierte en víctima de acoso escolar cuando está expuesto, de forma reiterada y a lo largo de un tiempo, a acciones negativas llevadas a cabo por otro u otros estudiantes".

El acoso escolar o (bullying), es un fenómeno que se ha producido desde siempre. En las escuelas siempre ha habido alumnos/as que "abusaban" y "maltrataban" a otros chicos, generalmente más débiles que ellos.

La Real Academia de la lengua española, define acoso como *"perseguir sin darle tregua a un animal o a una persona consistente en un trato vejatorio y descalificador con el fin de desestabilizarla psíquicamente"*.

28

Rosario Ortega. Catedrática de Psicología. Miembro de la Sociedad Española de Psicología de la Violencia. Instituto de Ciencias de la Educación de Sevilla. Dirige en la Universidad de Córdoba el Departamento de Educación.

Una definición más amplia es la que se da en los **Estados Unidos** en el año 2001 en la “*No childleftbehindact*” (*NCLBA*) en la que se dice que el término acoso escolar se aplica a aquellas conductas relativas a la identidad de un alumno, o a la percepción de esa identidad, concernientes a su raza, color, nacionalidad, sexo, minusvalía, orientación sexual, religión o cualesquiera otras características distintivas que fueren definidas por las autoridades regionales o municipales competentes, siempre que:

- a) Se dirijan contra uno o más alumnos
- b) Entorpezcan significativamente las oportunidades educativas o la participación en programas educativos de dichos alumnos
- c) Perjudiquen la disposición de un alumno a participar o aprovechar los programas o actividades educativos del centro escolar al hacerle sentir un temor razonable a sufrir alguna agresión física.

El Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid, define el acoso escolar como una *acción reiterada a través de diferentes formas de acoso (físico o psicológico) u hostigamiento entre dos alumnos o entre un alumno y un grupo de compañeros en el que la víctima está en situación de inferioridad respecto al agresor o agresores.*

En lo que respecta a las instituciones jurídicas, la circular del Fiscal General del Estado (Instrucción 10/2005) define el acoso escolar como *incidentes entre alumnos o estudiantes que se prolongan durante un período de tiempo, pudiendo consistir en actos violentos que lo integran: agresiones físicas, amenazas, vejaciones, coacciones, insultos o en el aislamiento deliberado de la víctima que degenera en una relación jerárquica de dominación- sumisión entre acosador/es y acosado. También se caracteriza por el deseo consciente de herir, amenazar o asustar por parte de un alumno frente a otro no sólo físicamente, sino también psicológicamente o emocionalmente que es menos visible para los profesores, pero que es extremadamente doloroso.*

Continuando, el Matoneo es violencia que puede ser verbal, física, psicológica, directa e indirecta. Estas cinco categorías no son puras, pueden mezclarse entre sí. De igual manera,

para que exista Bullying o Acoso Escolar tienen que darse los siguientes elementos: Una víctima que es atacada por un matón o grupo de acosadores; un desequilibrio de fuerzas entre el/los acosador/es y la víctima que lleva a ésta a un estado de indefensión y una acción agresiva que se produce de forma reiterada en el tiempo.

Hay que distinguir entre acoso escolar y conflicto escolar. En este último caso dos alumnos discuten o pelean, pero este conflicto se produce de manera abierta y no existe un desequilibrio de poderes.

Algunas de las características específicas del fenómeno del Matoneo que se han determinado son:

- Las conductas de acoso se producen repetidamente en el tiempo, y siempre dirigidas a la/s misma/s persona/s.
- Las personas que ejercen esta violencia física y/o verbal lo hacen con la intención clara de molestar y humillar, y generalmente sin que haya el menor asomo de provocación previa por parte de la víctima.
- Acostumbra a ser frecuente que las personas que lo muestran se crean (que no quiere decir que lo sean) más fuertes, más listas o en definitiva, mejores que su compañero.

Hasta este punto se tienen claro la conceptualización, las condiciones y las características del Bullying, ahora en los siguientes apartados es preciso referir otros aspectos fundamentales que tienen que ver con los actores: los acosadores y las víctimas.

Los bullies o acosadores. El bully -por utilizar la palabra anglosajona- se fija básicamente en alguien que sea más débil a nivel físico, intelectual y/o social, y del abuso que ejerce extrae una sensación de superioridad, que le refuerza. Lo que acaba pasando es que el intimidador obtiene gratificaciones inmediatas a su conducta (cómo puede ser el

hecho de sentirse protagonista) que le empujan a repetirla, creando una relación clara de dominio-sumisión.

De hecho, un factor crucial de la conducta de bullying es la asimetría radical entre el acosado y el acosador. Si el acosador típico es fuerte, corpulento y avisado, la víctima típica es débil y tímida, y es fácil que acabe creyendo que no le queda otra opción que esperar que pase todo rápido, sin ninguna opción de escapar.

Por su parte la víctima o blanco del acoso, es la persona que sufre bullying quien evidentemente no lo pasa nada bien. Acostumbra a no decir nada porque se siente avergonzada y culpable. Piensa que le han cogido manía e incluso puede acabar creyendo aquello que le dicen los que abusan de él. Se siente humillada, indefensa y aislada, y en consecuencia, su autoestima queda negativamente afectada.

Es habitual que los padres no sepan nada, puesto que el miedo a preocuparlos o a parecer débil o un acusica hace que crea que explicarlo no hará más que empeorar las cosas; y por lo tanto, acaba por no ver salida a la pesadilla que está viviendo.

Nadie está fuera de peligro de convertirse en víctima de abuso escolar, pero pueden haber rasgos que hagan especialmente vulnerables a algunos, ya sea por carácter (como ser introvertido), por tener alguna característica física diferente (como llevar gafas o ser bajito) o por una característica académica (como ser un estudiante aplicado).

Identificados los actores, se debe aludir a los síntomas que hacen sospechar la existencia del matoneo, que acostumbra a darse más frecuentemente entre los 10 y los 14 años, y especialmente entre chicos más que en chicas. Hay que destacar que se trata de una etapa clave donde las relaciones entre iguales tienen un papel básico como agentes de socialización y de aprendizaje.

Hay algunos síntomas que pueden hacer pensar que una persona está sufriendo una situación de bullying:

- Disminución del rendimiento académico. Esto es consecuencia de la ansiedad provocada por la situación que está viviendo, que indirectamente provoca la pérdida de la capacidad de concentración y de atención.
- No quiere ir a clase, poniendo cualquier excusa o incluso pidiendo un cambio de escuela.
- Se cierra en sí mismo y no explica las cosas. Está triste. Fácilmente puede caer en un cuadro depresivo, tener pesadillas y cambios repentinos de humor.
- Deterioro de los libros, de la ropa, presencia de señales y golpes, etc., consecuencia de las peleas y las bromas pesadas.
- Cambios ilógicos en el recorrido para ir a la escuela.

Uno de los puntos en los que hay que centrarse a la hora de estudiar el acoso escolar es intentar encontrar explicación del por qué se produce el acoso escolar, las facetas en las que se puede dar dicho acoso escolar y las personas involucradas en el mismo.

En este sentido hay que decir que es muy difícil poder detectar cuándo se da el acoso escolar, bien sea porque la víctima no manifiesta el acoso que sufre o bien por la carencia de atención o la mala interpretación que del mismo hacen los adultos.

Desde un punto de vista psicológico, el acoso escolar viene caracterizado porque en él básicamente hay tres personajes fundamentales como son: el agresor, la víctima y los observadores.

Las causas por las que el agresor emprende acoso contra otro compañero son diversas.

El agresor, en líneas generales, suele ser una persona violenta; en numerosas ocasiones son personas con un ambiente violento en sus familias a tenor de lo cual les hace que su comportamiento para con los demás sea aquello que aprendió en dicho entorno; en otros casos es la sociedad misma la que hace que el agresor se comporte de forma violenta, ya que éste se cansa que en la sociedad se ofrecen oportunidades diferentes para cada uno de sus miembros y que es injusta con el ajeno.

Analizando esta cuestión desde una perspectiva teórica de la Psicología evolutiva se encuentra el origen de la agresividad socio-moral en los siguientes modelos explicativos:

- 1) **Modelo psicoanalítico:** Considera la agresividad como un instinto básico con poderosas raíces biológicas que inciden en el consciente individual y colectivo. Según este modelo, la agresividad es un componente innato.

Sobre este modelo, la solución residiría en la educación, ya que a través de ésta los seres humanos conseguirían controlar sus impulsos agresivos.

- 2) **Hipótesis teórico – descriptiva de la frustración:** Esta hipótesis sostiene que existe una relación directa entre las conductas agresivas y la ansiedad incontrolada derivada de las dificultades en el logro de las metas.

En este caso el autocontrol sobre la frustración determinaría el progresivo autodomínio sobre las respuestas agresivas.

- 3) **Conductismo social:** Relaciona la agresividad con el aprendizaje vicario y con el modelo social. Desde esta perspectiva, la emergencia de problemas de “violencia gratuita” entre sujetos en la sociedad actual, se suele relacionar con la excesiva exposición a escenas de violencia que se difunden a través de los medios de comunicación (dígase películas violentas, dibujos animados violentos, escenas de noticias que pueden herir sensibilidades, etc.).

En este sentido quien debiera dar solución al problema sería la sociedad misma, no permitiendo que los individuos vieran este tipo de escenas violentas.

- 4) **La etología:** Ha explicado la naturaleza innata y en cierta medida adaptativa de la agresividad animal sin que esto signifique tolerancia hacia un determinismo biológico que los etólogos no reconocen como propio. La violencia supondría un sistema de hostilidad destinado a la defensa personal del territorio y de los derechos individuales.

Este modelo fue criticado por Raytner y Dann argumentando que la aceptación de la existencia de un impulso innato de agresividad libera a la sociedad de la responsabilidad de construir un mundo pacífico y justo. Eibl – Eibesfeld propone la negociación verbal como una vía de solución del conflicto producido por la confrontación de intereses y motivos en los que, por su condición, pueden verse enfrentados los individuos por sus posiciones y metas.

- 5) **Perspectiva cognitiva:** Vincula el comportamiento y el desarrollo socio-moral al progresivo despliegue de estructuras cognitivas que incluye la elaboración personal de criterios morales sobre cómo comportarse con justicia y equidad con los otros.

Piaget vincula el comportamiento moral al desarrollo del conocimiento socio-convencional y socio-moral. Interpreta así mismo que la progresiva adquisición del juicio moral autónomo a las relaciones entre iguales y a las situaciones de juegos de reglas, como escenarios en los que el proceso cognitivo provoca la confrontación de intereses diversos y lleva a los niños a la elaboración de normas justas para todos. Así, el conocimiento moral, se desarrollaría progresivamente de forma paralela al resto de las capacidades cognitivas. Partiendo del egocentrismo individual, que impediría a los niños ser igualitarios, se progresaría hacia la elaboración de juicios morales autónomos, cosa que no ocurriría hasta una edad avanzada de la niñez. La capacidad intelectual de la empatía, la autonomía moral, el pensamiento igualitario y unos buenos conceptos sobre lo que es justo y lo que no lo es, serían elementos que estarían en la base de la comprensión de los otros como verdaderos semejantes en derechos y deberes.

6) Perspectiva teórica de la psicología vigotskiana o psicología sociocultural (Vigotski, 1934): Para este psicólogo primero se produce el hecho en el plano interpsicológico (interpersonal) y luego en el plano intrapsicológico (conciencia individual del hecho). El sujeto adquiere mediante su participación en actividades microsociales, el significado sociocultural de los procesos en los que participa, lo que da sentido a los hechos. De estas actividades de las que participa, el individuo recibe una permanente influencia mediática de la cultura a través de los instrumentos simbólicos y prácticos que están presentes en las mismas.

Deberíamos pensar que desde esta perspectiva teórica, los fenómenos de violencia y maltrato de los escolares pueden ser el resultado de su participación en procesos interpersonales que filtran la violencia estructural de la propia sociedad y que la propia actividad compartida se internalizará como violenta si incluye contravalores como la injusticia, el abandono afectivo o el propio maltrato.

Es evidente que el maltrato entre iguales puede manifestarse de diversas formas. No necesariamente se tiene que dar sólo una de ellas, sino que en muchas ocasiones son un conjunto de las mismas.

Este tipo de agresiones son las siguientes:

- 1) Intimidaciones verbales como son insultos, motes, rumores, hablar mal de alguien...
- 2) Intimidaciones psicológicas: Amenazas para provocar miedo, obtener algún objeto o dinero, u obligar a la víctima a hacer cosas contra su voluntad.
- 3) Agresiones físicas ya sean directas (peleas, palizas, agresiones menores como collejas, cachetes...) o indirectas (destrozo de materiales personales, pequeños hurtos...)
- 4) Aislamiento social, bien sea impidiendo al menor a participar en determinadas actividades o ignorando su presencia.

También se dan casos de **acoso de tipo racista** que se suelen centrar en minorías étnicas o culturales (motes peyorativos, estereotipados...) o **acoso sexual** que hacen que la víctima se sienta incómoda o humillada.

Finalmente hay que mencionar que en los últimos años se están dando nuevas modalidades de acoso por la difusión de las nuevas tecnologías, de esta manera podemos encontrarnos con que el acoso ya no sólo se limita al contacto cara a cara, sino que se puede ejercitar mediante el envío de mensajes de móvil o de correo electrónico anónimos, llamadas de teléfono anónimas en las cuales se hostiga y se amenaza a la víctima, etc.

De igual forma, las situaciones de acoso escolar suelen pasar, generalmente, desapercibidas por los alumnos. En toda situación de acoso escolar suelen participar las siguientes personas:

- Una víctima que sufre las agresiones
- Uno o varios agresores u hostigadores que ejercen abuso sobre la víctima
- Los observadores, generalmente compañeros, que contemplan los hechos y que por diversas razones callan
- Adultos, que no están suficientemente alerta como para detectar a tiempo la situación de acoso que sufre la víctima.

La situación de acoso genera en la persona que la padece miedo, tristeza, inseguridad, baja autoestima influyendo negativamente tanto en su vida académica (absentismo, malos resultados) como en su futura vida adulta, dificultando sus relaciones sociales y su seguridad y confianza en sí mismo.

Las causas sociales por las que un compañero reiteradamente hostiga a otro son diversas, pero entre los factores cabe destacar los familiares, personales y sociales del agresor, la víctima y los observadores así como factores relacionados con la cultura escolar.

Perfil del agresor

Factores personales, familiares y sociales: Las relaciones de los padres con los hijos son fundamentales ya que el comportamiento de éstos hacia su hijo repercutirán posteriormente en él; esto quiere decir que el hijo aprenderá aquello que haya captado de sus progenitores.

La característica compartida por los agresores es la de la falta de empatía, esto es la carencia de que sus actos repercuten en otra persona que los siente y los padece como un tormento, llegando a pensar que la víctima se lo merece. En un primer momento el agresor ejerce acoso leve sobre la víctima, pero conforme transcurra el tiempo y observe que la víctima carece de protección irá incrementando la violencia de sus actos.

Factores relacionados con la cultura escolar y la formación de grupos: Es de sobra conocido por todos la influencia que tienen sobre una persona el grupo de amigos en el plano evolutivo de los menores. El maltrato tiene su mayor intensidad y frecuencia en la etapa comprendida entre los 11 a 13 años. Se crea una conciencia colectiva en la que la víctima es cada vez menos estimada y valorada, lo que favorece que las agresiones aumenten en intensidad y cantidad.

Las escuelas que permiten y favorecen que los alumnos comuniquen sus dificultades y en las que éstos se sientan escuchados serán capaces de prevenir e intervenir cuando empiecen estos hostigamientos.

Perfil del observador

El grupo de los observadores posee una influencia crucial en el curso de los acontecimientos, pues en el caso de oponerse a las agresiones, los agresores perderán justificación y poder y tendrán que ejercer mayor número de agresiones a más víctimas o dejar de actuar acosando.

Perfil de la víctima

Factores familiares, personales y sociales: Es más difícil precisar las características de las víctimas sin estigmatizarlo.

En el plano familiar, en líneas generales se tiende a la sobreprotección como causa primordial, que impide el desarrollo social del menor conforme a su desarrollo evolutivo; sin embargo, no todas las víctimas son iguales, existen factores tales como el gracioso, el provocador, el molesto, el empollón, etc.

Una característica compartida por las víctimas es la de su falta de competencia social, su carencia de asertividad lo que dificulta su capacidad para comunicar claramente sus necesidades y para hacerse respetar por los demás, es por ello por lo que pierde popularidad entre sus iguales, sufriendo, a menudo, un estrés emocional, un deterioro de su capacidad académica y un deseo de absentismo escolar.

Ante los ojos del agresor, cualquier razón es suficiente para convertirse en víctima: su indumentaria, su sensibilidad artística, su capacidad intelectual, sus rasgos físicos, su raza, sus buenos resultados académicos, etc.

Factores relacionados con la cultura escolar y la formación de grupos: Cuando empiezan a provocar a la víctima, ésta va perdiendo apoyos entre sus compañeros pudiendo llegar a sentirse incluso merecedor de la agresión. Si el acoso continúa puede sentirse totalmente aislado de sus compañeros y sufrir un “infierno” personal.

Las víctimas tienen que sentir que en su medio escolar se les apoya y que tienen derecho a comunicar su situación de indefensión.

En cualquier caso el acoso escolar es un fenómeno indeseable, inmoral e innecesario. La víctima se suele sentir sola, infeliz y atemorizada; perderá la confianza consigo misma y con los demás y una vez que sea adulto se sentirá inseguro, amenazado y en peligro.

El maltrato produce en la víctima estrés psíquico que le puede llevar incluso al suicidio en situaciones de desesperación; no obstante, los sentimientos más comunes suelen ser la angustia, la intranquilidad, el miedo, la falta de confianza, soledad y en algunos casos depresión.

En lo que respecta al agresor, estos comportamientos violentos suelen ser una ante-sala de su futuro comportamiento cuando sea adulto, ya que al no ser castigado de ninguna manera, considerará que esos actos son correctos y que a través de ellos podrá lograr el liderazgo y el poder mediante la imposición.

Para complementar las ideas teóricas de la propuesta es preciso fijar la atención en la llamada pedagogía de la Intencionalidad, base de una obra que se reconoce bajo este nombre²⁹, el cual tiene como objetivo central el de generar un proceso de sensibilización entorno a la necesidad de superar el tradicionalismo educativo y llegar a un ambiente de enseñanza aprendizaje dentro del que se contemple al ser humano en toda su integralidad y desde su identidad como parte de una realidad circundante.

Una de las primeras ideas que aparece para dar fuerza es la relacionada con los dos caminos de la pedagogía: el de la enseñanza y el de la educación, siendo este último el espacio donde los educandos se transformarán con los adultos. Además es claro, es necesario saber que lo que más influye en el aprendizaje son las emociones y no la razón, es decir si se piensa en generar impacto en las nuevas generaciones se tiene que convivir, colaborar, compartir y estar disponibles para hacer cosas junto a ellos.

El primero de los llamados que se hace a los docentes es a percibir a los niños como seres que requieren de espacios para forjarse como sujetos reflexivos, capaces de colaborar que se respetan a sí mismos y son capaces de hacer del mundo un espacio digno para los demás.

²⁹ AGUILAR, Mario y BIZE, Rebeca. Pedagogía de la intencionalidad educando para una conciencia activa. Disponible en: http://cife.org.mx/biblioteca/doc_download/Pedagogia-intencionalidad-educativa.pdf

Los errores de la educación tienen sus raíces en lo metodológico, pues ha sido asumida como un instrumento para acceder al desarrollo económico es decir se ha constituido en un “hecho económico”.

Los fundamentos de los planteamientos que se hacen en esta obra se refieren a los principios del humanismo universalista.

2.5. La concepción del ser humano como fundamento de una teoría educacional para atender el asunto del matoneo.

La idea central para el pensamiento existencialista es que el individuo no es una mera “parte” de un todo, sino que cada ser humano es una “integridad” en sí misma.

Para el filósofo alemán Franz Brentano, la intencionalidad es la propiedad distintiva de los fenómenos físicos, también es el criterio de distinción de los fenómenos psíquicos: representación, juicio y aceptación o rechazo.

Edmund Husserl relaciona la intencionalidad con el yo “intende” o “se dirige intencionalmente” hacia lo que el mismo sujeto ha constituido como objeto del conocimiento. Se puede distinguir entre el ser como experiencia y el ser como cosa. Max Scheller, incorporó el tema de la intencionalidad en los valores, este autor reflexionó sobre la intencionalidad de las emociones y sus objetos intencionales (los valores), siendo así que se deja claro que los valores no son los que cambian, sino la percepción respecto a los mismos. Además se deja claro que los valores están organizados jerárquicamente: los valores religiosos son los primeros, luego los espirituales, los de afectividad y finalmente los valores de la afectividad sensible, siendo la principal tarea de la persona tratar de armonizarlos.

Heidegger aporta el concepto de “ser – en – el mundo”, donde se posiciona al ser humano como ente abierto al ser, pues solo a él “le va” su propio ser, es decir mantiene

una explícita relación de co – pertenencia con él. Se establece al ser humano por su relación con el mundo.

Desde estas concepciones se hace la invitación a la educación de dar cuenta del tiempo futuro como prioridad y concebirse como la herramienta de habilitación para la construcción de un mundo aún no existente.

Se profundiza en los conceptos de fe viva y fe inerte, la primera es alude a la creencia que nos basta para vivir, y la fe inerte es aquello que no actúa en nosotros de ningún modo. La existencia de lo que denomina fe viva es extremadamente importante en la legitimidad y fortaleza de un sistema social; esto se basa en la confianza que los individuos que la componen tengan en sus creencias fundamentales; la institucionalidad, la juridicidad, la estructura económica, la estratificación social, las relaciones de poder y hasta las concepciones respecto de la divinidad, se sostienen en la fe viva.

La psicología experimental de Wundt, tiene que ver con el concepto de introspección, que requiere que el sujeto observe lo que ocurre en su propia conciencia y dé cuenta de esos descubrimientos. Se identifican dos elementos de la vida mental: las sensaciones y los sentimientos. Se establece también que hay dos aspectos esenciales en el comportamiento: lo objetivo (lo que vemos y sentimos) y lo subjetivo (cómo captamos aquello que estamos percibiendo).

Ortega es reconocido como el autor de la teoría de la *dialéctica generacional*, desde esta se explica cómo cada generación se sitúa en una cierta “Sensibilidad” que le otorga determinadas características, lo que tendrá considerable influencia sobre su entorno histórico y social; para este autor es claro que cada generación va a tener sus particularidades y eso es lo que determina su época. Es decir cada generación tiene atributos que les diferencian de las demás.

Desde esta concepción se plantea que el ser humano es conciencia activa, y por tanto constructor de realidades. Un ejemplo claro de esto puede verse reflejado en la

manera como las personas vienen transformando su apariencia física a través de la utilización de herramientas.

Otra idea fuerza, tiene que ver con el pensamiento reflexivo que lleva a comprender que en todo quehacer humano los tiempos no se suceden “naturalmente” sino que constructivamente actúan los instantes pasados, presentes y futuros, siendo importante lo ocurrido en cuanto a la memoria y conocimiento como los proyectos que se tratan de alcanzar por la acción actual.

Se trata así de formular una idea educacional no desde “fuera” de los sujetos que dan cuenta de su realidad, sino a partir de la propia, la vivencia, que se expresa de un modo muy diferente de “aprender”.

Se estipula que a medida que la producción social se desarrolla, crece el horizonte humano, pero la continuidad de ese proceso no está garantizada por la simple existencia de objetos sociales; la continuidad está dada por las generaciones humanas que interactúan y se transforman en el proceso de producción. Es decir “nuevos nacimientos reconstituyen continuamente la sociedad”.

La distancia en la perspectiva que sostienen las generaciones, se puede comprender cuando se tiene claro que aunque ocupen el mismo escenario histórico, lo hacen desde un diverso “nivel” situacional y experiencial. Es claro así que en cualquier momento histórico coexisten generaciones de distinto nivel temporal y distinta experiencia biográfica y que por tanto, configuran sensibilidades diferentes.

En cada momento histórico coexisten diferentes generaciones en actitud dinámica:

1. La generación que está en el poder. Corresponde al mundo de los adultos
2. La generación que lucha por acceder al poder. Corresponde a los jóvenes
3. La generación que está en aprendizaje. Niños y adolescentes

La dialéctica generacional la sociedad se renueva, enriquece e incorpora las nuevas concepciones y miradas, permitiendo una dinámica que posibilita la transformación de las condiciones sociales existentes. Ahora bien el ambiente educativo se constituye en el espacio privilegiado de contacto entre las generaciones.

Al entender al ser humano como conciencia activa se puede visualizar el aprendizaje como una construcción que acontece en el mundo interno del individuo y que desde allí se plasma hacia el medio.

El aprendizaje como toda captación que hace la persona, es un acto complejo, muy activo e intencional, donde interactúan múltiples elementos y en donde el tamiz del paisaje interno es decisivo en la construcción que finalmente conceptualizamos como “aprendizaje”.

En la psicología de la Imagen se define la conciencia como un sistema de coordinación y registro que efectúa el psiquismo humano, dándole con ello una complejidad y riqueza mucho mayor que la aportada a las concepciones tradicionales. Desde esta apreciación el aprendizaje no consiste en una pasiva asimilación de información. El aprendizaje es un proceso complejo y activo de la estructura de la conciencia que implica integralmente a quien está aprendiendo.

Se establece un cuestionamiento directo: ¿Qué es lo que hace que la imagen no sea una simple copia de la percepción?, respuesta inmediata es su capacidad de transformar y reinterpretar lo percibido, es decir entra en juego el procesamiento de la información, que también hace parte de las imágenes archivadas, es decir lo que se alberga en la memoria.

El aprendizaje pasa a ser un proceso activo e intencional, muy alejado por tanto de la idea de acto mental como mera recepción pasiva de estímulos provenientes del exterior.

Fundamentos teóricos y bases conceptuales educativas. Se parte de los fundamentos antropológicos del aprendizaje. Estos fundamentos antropológicos parten necesariamente

del abordaje del desarrollo del cerebro, que se sabe en el ser humano ha sido un proceso más complejo que ha dado lugar a una mayor evolución de la estructuras.

Uno de los factores que explican el avance del cerebro en el ser humano es el hecho que a la herencia genética que este posee se sumó la herencia cultural, es decir se revela desde ya la incidencia del contacto de la persona con su medio o entorno, el cual le permite potenciarse día a día.

Desde la comprensión de estos presupuestos conceptuales se hace la invitación hacia el avance educativo de manera que se logre la “humanización”, es decir además de pretender o buscar la potenciación de habilidades y destrezas en otras áreas, se hace necesario echar un vistazo a la potenciación de las habilidades afectivas y emocionales, que según algunos autores como Papez se ubican en la filogenia antigua del cerebro.

Se ha logrado establecer que el desarrollo cerebral descansa en una interacción compleja entre el no menos complejo diseño genético con el que se nace, y las experiencias de la vida cotidiana con las que no se nace, sino que “se hacen”.

Desde una visión general se establece que el cerebro está inicialmente estructurado por un reforzamiento de las vías neuronales más utilizadas, y de eliminación (“poda”) de aquellas menos usada o “sobrantes”, siendo un proceso dependiente por la cantidad y la calidad de estímulos otorgados por la experiencia ambiental. Los ambientes de aprendizaje, que se enriquecen para la estimulación temprana y las siguientes etapas de crecimiento y maduración del ser humano, son trascendentales para el desarrollo del cerebro, siendo la educación sumamente importante, pero no una educación tradicional sino que tenga en cuenta los nuevos paradigmas.

La conciencia funciona hacia memoria con recuerdos y evocación. Hacia sentidos con percepción y apercepción. Recuerdos y percepciones operan mecánicamente, en cambio en las evocaciones y la apercepción la conciencia se dirige intencionalmente a buscar información con el recuerdo de la atención.

La relación del ser humano con su entorno supone la aparición de estados o momentos de desequilibrio, los cuales se tienden a compensar, cuando se produce favorablemente el cambio, se habla de “Adaptación creciente”, lo que paradójicamente sería una manera de permanecer en una dinámica de la inestabilidad en movimiento.

El ser humano se relaciona con su medio a través de los sentidos y la memoria, gracias a la coordinación de la conciencia. La función del psiquismo consiste en coordinar todas las operaciones de compensación de la inestabilidad del ser vivo con su medio.

El ser humano en su interacción con el medio se mueve en la dinámica estímulo – respuesta, lo que le permite vivir y sortear distintas situaciones. Una característica de ésta es la “respuesta diferida”, que generalmente implica una acción reflexiva, y que se diferencia de la “respuesta refleja”.

Los centros de respuesta son: centro vegetativo, centro sexual, centro motriz, centro emotivo y centro intelectual. El centro vegetativo distribuye la energía dando instrucciones desde sus numerosas localizaciones nerviosas y glandulares. El centro sexual es el recolector y distribuidor psicofísico, el centro motriz actúa como regulador de los reflejos externos, condicionados e incondicionados, y de los hábitos de movimiento (actos intencionales), el centro emotivo es el regulador y sintetizador de respuestas situacionales, es decir de respuestas emocionales generadas en la experiencia.

El centro intelectual responde sobre la base de mecanismos de abstracción, clasificación y asociación.

El punto de mayor importancia en referencia a lo expuesto, para el ámbito educativo es que la unidad interna sería expresión de una armonía física, psíquica y espiritual que bien podría aproximar a la persona a algo tan querido como es la felicidad. Es decir se debe entender la educación al servicio del ser humano y su desarrollo integral.

Desde los descubrimientos de Piaget, el pensar se despliega a partir de una base genética mediante estímulos socioculturales, así como el pensar se va configurando por la información que el sujeto va recibiendo, y que aprende de un modo activo por más inconsciente y pasivo que parezca el procesamiento de la información.

Dos conceptos de su teoría son la asimilación y la acomodación. A través de la primera el organismo incorpora información al interior de las estructuras cognoscitivas a fin de ajustarla al conocimiento previo. La acomodación por su parte se entiende como el ajuste del organismo a las circunstancias de su medio. Es un comportamiento inteligente que necesita incorporar la experiencia de las acciones para lograr su adecuado desarrollo.

Ahora bien, desde Vigotsky: La relación entre lo social y lo psicológico, se incorpora través de este autor el concepto de “internalización” como fenómeno psíquico que se entiende como una verdadera autoformación que el individuo hace a partir de la apropiación de las interrelaciones sociales, transformando los fenómenos sociales en fenómenos psicológicos. El aprendizaje se posiciona como una recepción de experiencias del sujeto en su relación con la naturaleza y la sociedad, es un proceso dinámico, activo del psiquismo, una verdadera construcción interna inédita. Se considera que el medio social es el elemento decisivo para el aprendizaje. El aprendizaje se produce por la integración de los factores sociales y personales.

El cambio cognoscitivo es el resultado de utilizar los instrumentos culturales en las interrelaciones sociales, y de internalizarlas y transformarlas mentalmente. Se recalca la importancia de la interacción entre el sujeto y su medio. A mayor interacción social, mayor conocimiento, mayores posibilidades de comportamiento, funciones mentales más complejas.

Por su parte Paulo Freire: Educación, Liberación y transformación social, se propone un enfoque de la educación en el que la reflexión surge desde la acción y la reflexión crítica se basa en la praxis y no en las formulaciones teóricas previas. Este autor habla de la educación bancaria, pues entiende el aprendizaje como un depósito de

conocimientos. Esta pedagogía se orienta hacia la liberación, la autonomía, no hacia la reproducción existente y la dependencia.

Se realzan conceptos como liberación, concientización, humanización, reflexión, transformación, que dan cuenta de la concepción en donde la relación activa entre los sujetos partícipes resulta decisiva en la educación de profesor y alumno, en donde ambos se transforman simultáneamente y a la vez transforman su medio.

Los fundamentos filosóficos del aprendizaje en el humanismo universalista se basan en cuatro puntos:

1. “Habilitar las nuevas generaciones” dar el espacio necesario para hacer que una persona sea apta para algo, es orientar a los educandos hacia nuevas visiones que transformen sus realidades a partir de un ejercicio intelectual integral. Se debe movilizar a los educandos a un pensar coherente.
2. La educación debería contar con un acicate de la captación y del desenvolvimiento emotivo. Que los educandos tomen contacto emotivo consigo mismos y con los otros.
3. Debe tenerse en cuenta a una práctica que pusiera en juego todos los recursos corporales de modo armónico, apostando a una formación unilateral. Asumir el cuerpo como forma de expresarnos en el mundo.
4. A las actividades formativas se le debe sumar el quehacer informativo, donde es posible hablar de la importancia del conocimiento, con la incorporación de datos a través del estudio y de la práctica como forma de estudio.

La nueva propuesta educativa: una perspectiva humanista y universalista. El primer punto a considerar tiene que ver con la concepción de una educación cuyo papel esencial es orientar hacia las transformaciones en una dirección al ser humano.

La escuela tradicional, de acuerdo a Ángel Villarini opta por la apropiación de los productos o contenidos culturales, como son la literatura, el arte, la ciencia, ahora bien en cuanto a la escuela nueva se alude a aquella que privilegia el desarrollo de los órganos de apropiación, como por ejemplo las formas de pensamiento.

Los puntos centrales que distinguen la escuela tradicional y la escuela a la que se aspira se sintetizan en lo siguientes: la escuela tradicional contempla al educador y al educando como sujetos pasivos, mientras que en la escuela que se espera se asumen como agentes activos capaces de construir el conocimiento, superando la visión ingenua de la realidad y la tendencia a la repetición y la creencia que todo es una verdad absoluta; es decir se espera una educación humanizadora y transformadora.

El primero de los llamados que se hace en la apuesta hacia una nueva educación, es el de superar la concepción como un valor económico y asumirla en tanto un hecho social, es decir se debe volver a la concepción de este proceso como derecho fundamental, apuntando a objetivos de desarrollo humano y social donde lo económico es un factor más, pero sin darle la dominancia absoluta.

También, otro de los elementos que se entremezcla con la concepción de la propuesta educativa que se quiere abordar tiene que ver con la superación de la externalidad, pasando a considerar el espacio interno y externo de la persona. En pocas palabras aquí toma fuerza la idea de la educación tradicional como aquella dentro de la que se desvaloriza el mundo interior.

La externalidad no es más que la fijación en aquellos aspectos que suceden “fuera del ser humano”, entre tanto la interioridad refiere al vasto y complejo aspecto que forma

parte de lo que esencialmente hace a lo humano y lo ubicamos “adentro” de la corporalidad del individuo, en pocas palabras tiene que ver con lo trascendente de la persona.

La educación que se propone se busca se estructure a partir de la indivisibilidad del paisaje interno – paisaje externo que acontece en todo acto humano; se quiere que los niños y niñas desde edades tempranas entren en contacto con su mundo interior.

La educación que se propone además quiere preparar para la transformación social y no para la conservación de lo existente, es decir se percibe la educación como el camino por el cual la sociedad debe entregar a las generaciones futuras las herramientas para convertirles en transformadoras de sí mismas y de su medio. Visiones como la UNESCO afirman que se debe preparar a las futuras generaciones para un mundo que aún no existe, es decir que debe ser construido, percepción que le es propia al humanismo universalista.

Otro de los elementos de esta nueva educación por la que se quiere apostar tiene que ver con el reconocimiento que en el aula de clase conviven estudiantes que son expresión de la diversidad y pluralidad. Se requiere educar en el estudiante la capacidad de adaptación creciente al cambio y posibilitar a su vez la incorporación activa y precoz de las nuevas generaciones a la construcción social. En pocas palabras se trata de habilitar, es decir activare los órganos de apropiación, brindar la posibilidad de activar y despertar en las nuevas generaciones el gusto por aprender, investigar, transformar, descubrir, reflexionar, atender, por ser conscientes de sí mismos, por ser capaces de preocuparse por las consecuencias de su acción en sí mismos y en su entorno.

El compromiso explícito de esta nueva concepción educativa es algo explícito con la cultura de la no violencia, pues esta no es aceptable desde ninguna dimensión, ni se ha de justificar como algo propio de la condición humana, en pocas palabras esta nueva educación se va a centrar en la regla de oro: “no hagas a los otros lo que no quieres que re hagan a ti.

Los principios paradigmáticos que deben contenerse en la propuesta educativa nueva a la que se apunta tienen que ver con la implicación de una ética que oriente la acción y la

reflexión personal y conjunta. Se trata de principios que suman el carácter de actitud de vida y que sean capaces de otorgar los acuerdos básicos para la coexistencia pacífica y de colaboración de los distintos grupos sociales, pueblos y culturas. Se trata de optar por:

1. Ubicación del ser humano como valor y preocupación central
2. Afirmación de la igualdad de todos los seres humanos
3. Reconocimiento de la diversidad personal y cultural
4. Tendencia al desarrollo del conocimiento por encima de lo aceptado como verdad absoluta
5. Repudio a la violencia

La misión de una nueva educación se define de la siguiente manera: “habilitar a las nuevas generaciones en el ejercicio de una visión plural y activa de la realidad, de manera que su mirada tenga en cuenta al mundo no como una supuesta realidad objetiva, sino como un medio en el cual se aplica el ser humano su acción, transformándolo y humanizándolo.

En pocas palabras el papel de los maestros es posibilitar que el ser humano exprese lo mejor de sí, sus máximas potencialidades en pos de un salto cualitativo que abra la posibilidad de un mundo nuevo, cálido y plenamente humano.

2.6 Los principios fundamentales de una educación humanizadora integral

Principio del ejercicio intelectual. Se trata de propiciar que el estudiante desarrolle una particular visión desprejuiciada sobre los paisajes, una suerte de capacidad de “tomar distancia” de los fenómenos observados o percibidos para adentrarse en ellos desde diferentes perspectivas, puntos de vista y modos de aproximación.

Principio del ejercicio de pensar coherente. Se habla aquí de contacto con los propios registros de pensar, es decir, del dominio y consciencia de los procesos de construcción del conocimiento. El aprendizaje es un acto dinámico, flexible y moldeable.

Principio del estímulo de la captación y el desenvolvimiento emotivo. Sabiendo que es a través de la emoción que se tiene el primer contacto con un nuevo conocimiento o experiencia, siendo éste un aspecto clave en la adecuada integración del nuevo conocimiento-

Principio de gobierno del propio cuerpo. El desarrollo de la corporalidad. Se trata de la integración emotiva del cuerpo, su aceptación e incorporación como aspecto inseparable de la persona.

Principio del desarrollo de la habilidad de la adaptación creciente a un medio en permanente cambio. Se concibe la relación en estructura individuo – medio donde ambas partes de influyen mutuamente. La adaptación creciente lleva a que el individuo transforme y no se quede simplemente en una adaptación pasiva de lo que sucede.

Principio de la preeminencia del futuro como el tiempo vital prioritario en el desarrollo humano. Si el futuro es lo que nos mueve, la educación debe prioritariamente concebirse como habilitadora de esas capacidades y habilidades transformadoras, constructoras. La educación debe apuntar a desarrollar en la persona un proyecto de vida coherente con el futuro tanto en el plano personal como en el colectivo. Se apuesta a una educación que ayude a las personas a construir un proyecto vital personal coherente y a descubrir un sentido de vida trascendente.

El aprendizaje se asume en primera medida como re – flexión, que equivale a “volver sobre la acción”. Además entendido así el aprendizaje se constituye en un proceso activo, en donde se aprende aquello que se hace. “se aprende haciendo”, sintiendo y pensando, poniendo el cuerpo en acción a través de sus centros de respuesta. La base del aprendizaje es el ensayo por acierto y error, siendo así que se debe perder el miedo a intentar cuando se buscan respuestas ante algo; se debe superar el error como causal de castigo, lo que por mucho tiempo ha acompañado a la educación tradicional.

Se sabe que existen cuatro centros con funcionamiento secuencial_: centro intelectual, centro emotivo, centro motriz y centro vegetativo. De esta forma cuando una persona está enferma el centro vegetativo funciona a medias, no se podrá generar movimiento (centro motriz), se estará decaído sin ánimo (centro emotivo) y no se podrá pensar coherentemente (centro intelectual). Unos centros actúan sobre los otros a través de una secuencia definida. Inferior superior.

Le corresponde a los pedagogos aquí crear experiencias educativas en las que sea de interés transitar por los cuatro centros.

De esta forma se definen las cinco llaves del aprendizaje

Aprendizaje y atención. En la escuela tradicional es claro que se genera un tipo de atención tensa, por el contrario en la nueva concepción se cree que es mucho más posibilitario generar el interés, la motivación, el compromiso emotivo y con ello permitir una atención con agrado; generando el gusto por atender.

Es claro: el ser humano tiende a acercarse a lo distenso placentero y alejarse de lo tenso o doloroso, la atención está mal asociada a esfuerzo, a tensión a seriedad. La atención se convierte en un valor psicológico: estar atento a lo que efectivamente pasa, atento a lo que se hace, atento a lo que se dice, teniéndose por referencia, si se puede lograr este modo de estar en el mundo como un telón de fondo, in duda que se gana significativamente.

Aprendizaje y buen humor. El aprendizaje debe ser algo querido para quien aprende. Se debe asumir el espacio pedagógico como un espacio lúdico, con aceptación del error, donde un mismo fenómeno pueda ser visto desde varias perspectivas y ante todo donde se favorece la cooperación para construir el conocimiento. El buen humor pasa a ser una tendencia o actitud que implica poner un conjunto de energías positivas en marcha, y que como tal, favorece en forma integral al individuo y se debe convertir en una estrategia personal y social de relación crecedora.

Aprendizaje y afectividad. Es claro en esta concepción que buenas emociones generarán buenos aprendizajes, y buenos aprendizajes registrarán buenas grabaciones en la memoria de la persona, y buena memoria impulsará a la persona hacia nuevos aprendizajes. En este contexto queda claro que la experiencia de aprendizaje puede estar marcada por un ambiente:

- Amenazante o acogedor
- Se aprende por agrado no por obligación
- Las actividades generan placer no sufrimiento
- Me siento valorado o menoscabado
- Mis compañeros son competidores o camaradas
- El profesor es un jefe autoritario o un maestro facilitador
- Aprender es divertido o es algo grave
- El error es aceptado o castigado

Aprendizaje y ambiente. La concepción educativa que se pretende fomentar desea un ambiente donde se genere:

- Diálogo en paridad
- Resolución de problemas en conjunto
- Colaboración
- Tratar de entender cómo piensa el otro
- Aporte a la construcción de conocimiento conjunto
- Trabajo colaborativo y en equipo

Es decir el desarrollo de ambientes de aprendizaje debería tener como mínimo una atmósfera cálida, estimulante, no amenazante, que permita el desarrollo del proceso de aprendizaje con agrado.

Etapas del desarrollo pedagógico

- Primera etapa: 0 a 5 años: Es una etapa centrada en la conciencia, por lo que el adulto debe generar ambiente educativos adecuados, capaces incluso de compensar las carencias y dificultades que eventualmente pueda presentar el medio inmediato de las personas, atenuando con ello el posible impacto negativo que este medio pueda ejercer en el buen desarrollo de los niños.

La estimulación del sistema neurofisiológico en toda su amplia gama se limita a sesgar el quehacer educativo y ello tiene consecuencias, ya que el cableado que no logra desarrollarse en esta etapa, será mucho más difícil de desarrollar en etapas posteriores.

- Segunda etapa: 6 a 14 años, desarrollo de los centros de respuesta. Toda actividad independientemente del campo que sea puede ser integral y conectar a más de un centro de respuesta. Es importante dotar a la persona de una base de experiencia amplia y diversa, sobre la cual pueda asentar los dominios específicos propios de sus intereses en etapas posteriores de su desarrollo. Se debe comenzar por la activación del circuito percepción – sensación –imagen – respuesta de la mayor amplitud y versatilidad posible:
 1. Estimulación de la imaginación
 2. Pluralidad de visiones
 3. Hacer conscientes las manifestaciones de cada centro
 4. Trabajo en equipo, resolución de problemas en grupo, trabajo por proyectos
 5. Trabajos de expresión integral

En esta etapa los estudiantes van haciendo más consciente la relación en la estructura del individuo – medio cayendo en cuenta sobre la mutua influencia de ambos componentes de la estructura.

- Tercera etapa: 15 años en adelante desarrollo del pensamiento superior – integral. Este es el momento de activar todo el equipamiento del que está dotado el ser

humano. Se quiere aquí ayudar a la persona a acceder a un pensamiento superior y a la reflexión activa sobre los grandes interrogantes del ser humano. Se propone enfatizar en el desarrollo integral y amplio de la persona, ampliar sus horizontes, aumentar su caudal de experiencias, motivarlas en diferentes actividades, para que vaya eligiendo y construyendo su proyecto de vida gracias a la libertad que genera esa amplitud. Se trata de optar por una verdadera ética que sirva a las personas como orientadora de una dirección de vida, debe surgir como un acto libre, debe ser algo querido y no impuesto. El gran desafío de la etapa es **consolidar en la persona el gusto por esa conducta y forma de vida evolutiva**. No se debe caer en la tentación tan común de la educación tradicional, de la generación de recetas educativas que se generalizan suponiendo que servirán siempre para lo mismo, esto atendiendo a la diversidad y pluralidad que se ha hablado en el mundo de los jóvenes.

Se sugiere desde todas estas perspectivas el trabajo por proyectos como opción que permitirá el enriquecimiento continuo.

3. UNIDAD 3. DISEÑO METODOLÓGICO

Atendiendo las características de la propuesta el presente trabajo se enmarca dentro de la Investigación Acción, definida como:

“Una forma de indagación autorreflexiva realizado por quienes participan (profesorado, alumnado, o dirección por ejemplo) en las situaciones sociales (incluyendo las educativas) para mejorar la racionalidad y la justicia de: a) sus propias prácticas sociales o educativas; b) su comprensión sobre los mismos; y c) las situaciones e instituciones en que estas prácticas se realizan (aulas o escuelas, por ejemplo)³⁰”.

Otra definición afirma este tipo de investigación como:

«Un proceso reflexivo que vincula dinámicamente la investigación, la acción y la formación, realizada por profesionales de las ciencias sociales, acerca de su propia práctica³¹»

3.1 Población y muestra

El Instituto Diversificado Albert Einstein, de carácter privado, ubicado en el municipio de Mosquera Cundinamarca, ofrece educación formal técnica a niños, niñas y jóvenes mediante procesos pedagógicos que estimulan la acción comunicativa, la creatividad y la investigación, en el desarrollo de sus talentos y habilidades, para que sean capaces de mejorar su calidad de vida y aporten al desarrollo de la sociedad, siendo buenos cristianos y honestos ciudadanos; en la actualidad cuenta con una totalidad de 1450 educandos de estratos 1, 2 y 3, provenientes de Bogotá y los municipios de Funza, Madrid, Faca y Bojacá

³⁰ Martínez Miguelez, M. (2000). La investigación acción en el aula. *Agenda académica*, 7(1), pp. 27-39.

³¹ BISQUERRA ALZINA, R. (2009). Metodología de la investigación educativa. En A. LATORRE BELTRAN, *La investigación acción* (370-394). Madrid: La Muralla

Se tomó de manera aleatoria, con los educandos de los grados Quinto del I.D.A.E., teniendo en cuenta la aparición de la problemática del matoneo en particular. Teniendo en cuenta que son niños y niñas con edades comprendidas entre los 10 y 11 años de edad, provenientes de hogares estructurados y con presencia de 1 y/o hasta 2 hermanos, algunos hijos únicos; las responsabilidades parentales son asumidas por ambos padres o delegadas a terceros familiares.

En lo concerniente al acompañamiento en el desarrollo de tareas y actividades académicas, se cuenta con apoyo parental, así mismo en el momento de asistir a las citaciones realizadas por el Instituto.

3.2 Instrumentos de recolección de información

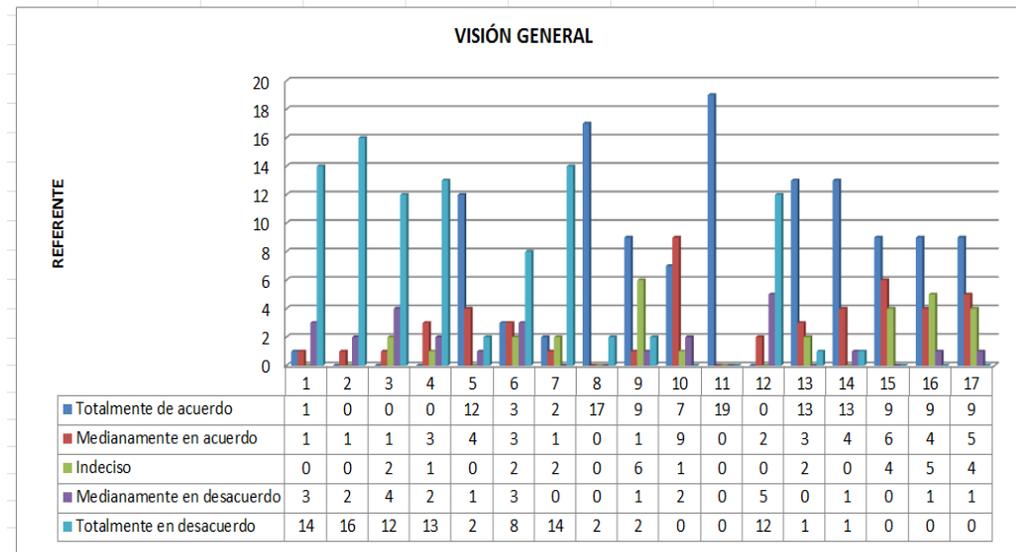
Se empleará la encuesta como instrumento de diagnóstico: una encuesta para docentes (ANEXO 1) y una encuesta para estudiantes (ANEXO 2).

Resultado de la encuesta aplicada a docentes

Tabla 1. Resultados Encuesta docentes

Ítems	Totalmente de acuerdo	Medianamente en acuerdo	Indeciso	Medianamente en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	Total
1	1	1	0	3	14	19
2	0	1	0	2	16	19
3	0	1	2	4	12	19
4	0	3	1	2	13	19
5	12	4	0	1	2	19
6	3	3	2	3	8	19
7	2	1	2	0	14	19
8	17	0	0	0	2	19
9	9	1	6	1	2	19
10	7	9	1	2	0	19
11	19	0	0	0	0	19
12	0	2	0	5	12	19
13	13	3	2	0	1	19
14	13	4	0	1	1	19
15	9	6	4	0	0	19
16	9	4	5	1	0	19
17	9	5	4	1	0	19

Gráfica 2. Visión General Resultados Docentes



Teniendo en cuenta las respuestas obtenidas de los diecinueve (19) docentes encuestados, respecto a la visión de fenómeno del matoneo en el entorno escolar se pudo inferir que las agresiones que se presentan entre los escolares, se constituyen en un problema trascendental dentro del ambiente educativo, puesto que tanto los victimarios, como las víctimas de las agresiones tanto físicas como verbales, evidencian falencias psicológicas, que de no ser identificadas e intervenidas a tiempo, pueden perjudicar significativamente la personalidad e incidir en la marcha normal de los procesos formativos y educativos; en general, los docentes consideran la existencia de una relación directa entre los problemas de matoneo escolar y la falta de consolidación de un autoconcepto y una autoestima favorable en el individuo, lo que lleva muchas veces a que los adolescentes adopten conductas mediante las cuales buscan llamar la atención.

El ser agresor o dejarse agredir, de acuerdo a la visión de los entes formadores, se vincula con la pertenencia a un ambiente familiar y social hostil, y a la carencia de un autoconcepto positivo, que no permite responder adecuadamente a las demandas del ambiente en el que se interactúa, situación misma que amerita o exige la existencia de estrategias formativas integrales, que se ocupen de direccionar las conductas agresivas de manera efectiva, previniendo toda forma de violencia y promoviendo una sana convivencia, dentro de la que se reconozca que a pesar de las diferencias, se puede conciliar y favorecer el bienestar biopsicosocial de todos y cada uno de los actores que se integran dentro del ambiente escolar.

Resultados encuesta estudiantes

Tabla 2. Resultados generales encuesta estudiantes

ITEM	SI	NO
1	65	32
2	29	68
3	46	41
5	61	36
6	86	11
7	73	29
9	79	18
10	85	12
11	90	7

Gráfico 3. Visión General Resultados Docentes

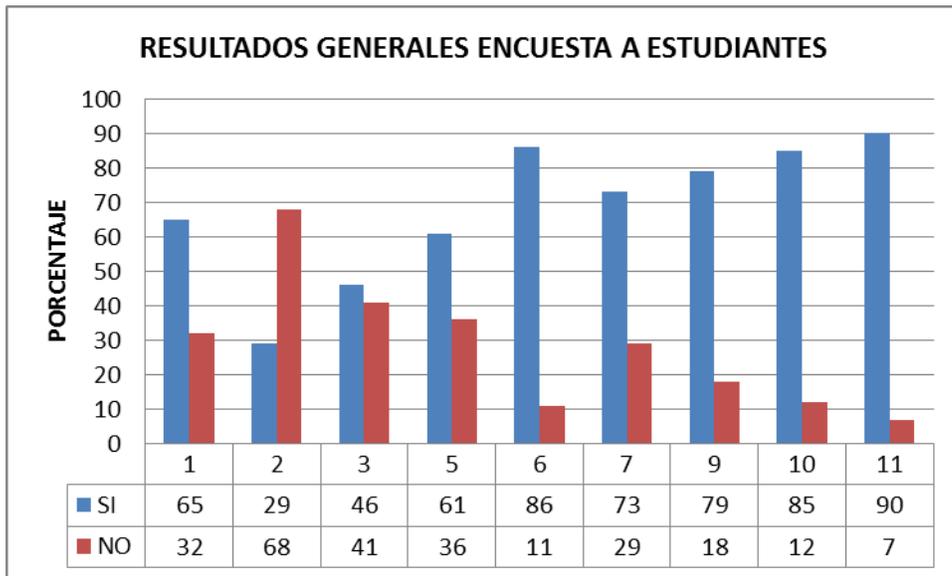
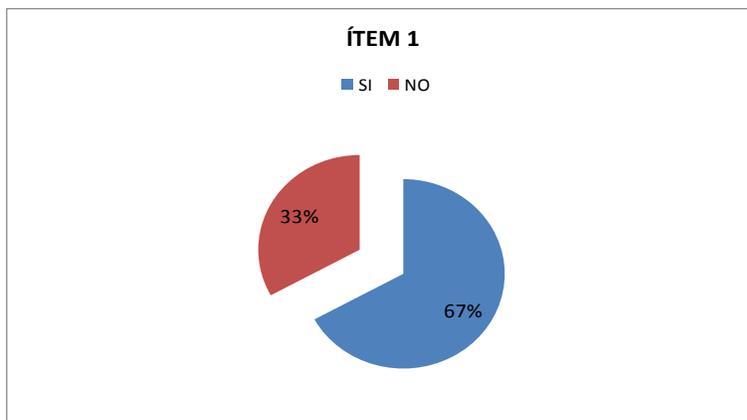


Tabla 3. Resultados ítem 1

SI	65
NO	32

Gráfica 4. Porcentaje ítem 1

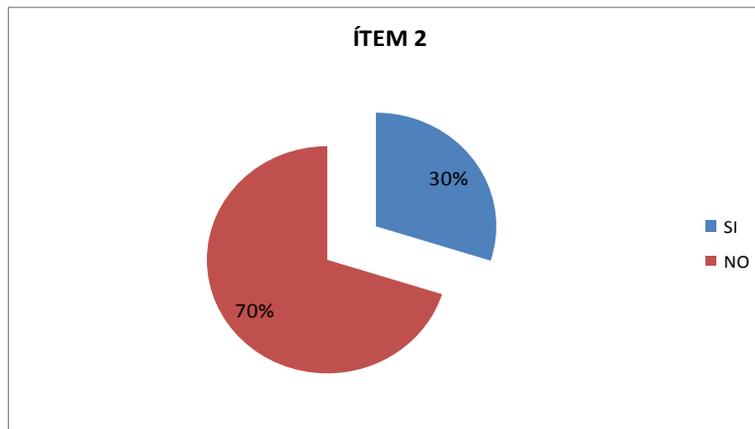


Un 67% de los educandos encuestados manifestó haber recibido en alguna oportunidad agresiones por parte de sus compañeros, mientras que un 33% dijo no haber sido víctima de la violencia por parte de algún compañero. Desde esta información se evidencia la presencia de violencia en el ambiente escolar.

Tabla 4. Resultados ítem 2

SI	29
NO	68

Gráfica 5. Porcentaje ítem 2

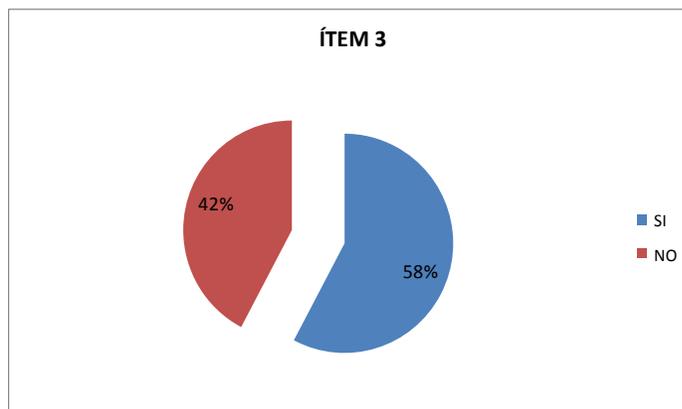


Un 70% de los estudiantes encuestados no promueve los apodosos o sobrenombres entre sus compañeros de clase, mientras que un 30% sí lo hace, se puede establecer así, que a pesar de no ser un síntoma recurrente en la mayoría de escolares, la tendencia a colocar sobrenombres se produce esporádicamente.

Tabla 5. Resultados ítem 3

SI	56
NO	41

Gráfica 6. Porcentaje ítem 3

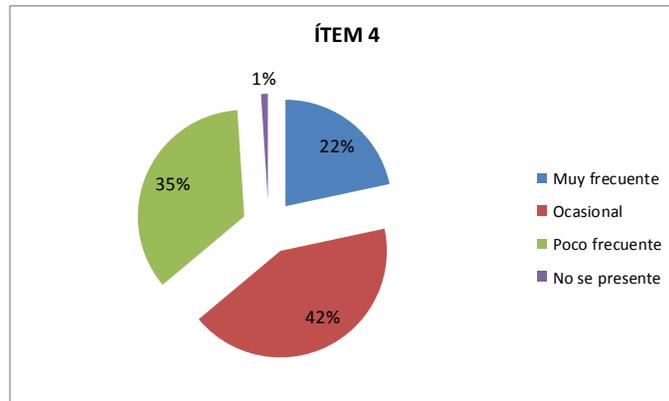


Un 58% de los escolares encuestados manifestó haber sido testigo de agresiones en el medio escolar, mientras que un 42% negaron haber presenciado actos violentos hacia sus compañeros. Se establece que en la institución Albert Einstein de Cundinamarca, efectivamente existen manifestaciones de violencia entre los escolares.

Tabla 6. Resultados ítem 4

Muy frecuente	21
Ocasional	41
Poco frecuente	34
No se presente	1

Gráfica 7. Porcentaje ítem 4

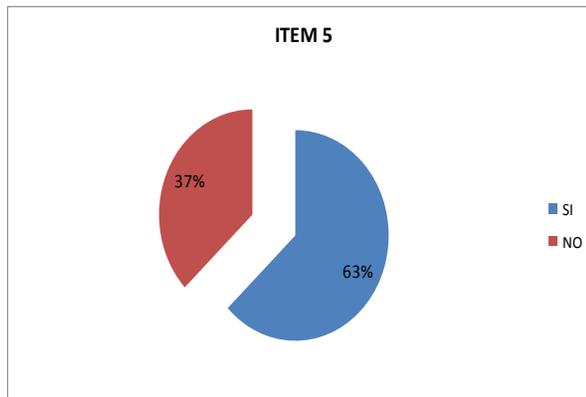


De acuerdo a la percepción del 42% de los estudiantes encuestados la violencia entre compañeros en la institución educativa es ocasional, para un 35% es poco frecuente, para otro 22% es muy frecuente y solo para un 1% esta clase de violencia no se presenta, se evidencia de esta forma, que en el ambiente escolar existen ciertos síntomas de agresión.

Tabla 7. Resultados ítem 5

SI	61
NO	36

Gráfica 8. Porcentaje ítem 5

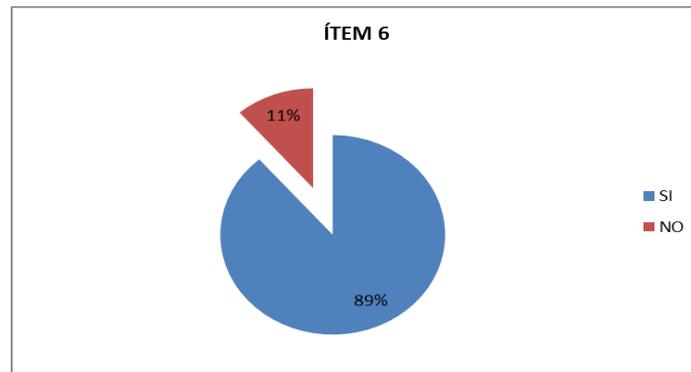


Un 63% de los estudiantes reconoció que en actividades deportivas o recreativas si se presentan agresiones, mientras que un 37% restante dijo no percibir estas conductas en contiendas deportivas o recreativas.

Tabla 8. Resultados ítem 6

SI	86
NO	11

Gráfica 9. Porcentaje ítem 6

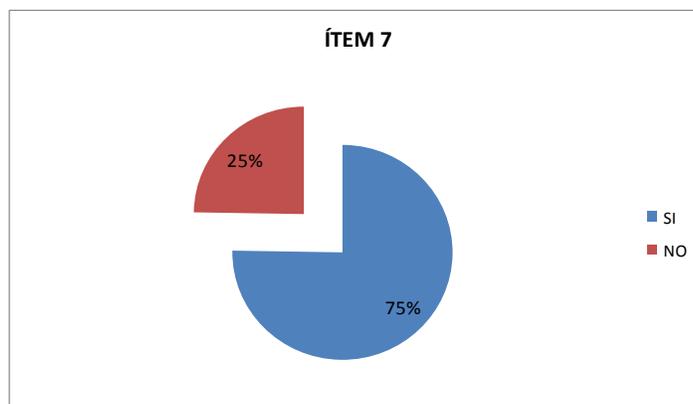


Un 89% de los estudiantes considera que las malas palabras, las ofensas y demás emisiones verbales de carácter agresivo entre compañeros afectan la personalidad, mientras que un 11% no está de acuerdo en dicha afirmación. Los estudiantes tienen claridad de la forma como la violencia verbal genera afecciones psicológicas para las personas.

Tabla 9. Resultados ítem 7

SI	73
NO	24

Gráfica 10. Porcentaje ítem 7

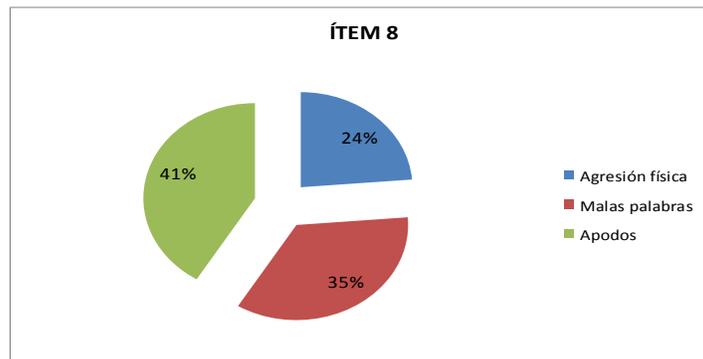


Según un 75% de los estudiantes encuestados, las características físicas, conductas, pensamientos y sentimientos expresados, son un motivo de burla por parte de los compañeros, mientras que el 25% de los estudiantes no lo considera así. Se infiere desde estas respuestas que en el ambiente educativo existen tendencias a irrespetar las diferencias, lo cual se manifiesta por medio de la burla.

Tabla 10. Resultados ítem 8

Agresión física	23
Malas palabras	34
Apodos	40

Gráfica 11. Porcentaje ítem 8

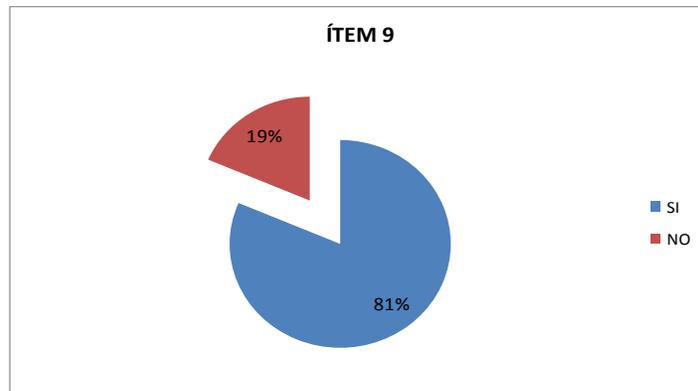


Entre las acciones más agresivas entre compañeros de clase, un 41% refiere los apodos, otro 35% las malas palabras y un 24% restante la agresión física, lo que evidencia que el matoneo se presenta en la institución tanto en el plano físico como en el psicológico.

Tabla 11. Resultados ítem 9

SI	79
NO	18

Gráfica 12. Porcentaje ítem 9

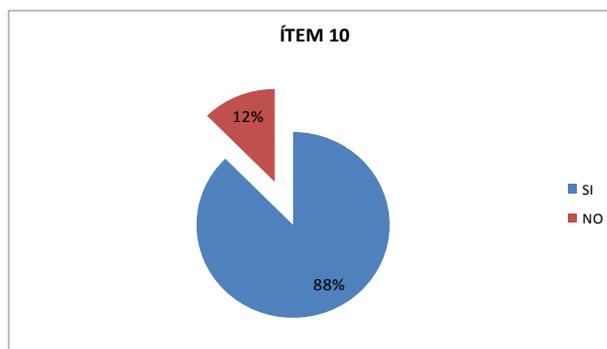


De acuerdo a un 81% de los estudiantes en la comunidad educativa se presentan acciones encaminadas a colocar en ridículo a una persona que no es aceptada o tolerada, mientras que un 19% niega dicha situación, se infiere así que los educandos han detectado síntomas de violencia entre compañeros.

Tabla 12. Resultados ítem 10

SI	85
NO	12

Gráfica 13. Porcentaje ítem 10

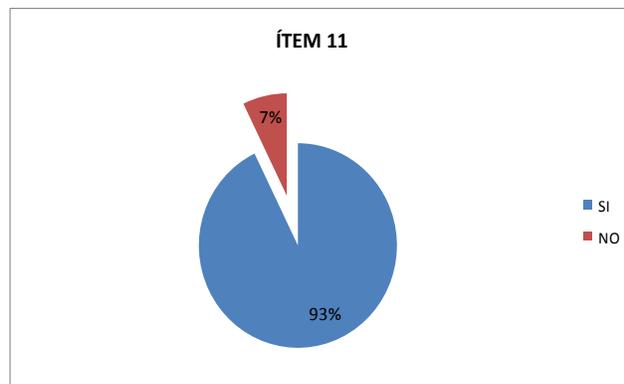


De acuerdo a un 88% las situaciones de agresión o enfrentamiento entre compañeros son socializadas e intervenidas por las instancias institucionales a quienes les corresponde, mientras que un 12% de los estudiantes consideran que dicha intervención no se genera.

Tabla 13. Resultados ítem 11

SI	90
NO	7

Gráfica 14. Porcentaje ítem 11

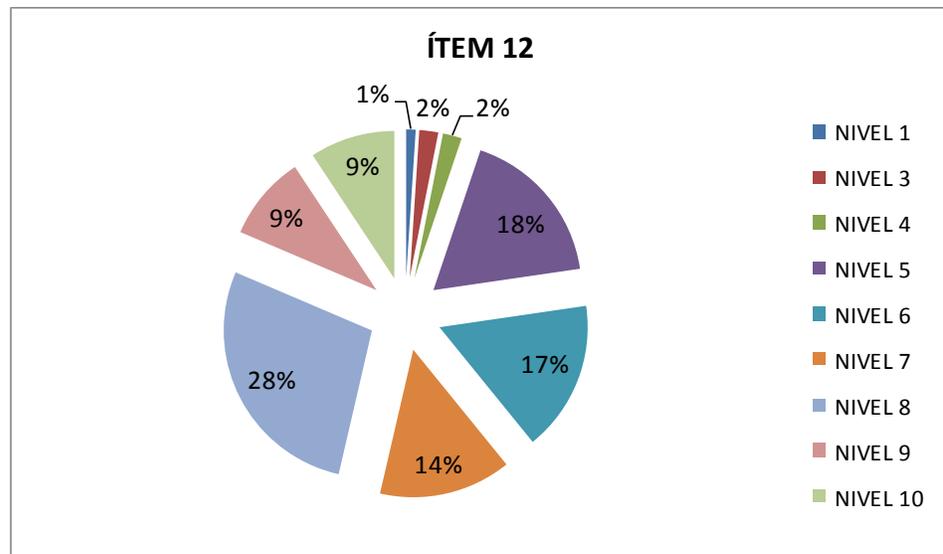


De acuerdo al 93% de los estudiantes en la Institución educativa se han hecho procesos de sensibilización y movilización entorno a la necesidad de superar la agresión entre escolares, mientras que un 7% niega la existencia de dichos procesos.

Tabla 14. Resultados ítem 12

NIVEL 1	91
NIVEL 3	2
NIVEL 4	2
NIVEL 5	17
NIVEL 6	16
NIVEL 7	14
NIVEL 8	27
NIVEL 9	9
NIVEL 10	9

Gráfica 15. Porcentaje ítem 12



El 28% de los estudiantes califican el problema de la violencia escolar en un nivel 8, siendo este nivel el más alto entre los niveles indicados. De acuerdo a la gráfica el nivel de violencia en el colegio oscila en un nivel intermedio y alto.

3.3 PROPUESTA

3.3.1 Nombre de la propuesta

Mi encuentro interior para el cuidado de sí

3.3.2 Qué se busca con la propuesta

Básicamente se quiere proporcionar a los directivos y docentes del Instituto Diversificado Albert Einstein de de Mosquera Cundinamarca, una propuesta de gestión para la protección y el fortalecimiento del Self de los estudiantes, como medida de prevención del Bullying, teniendo en cuenta que este problema se ha venido generalizando, e interfiere de manera significativa sobre el curso normal del proceso de enseñanza aprendizaje.

Es preciso que las directivas y docentes se sensibilicen y movilicen hacia elementos psicopedagógicos, desde los que sea posible prevenir el Bullying y dirigir las conductas, pensamientos y actitudes de los educandos, hacia la cultura de la convivencia pacífica, reconociendo la existencia de diferencias, y haciendo de ellas una oportunidad para el enriquecimiento continuo.

3.3.3 Hacia donde va la propuesta

La propuesta se asume en una primera instancia como un camino de solución ante el problema del Bullying, teniendo en cuenta que los estudiantes requieren de una orientación permanente, que les permita autoreconocerse y salir al encuentro con los demás, pudiendo socializar sus puntos de vista, intereses y opiniones de forma pacífica, desechando, de sus ambientes de interacción toda forma de violencia.

3.3.4 Cómo se pretende implementar la propuesta

La propuesta y su implementación se ha diseñado pensando de forma particular para en los educandos del grado quinto de la Institución Albert Einstein de Mosquera Cundinamarca. Se trata de ocho talleres, diseñados en esta oportunidad bajo los principios de la continuidad y la lógica temática, de modo que al aplicarse cada uno de ellos se logre la meta general, y se pueda en el futuro adaptar cada encuentro a la totalidad de la comunidad educativa.

Cada taller cuenta con una estructura definida, bajo la forma de escenarios, en donde se plantea la realización de una serie de actividades que buscan generar en el estudiantado una reflexión sobre sí mismos, en tanto entes con habilidades, destrezas, debilidad y limitaciones, llamados a un encuentro con los demás, quienes merecen respeto y un trato digno.

A continuación se presentan los talleres psicopedagógicos.

TALLER N° 1 “CONECTÉMONOS CON NUESTRO SER”

Tema: Autoestima

Objetivos

General

Promover en la población escolar de los grados Quinto del I.D.A.E un nivel de autoestima positiva por medio de un encuentro psico-educativo que permita el encausamiento hacia una mayor seguridad personal.

Específicos

Favorecer en los educandos la reflexión sobre su identidad personal y los factores que definen sus cualidades y debilidades de manera que enfrenten asertivamente los retos diarios.

Identificar las situaciones y personas que tienen mayor influencia sobre la definición de la propia personalidad en los educandos mediante un dibujo representativo que genere sentimientos positivos y motivación hacia la superación.

Fortalecer en los educandos la autoestima de manera que lleguen a una valoración adecuada de sí mismos a través del descubrimiento de un mensaje sobre el tema.

Metodología

Población: Educandos de Quinto grado del I.D.A.E.

Recursos Humanos: Educandos de Quinto y Sexto grado del IDEA, docente orientador

Recursos Físicos: Hojas, lapiceros, colores, cartulina, plastilina, computador, CD.

Técnico: Instructivo

Tiempo: 55 Minutos Aproximadamente

Justificación

La autoestima es el conjunto de experiencias subjetivas y de prácticas de vida que cada persona experimenta y realiza sobre sí misma, en la dimensión subjetiva intelectual, la autoestima está conformada por los pensamientos, los conocimientos, las intuiciones, las dudas, las elucubraciones y las creencias acerca de la primera persona, pero también por las interpretaciones que se elaboran sobre lo que sucede, lo que pasa y lo que se hace que suceda. Es una conciencia del Yo en el mundo y, por ende, es también una visión del mundo y de la vida y en la dimensión subjetiva afectiva, la autoestima contiene las emociones, los afectos y los deseos fundamentales sentidos sobre una misma sobre la propia historia, los acontecimientos que marcan, las experiencias vividas y también las fantaseadas, imaginadas y soñadas. (Lagarde, 2001). “Desde esta perspectiva, es importante que los educandos, cuenten con espacio psico-educativos por medio de los cuales se les facilite el descubrimiento y fortalecimiento de su autoestima, como base para que encausen su vida de manera acertada y alcance un bienestar biopsicosocial” para sí mismos y para quienes les rodean.

Se entiende así, la importancia de trabajar el tema de la autoestima con los educandos del IDAE, dado que esto les va a permitir descubrir su identidad, sus potencialidades, limitaciones y las oportunidades que tienen para enfrentar todos y cada uno de los retos que se le presentan, sabiendo que con esfuerzo y constancia es posible el cultivo de una autoestima positiva como fórmula para conseguir el éxito en las tareas que se

proponen a diario a nivel social, escolar, familiar y personal y como elemento para entablar relaciones armónicas con los demás.

Bases Teóricas

La Autoestima

La autoestima es la suma de la confianza y el respeto que debe sentir la persona por sí misma y que refleja el juicio de valor que cada uno hace de su persona para enfrentarse a los desafíos que presenta la existencia. (Massó, 1999).

La autoestima es la visión más profunda que cada cual tiene de sí mismo, es la aceptación positiva de la propia identidad y se sustenta en el concepto de la propia valía personal y de nuestra capacidad. La autoestima es, pues, la suma de la autoconfianza, del sentimiento de la propia competencia y del respeto y consideración que se tiene de sí mismo.

Para K. Rogers (1994) la autoestima constituye el núcleo básico de la personalidad. Por su parte, Markus y Kunda (1986) consideran que la autoestima influye en la autorregulación de la conducta, mediando en la toma de decisiones, influyendo en la elección de objetivos y en el establecimiento de planes de actuación.

Para Nathaniel Branden (1998) la autoestima es la experiencia fundamental de que se puede llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias. Más concretamente, se puede decir que es: La confianza en la capacidad de pensar, en la capacidad de enfrentar a los desafíos básicos de la vida; la confianza en el o derecho a triunfar y a ser felices. Entre los efectos positivos que se derivan de un desarrollo adecuado de la autoestima (Alcántara, 1993). cabe destacar los siguientes:

Favorece el aprendizaje: La adquisición de nuevas ideas y aprendizajes está subordinada a nuestras actitudes básicas, de éstas depende que se generen energías más intensas de atención y concentración.

Ayuda a superar dificultades personales: Cuando una persona goza de La esencia de la autoestima es confiar en la propia mente y en saber que es merecedor de la felicidad. (Nathaniel Branden)

La persona con alta autoestima es capaz de afrontar los fracasos y los problemas que le sobrevienen, ya que dispone dentro de sí de la fuerza necesaria para reaccionar de forma proporcionada buscando la superación de obstáculos.

Fundamenta la responsabilidad: A la larga sólo es constante y responsable el/la que tiene confianza en sí mismo, el/la que cree en su aptitud.

Desarrolla la creatividad: Una persona creativa únicamente puede surgir desde una confianza en sí mismo, en su originalidad, en sus capacidades.

Estimula la autonomía personal: Ayuda a ser autónomo, seguro de sí mismo, a sentirse a gusto consigo mismo, a encontrar su propia identidad. A partir de ello, cada uno elige las metas que quiere conseguir, decide qué actividades y conductas son significativas para él/ella y asume la responsabilidad de conducirse a sí mismo.

Posibilita una relación social saludable: El respeto y el aprecio por uno mismo es sumamente importante para una adecuada relación con el resto de las personas.

Garantiza la proyección futura de la persona: Impulsando su desarrollo integral y permanente.

Por todo ello, estamos cada vez más convencidos que una de las tareas más importantes de la educación es, sin duda, suscitar la autoestima.

A nuestro juicio cuanto más positiva sea nuestra autoestima, más preparado se está para afrontar las adversidades y resistir las frustraciones, más posibilidades se tiene de ser creativos en el trabajo, encontrar más oportunidades de entablar relaciones enriquecedoras, más inclinados hacia el sentimiento de tratar a los demás con respeto, y más satisfacción por el hecho de vivir (Ruiz, 1994).

Teoría Humanista de Rogers

El concepto central de esta orientación es el del “self” o concepto de “sí mismo”, las ideas y percepciones propias del individuo respecto a sus experiencias personales y aspiraciones (el autoconcepto, la autoimagen). El principal autor que representa esta postura es Carl Rogers (1902-1987), un autor eminentemente clínico que aborda en los años 60 una formulación teórica de la personalidad en consonancia con sus posiciones terapéuticas (Acosta, 2004).

De acuerdo con esta posición humanista de la fenomenología, Rogers cree que el individuo percibe el mundo que le rodea de un modo singular y único; estas percepciones constituyen su realidad o mundo privado, su campo fenoménico. En este sentido, la conducta manifiesta de la persona no responde a la realidad, responde a su propia experiencia y a su interpretación subjetiva de la realidad externa, en tanto la única realidad que cuenta para la persona es la suya propia. Por tanto, si el psicólogo quiere explicar la conducta deberá tratar de comprender los fenómenos de la experiencia subjetiva.(Acosta, 2004).

Autoestima y Aceptación del Otro

Aceptar a otro es acoger las diferencias y las semejanzas. Ese otro cercano puede ser de diferente color, pensar distinto, hablar de manera diferente, pero me puede querer, puede ayudarme y ser mi amigo, o tal vez no, o simplemente compartimos la misma ciudad. (Maturana, 2007).

Cada persona es una isla en sí misma, coexistiendo en un gran archipiélago. Una isla única, irrepetible, con el derecho incuestionable de usar sus experiencias a su manera y descubrir y darle a estas sus propios significados. La aceptación de esta persona, de este otro distinto, se manifiesta en el acoger sin juzgar y en la confirmación de este.

Según Maturana (2007), el tener la capacidad de aceptar a ese otro diferente significa valorar al otro y valorarse a si mismo, es reconocer y reconocerse, es amar y amarse y admitir que todo lo que el otro es, es legítimo y único. Referido a la aceptación, Carl Rogers afirma que cuanto más comprendida y aceptada se siente una persona, le resulta más fácil abandonar los mecanismos de defensa con que ha encarado la vida hasta ese momento y comenzar a avanzar hacia su propia maduración.

Autoestima y Afectividad Positiva

Es el acto de acogida primario, el suceso que trae protección, amor y apoyo, y sirve de base para que nos desarrollemos libres de temores. La afectividad positiva ayuda a que las acciones se expandan con la intensidad de quienes confían en sus capacidades y que no temen ser ellos mismos. El amar y ser amados detona en nosotros grados de seguridad que nos permiten asumir éxitos o reveses sanamente, y nos hace sentir inmersos en un mundo sin sentimientos de abandono ni faltos de pertenencia. En función de lo anterior es que a nuestros niños debemos proporcionarles un amor incondicional, sin considerar sus logros y fracasos. Un niño, con el transcurso del tiempo, va elaborando su autoestima, va descubriendo y creando opiniones sobre si mismo y sobre el entorno. (Maturana, 2007).

Construcción Inicial

La temática de la autoestima se aborda de manera estructurada en tres momentos que permitan a la población de educandos reflexionar sobre cómo es su autoestima y sobre lo que pueden hacer para cultivar un nivel de amor a sí mismos.

Procedimiento

Encuadre y/o presentación

El docente orientador:

Da la bienvenida a los participantes

Se presenta

Informa el objetivo del encuentro

Hace la invitación a participar de manera activa, abierta y respetuosa para así lograr el cumplimiento del mismo.

Pide evitar cualquier distracción e interrupción

Se inicia el encuentro con la dinámica “El reloj”, que consiste en que cada estudiante debe hacer la silueta de un reloj en una cartulina, para proceder a buscar doce citas con compañeros diferentes a los cuales debe preguntar ¿Qué cualidades ven en él?

Cuando todos los integrantes del curso hayan terminado de diligenciar el reloj completamente se procede a una socialización, teniendo como base las siguientes preguntas:

¿Qué fue lo que más me gusto de lo que me dijeron mis compañeros?

¿Qué cualidades señaladas por mis compañeros ya tenía identificadas?

Actividad inicial

Escenario I: “¿Cómo es Mi Situación Actual?”

Procedimiento

El docente orientador entrega a cada uno de los participantes una hoja titulada ¿Cómo es mi Situación Actual? Para que cada uno la diligencie. (VER APÉNDICE)

Socialización

Se pide a los participantes que se agrupen con cuatro compañeros comentando las respuestas que dieron a los interrogantes planteados, luego seleccionan un líder por grupo que va a presentar ante los demás qué aspectos son relevantes del ejercicio realizado.

Escenario II: “Lo más Bonito de Mí”

Procedimiento

El docente orientador solicita a los participantes representar mediante un dibujo las cosas positivas que han identificado de su personalidad. Este trabajo se hará de manera creativa tratando que cada educando presente a sus compañeros una imagen positiva.

Socialización

Los educandos buscan a un compañero y le entregan el dibujo realizado debidamente marcado, quien presentará los aspectos positivos, además se pide que si ven necesario refuercen la percepción plasmada en el trabajo sobre sí mismo, señalando las cualidades que se han omitido y que les caracterizan.

Escenario III: “Descubriendo un Gran Mensaje”

Procedimiento

Los participantes se organizan en grupos de cuatro (4), dentro de los cuales se seleccionará un representante que se ubica en un sitio estratégico frente al tablero. El docente orientador informa a los asistentes que la idea de la actividad es descubrir el mensaje a través del juego tradicional del “ahorcado”, en el que cada representante dice la letra para que el docente la vaya ubicando en los espacios en blanco correspondientes. Cada representante puede asesorarse de sus compañeros con respecto a las letras que seleccione y tiene la posibilidad de decir al docente cuando crea saber la frase completa. Ganará el grupo que descubra el mensaje.

Devolución de Aportes y Cierre

El docente orientador pide a los participantes que elaboren una tarjeta con un mensaje sobre la importancia de la autoestima y que la compartan con el compañero que ellos seleccionen.

Momento de Evaluar

Responda de manera puntual las siguientes preguntas

¿Qué aprendizaje generó el encuentro y la temática proyectada?

¿Es posible aplicar los aprendizajes obtenidos en el encuentro en la vida cotidiana?

SI ___ NO ___ ¿Cómo?

SUGERENCIAS Y/O RECOMENDACIONES

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

Referencias Bibliográficas

Acosta, R. (2004). *La Autoestima en la Educación*. Chile: Universidad de Tarapacá.
Lagarde, M. (2011). *Autoestima y Género*. México: Educar

Maturana, C. (2007). *Autoestima: Otros factores que influyen en la Autoestima*.
Publicado en: <http://www.atinachile.cl/content/view/62039/Autoestima-Otros-Factores-que-influyen-en-la-Autoestima.html>

Massó, F. (1999). *La Autoestima*. Publicación
http://es.salut.conecta.it/pdf/injuve/Iguianorexia_4.pdf.

TALLER NO 2. TÍTULO: “ESPEJITO, ESPEJITO, ¿QUIÉN SOY YO?”

Tema: Autoconcepto

Objetivos

General

Orientar a los educandos hacia la adopción de pensamientos positivos sobre su propia identidad, a través de un encuentro psico-educativo para que de esta forma promuevan un autoconcepto favorable.

Específicos

Fortalecer en los educandos pensamientos e ideas positivas, por medio de la experiencia “observándome en el espejo” para que de esta manera mejoren la percepción que tienen de sí mismos.

Compartir ideas sobre el autoconcepto a través de un encuentro con los compañeros de clases para que se reconozcan las opiniones que tienen los otros de las cualidades y limitaciones personales.

Retroalimentar la ideas y pensamientos sobre el autoconcepto en los educandos a través de un ejercicio creativo donde se evidencie cualidades y defectos.

Metodología

Población: Educandos de Quinto Grado I.D.A.E.

Recursos humanos: Estudiantes, docente orientador

Recursos Físicos: Espejo, caja, hojas, colores, marcadores, lápices, grabadora, CD'S

Técnico: Instructivo

Tiempo: 55 Minutos Aproximadamente

Justificación

El autoconcepto es el elemento que permite a la persona formarse una idea de sí misma para poder interactuar en su medio social de una manera efectiva, llegando a superar los retos que se le imponen en cada una de las áreas de su existencia.

Adicionalmente, el autoconcepto puede entenderse como “el conjunto de elementos que una persona utiliza para describirse a sí misma” (Romo, 2008), por lo que se ha de considerar además, como una cuestión inacabada, que es posible mejorar a través de las experiencias cotidianas, perspectiva misma, que realza la importancia de orientar a las personas hacia espacios y vivencias que les permitan saber qué ideas y conceptos se han formado respecto a su identidad y la influencia que tienen los demás.

En el caso específico de los infantes y adolescentes, es esencial, que dentro de los espacios formativos, se fomente la construcción asertiva del autoconcepto, puesto que será gracias a éste proceso, como les va a ser posible superar las dificultades y aprovechar sus éxitos para encausar su personalidad hacia la consecución de metas y objetivos en todas las áreas de su vida.

Referente Conceptual

Autoconcepto, Autoestima y Aprendizaje Escolar

El autoconcepto es una de las variables más relevantes dentro del ámbito de la personalidad, tanto desde una perspectiva afectiva como motivacional. Las múltiples investigaciones que le abordan coinciden en destacar su papel en la regulación de las estrategias cognitivo-motivacionales implicadas en el aprendizaje y rendimiento académico. (González, 2007).

El autoconcepto es uno de los elementos importantes de la autoestima y, al mismo tiempo, ambos son factores trascendentes de la personalidad. Frecuentemente se suele confundir ambos términos utilizándolos como sinónimos e incluso varios autores, al tener factores en común, suelen abordar dichos conceptos como uno solo. Una forma simple de diferenciarlos es desde el contenido netamente perceptivo del autoconcepto y, por otro lado, desde la valoración que implica la autoestima. El autoconcepto se sintetiza por tanto en el conocimiento de sí mismo desde lo cognitivo y la autoestima en la valoración que hace el individuo de sí mismo desde lo afectivo. (Costa, 2011).

Según Costa (2011), es indudable que para definir el autoconcepto se precisa una alusión del autoconocimiento, conocerse a uno mismo es una tarea que pocos asumen y mucho menos detectan como una necesidad. Vale decir que el proceso de autoconocimiento comienza en las primeras fases del desarrollo, desde el nacimiento para ser exactos, cuando comienza con la emergencia del yo y, sucesivamente, con las respectivas fases de formación, expansión, diferenciación y madurez. Precisamente en la fase de madurez es dónde se encuentra con los llamados puntos de estancamiento, situaciones antes las cuales se debe analizar mediante la debida estructuración del autoconcepto y valorarle en consecuencia. Dicha estructura se organiza y vincula desde las experiencias individuales y es determinante desde las circunstancias personales.

Las diferentes fases del desarrollo del autoconcepto se entremezclan con las del desarrollo psicosexual y las de los diferentes niveles de condicionamiento al que se está expuesto. Es menester por tanto atender desde todos ángulos y, de forma particular, separando la incidencia de cada factor interviniente en la formación del concepto de sí mismo. Situados desde lo anterior se puede fácilmente entender como el autoconcepto se modifica a lo largo de la vida y, aunque siempre presenta ciertas resistencias al cambio, como determinados hechos puntuales a lo largo del desarrollo le pueden modificar. No se puede dejar de lado la intervención de factores externos, como por ejemplo una intervención profesional, mediante la cual se pueden modificar de forma consciente ciertos elementos del autoconcepto para el propio beneficio. (Romo, 2008).

El entorno evidentemente influenciará de forma diferencial, respecto de cada individuo claro, el concepto de sí mismo que se irá o define en un momento preciso de la vida.

Las diferentes variables se deben analizar desde el primer nivel de condicionamiento al que se está expuesto, el familiar, y continuar por el educativo y el social respectivamente. En cada nivel las variables serán diferentes y, lógicamente, los factores externos también; el punto es determinar hasta dónde llegan a influenciar la conducta y de qué forma en el concepto propio. Distinguir tales factores nos permitirá entender ciertos comportamientos que se manifiestan y, al mismo tiempo, comenzar los procesos de cambio si así lo requiere atendiendo desde las necesidades. (Romo, 2008).

Cuando se comienza el camino hacia el autoconocimiento se debe separar lo que se cree que se es, lo que los otros creen que se es o la forma en que se percibe una persona y el punto medio entre ambos.

El Autoconocimiento Primera Aptitud de l Inteligencia Emocional

Ser consciente de los propios sentimientos y comportamientos, así como de la percepción que los demás tienen de la propia persona, puede influir sobre las acciones de forma que repercutan en beneficio propio (Codina, 2009).

La clave está en saber sintonizar con la abundante información que proporcionan los sentimientos, sensaciones, valoraciones, acciones e intenciones. Esta información ayuda a comprender cómo se responde, se actúa, se comunica y funciona en diversas situaciones.

Según Codina (2009), para poder controlar la irritabilidad se debe ser conscientes de cuál es el agente desencadenante y cómo es que surge tan poderosa emoción, sólo entonces se puede aprender a aplicarla y a utilizarla de forma apropiada.

Si se posee un alto grado de autoconciencia se puede colocar el punto de mira y observar las acciones propias. Puesto que cada uno constituye el centro de su propio universo, se debe averiguar qué impulsa a hacer algo antes de intentar cambiar las acciones con el fin de obtener mejores resultados. Se debe comprender qué cosas tienen importancia, cómo se experimentan, qué es lo que se quiere y se siente y cómo es la percepción de los otros de la propia persona. (Codina, 2009)

Construcción Inicial

El docente orientador invita a los participantes a asumir una actitud positiva frente a las actividades que se les propondrán, especialmente respetando la palabra de sus compañeros, integrándose en la dinámica del trabajo en equipo y colaborativo y compartiendo opiniones sobre la temática del autoconcepto.

Encuadre y/o presentación

El docente orientador da la bienvenida al grupo de educandos, presenta el tema e inicia las actividades planeadas.

Escenario I: “Observando Nuestro Interior”

En un primer momento el docente orientador pide a los educandos estar en completo silencio, relajarse y disponerse para escuchar la lectura “Me aman, pero, yo, ¿Me Amo?”. Los participantes tendrán la posibilidad de desplazarse por el aula en completo silencio, escuchando música de relajación. Cuando se termine de hacer la lectura, se invita a los educandos a sentarse manteniendo el silencio y a pasar de manera ordenada frente a una caja que estará en el centro del aula, luego de hacerlo, regresan a su puesto sin comentar nada a sus compañeros.

Socialización

Cuando todos los educandos hayan pasado frente a la caja se invita a la conformación de parejas para compartir sentimientos, pensamientos y enseñanzas de la experiencia, teniendo en cuenta las siguientes preguntas:

¿Qué fue lo que sentí y qué vi?

¿Cuál fue mi primer pensamiento?

¿Qué me señaló el espejo en ese momento?

Escenario II: “Los otros también son mi Espejo”

Procedimiento

Se invita a cada uno de los participantes a pensar en la persona que se encuentra en el lugar y con quien más han compartido tiempo y experiencias, y en otra con la que no se haya mantenido una relación de amistad. El docente orientador entrega a cada estudiante dos tarjetas en cartulina para que les coloquen el título: ¿Cómo Me Ves?

Cuando las tarjetas ya estén marcadas se invita a los participantes a ir donde las dos personas en las que pensaron para que éstas escriban sobre las tarjetas el concepto que tienen sobre la persona que se las entregó.

Socialización

Los participantes devuelven las tarjetas al compañero que se las entregó, para que se proceda a la lectura del contenido de las mismas, expresando si tenía o no conocimiento de esos pensamientos y de esa imagen que los otros tenían de ella y ¿qué fue lo que más le llamó la atención?, además se pide a los participantes que hagan una conclusión respecto a la influencia que tienen los otros en la formación del autoconcepto.

Escenario III: “Muchos Ejemplos que nos comprometen a la Excelencia”

Procedimiento

El docente orientador invita a los educando a observar el vídeo de Tony Meléndez y a partir de las enseñanzas adquiridas deberán diseñar un mensaje para una persona que consideren necesita aprender conocerse mejor.

Cierre y devolución de aportes

Nuevamente el docente orientador invita a los educandos a pasar frente a la caja con un pensamiento positivo de lo que son, el cual repetirán mentalmente de ahora en adelante cada mañana.

Referencias Bibliográficas

Codina, A. (2009). *Inteligencia Emocional*. Colombia: Educar Editores.

Costa, F. (2011). *Individuo y Autoconcepto*. Argentina: Paidós

González, M. (2007). *Psicología de la Personalidad*. Madrid: Amazon

Romo, A. (2008). *Autoconcepto*. España: Departamento Promoción de Salud y Apoyo Psicológico al Paciente.

Evaluación

Responda de manera puntual las siguientes preguntas

¿Qué aprendizaje generó el encuentro y la temática proyectada?

¿Es posible aplicar los aprendizajes obtenidos en el encuentro en la vida cotidiana?

SI ___ NO ___ ¿Cómo?

SUGERENCIAS Y/O RECOMENDACIONES

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

TALLER NO 3: “EL AFICHE DE MI VIDA”

Tema: Autoimagen

Objetivos

General

Sensibilizar a los Educandos respecto a la importancia de la autoimagen por medio de actividades psico-educativas de tal manera que se fomente el “Amor Propio” y se de claridad a las metas que se tienen.

Específicos

Fortalecer en los Educandos la capacidad para la toma de decisiones a través de la elaboración de un afiche en el que se represente la identidad personal para que se alcance claridad sobre el proyecto de vida.

Promover en los educandos el reconocimiento de aquellos aspectos que generan bienestar, por medio de la actividad “Lo que más me gusta hacer” de manera que se permita la plena identificación de habilidades y limitaciones.

Orientar a los educandos hacia la continua reconstrucción de la autoimagen, por medio de la actividad “Mi Autobiografía” para el reconocimiento de la historia de vida personal.

Metodología

Población: Estudiantes de Quinto Grado I.D.A.E

Recursos

Humanos: Estudiantes y docente orientador

Físicos: Revistas, colores, colbón, marcadores, papel de Azúcar, hojas en blanco, lapiceros, tijeras

Técnicos: Instructivo

Tiempo: 55 Minutos

Justificación

Generalmente el ser humano encuentra en su cotidianidad opiniones sobre su identidad personal, las cuales va almacenando en su mente y su corazón, pasando en un determinado momento a tomarlas como referente para evaluar su existencia, sin embargo, son muy pocas las personas que tienen la capacidad de “auto referenciarse”, de decir quiénes son realmente, por lo que generalmente la mayoría viven a expensas de lo que piensan los demás. Desde esta perspectiva, se precisa la necesidad de fortalecer en los infantes y adolescentes la capacidad para construir su propia imagen, puesto que será a partir de ésta como les va a ser posible superarse y lograr aquello que se propongan.

La persona que tiene una autoimagen negativa de sí misma no es capaz de enfrentar asertivamente los retos de la cotidianidad, siempre está responsabilizando a los demás de lo que hizo o dejó de hacer y no es capaz de cumplir con aquello que se ha propuesto, por el contrario, la persona que se reconoce a sí misma, quien sabe de lo que es capaz y lo que quiere, se muestra optimista, equilibrada y es auténtica, sin importar el ambiente o la persona con la que interactúe.

Alcázar (1996), afirma que “La auto-imagen es la imagen que nuestro subconsciente tiene de nosotros mismos. Esta imagen manipula nuestra personalidad, comportamiento y es responsable de todo lo que somos en este momento. Lo que pensamos de nosotros mismos afecta esta imagen, es por eso que hay días que nos miramos en el espejo simpáticos y ganadores y otros días sin atractivo y perdedores”, de allí que resulte esencial, que dentro de ambientes como el hogar y la escuela, como espacios destinados a la formación integral de la persona, se refuercen los sentimiento, pensamientos y conductas positivas hacia la propia persona.

Referente Conceptual

Autoimagen y Autoestima

La consciencia de de lo que se es y de lo que se quiere llegar a ser, contiene una especie de contabilidad, experiencias vividas, listas de resultados, compendio de diagnósticos y evaluaciones que se resumen con una palabra que lo comprende todo: Yo.

Pero lamentablemente también están las heridas de la memoria, cuando lo que se introduce parece más bien contaminar lo que hay dentro, agujerea los cajones, ensombrece los colores de los hechos más luminosos. Corroe con su poder sulfúrico las hermosas promesas de ser algo mejor, las esperanzas y motivaciones que deberían dar energía y empujar hacia las alegres aspiraciones.

Aseguraba Heidegger, citado por Catalán (2006), que el origen de la angustia era la forma como el ser humano conocía la nada como lo que hay detrás y antes de las cosas que existen. “Efectivamente, la muerte de un ser querido hace que nos sintamos un poco más vacíos de 'algo' que se ha transformado en 'nada'. Pero esa experiencia agónica que la muerte expresa en su máxima potencia aniquiladora puede tener también ser emulada por otros productores de vacío”.

El desamor, la sensación de no lograr ser lo suficientemente queridos, es también un sentimiento que parece acusar como si una voz interior dijera "¡por algo será!". Tal vez no se es interesante, digno, ni merecedor.

En ocasiones se ha podido crear una excesiva dependencia del afecto de los demás, de forma que nunca se tiene bastante, siempre se está sediento, mendigando como pedigüños migajas de afecto, degradando en la petición a niveles de angustiada humillación, y siempre se llega a la frustración por no lograr ser el todo para los demás.(Catalán, 2006).

Autoimagen

La autoimagen es uno de los factores personales que influyen en el aprendizaje de una lengua. Otros factores personales estudiados en las investigaciones sobre aprendizaje de lenguas son la [aptitud](#), la [edad](#), el [estilo cognitivo](#) y la [motivación](#). La autoimagen consiste en la visión que todo individuo y, por extensión, el aprendiente de una segunda lengua o lengua extranjera, tiene de sí mismo (Arnold, 1999).

El contexto social ejerce una fuerte influencia en la configuración de la autoimagen. Esta influencia ha sido estudiada en el contexto del aula, en el marco de la «teoría de la comparación social»; según esta teoría, la concepción que los alumnos tienen de su propia habilidad como aprendientes se fundamenta, al menos en parte, en las características de la [interacción](#) que mantienen en el aula. En cuanto al contexto externo al aula, también éste ha sido estudiado en relación con la autoimagen de los aprendientes; según la teoría del «el espejo del yo» de C. H. Cooley, citado por Arnold (1999) firma que “todos estamos predispuestos a compararnos con los demás y a modificar nuestra autoimagen como consecuencia de esa comparación. La información que sobre nosotros mismos recibimos de los demás en este proceso es importante en la configuración de la autoimagen, y las personas más influyentes a este respecto varían en función de la edad del sujeto (los padres, los profesores, los compañeros, etc.).

Rojas (1999) afirma dentro de su libro *El poder de la autoimagen*, que la autoimagen es básicamente la imagen que la persona tiene de sí misma. Cuando naciste ,viniste al mundo como una pagina en blanco, los adultos escribieron en esa pagina ,sus ideas, sus valores,.....a través de mamá y papá, la escuela, la religión y otras fuentes tu aprendiste todo sobre el mundo.....nada lo pusiste tu....todo estaba allí.....También las experiencias que has tenido te han marcado para bien o para mal.....si sumamos todo esa cantidad de influencias, seguramente te darás cuenta que te has formado una idea del mundo, de la vida, de las cosas.....la idea que tu tienes de ti mismo no es la misma ,que la que tiene tu jefe, tu mamá, tu esposa, etc. Ahora bien, la autoimagen funciona como una especie de piloto automático y gobierna tus emociones, deseos, tendencias de pensamiento....según como piensas de ti mismo, así te sientes y así actúas.....

Según Alcázar (1996), es el conjunto de lo que el hombre siente, piensa, quiere, espera, teme... acerca de sí mismo. “Es un sistema de valoración de uno mismo, donde el elemento que no encaja, no es admitido”. Es un sistema o conjunto bien estructurado de valoraciones acerca de uno mismo; cada valoración es pieza de ese sistema o cuerpo vivo; cada valoración encaja en la otras, hasta formar un sistema o cuerpo. Y las valoraciones que no encajan, quedan excluidas.

Como actúan en la vida

La autoimagen hace que el desempeñemos en la vida real tal como se cree que se es.

Entre los aspectos a destacarse en una persona con autoimagen positiva es:

Encontrarse aceptable para sí mismo.

Poseer una autoestima grande.

Poseer un ser íntimo en que poder creer.

Poseer un yo del que no tenga que avergonzarte.

Poseer un yo que corresponda a la realidad.

Construcción Inicial

Para el desarrollo de la temática se proponen tres actividades las cuales se constituyen un espacio reflexivo en el que los educandos tienen la posibilidad de percibir la importancia de cultivar una autoimagen positiva, identificando cualidades, debilidades y posibilidades de superación.

Encuadre y/o Presentación

El docente orientador saluda a los participantes con el estribillo de la canción: “Saludémonos amigos, mientras pregunto yo ¿cómo están?, muy bien, espero que disfrutes y la pases muy bien, así será, así será, pum, pum, pum, cha cha cha, very, very, well”.

Posteriormente, se invita a los educandos a pensar en un aspecto positivo de su personalidad. Por ejemplo: soy una persona alegre, entusiasta, cariñosa y líder. La frase que se ha pensado se convertirá en el emblema para el desarrollo de las actividades que se desarrollarán.

Escenario I: “El Afiche de Mi Vida”

El docente orientador explica a los educandos la actividad a realizar a través de los siguientes pasos:

Primero pensar cuáles son las cosas por las que me identifican los demás

Segundo pensar cuáles son las cosas por las que considero que me identifico

Cuáles son mis principales cualidades y valores

Cuáles son mis defectos y limitaciones

Cuáles son mis sueños y proyectos

Cuando cada estudiante haya pensado sobre los anteriores aspectos, se les invita a que a partir de la elaboración de un afiche presenten ante el grupo su identidad, para ello se facilitan recursos como marcadores, pegante, revistas, tijeras. El trabajo se hará de forma individual y organizada.

Socialización

Transcurrido el tiempo prudente se pide a los educandos fijar su afiche en un lugar específico para que los compañeros lo puedan observar, se realiza una exposición general de manera que todos tengan la posibilidad de apreciar el trabajo de cada compañero. Pasado el tiempo de exposición se pregunta a los educando cuál de los trabajos le llamó la atención y quien haya laborado el afiche que se indica dará una breve explicación.

Escenario II: “Lo que más Me Gusta Hacer”

El docente orientador entrega a cada estudiante una hoja en blanco, indicándoles que sobre ésta deben escribir o representar las nueve cosas que más les gusta hacer”, presentando un argumento de cada una de ellas. Por ejemplo a mí me gusta escuchar música romántica, porque me considero una persona sensible, respetuosa de los sentimiento de los demás.

Socialización

Para presentar el trabajo individual se organiza una mesa redonda donde un estudiante presenta una de las cosas que más le gusta hacer y las razones de por qué le gusta hacerla y aquellos compañeros que hayan coincidido o que tengan alguna opinión al respecto expresarán su opinión.

Escenario III: “Construyendo Mi Autobiografía”

El docente orientador indica a los estudiantes que el paso a seguir es la construcción de su autobiografía y que para ello deben pensar aspectos como:

¿Quiénes son mis padres? - ¿Cómo era cuando niño/a?

¿Qué es lo que más recuerdo de mi infancia? - ¿Qué me gustaría retomar de mi niñez? (persona, juguete, situación)

¿Cómo ha cambiado mi vida?- ¿Qué situaciones me han marcado?

¿Cuál ha sido el momento más feliz de mi vida?

Socialización

Cada estudiante tendrá un espacio de tres minutos para compartir con sus compañeros parte de la autobiografía que construyó.

Cierre y Devolución de Aportes

El docente orientador presenta a los educandos la reflexión “El Diamante”, recordándoles que es preciso aprender a convertirse en el propio espejo para de esta manera no dejar pasar las cosas maravillosas que les presenta la vida.

Referencias Bibliográficas

Alcázar, N. (1996). *El Cultivo de la Autoimagen*. Colombia: Educar Editores.

Arnold, J. (1999). *La dimensión afectiva en el aprendizaje de idiomas*. Madrid: Cambridge University Press.

Catalán, F. (1996). *Autoimagen y persona*. México: Lápiz Azul

TALLER NO 4: “UN PENSAMIENTO POSITIVO CONSTRUYE”

Tema: Higiene Mental y Emocional

Objetivos

General

Fortalecer en los educandos una buena salud emocional, por medio de una campaña psico-educativa, para la promoción de pensamientos de optimismo y motivación.

Específicos

Promover en los educandos pensamientos e ideas positivas, frente a la vida, por medio de la actividad “El Buzón del Positivismo” para la superación de estados de ánimo como la tristeza y la frustración ante las dificultades

Facilitar en los educandos un adecuado proceso de integración dentro de su medio escolar, a través de la generación de actitudes concretas que permitan el control del estrés y demás condiciones negativas que interfieren en su bienestar biopsicosocial.

Elaborar el decálogo del Optimismo de la Institución por medio de frases de motivación que generen un compromiso personal y colectivo entorno a la promoción de ideas y pensamientos positivos.

Metodología

Población: Estudiantes Quinto I.D.A.E.

Recursos

Humanos: Estudiantes y Docente orientador

Físicos: Cartulina, marcadores, fotocopias, vinilos y pinceles

Técnicos: Instructivo

Tiempo: 55 Minutos Aproximadamente

Justificación

La Salud Emocional de la persona es influenciada de manera permanente por diversos factores, entre los que adquiere gran relevancia el medio social en el que se desenvuelve diariamente, hecho mismo que lleva a resaltar la importancia de generar ambientes de positivismo y motivación, que permitan a la niñez y a la juventud alcanzar un mejor estado de salud emocional, por medio de la cual les sea posible un encausamiento efectivo en todas las áreas de su existencia.

La anterior perspectiva, cuenta con sustentos teóricos como el de Goleman (1996), quien afirma que “una de las formas como influyen los procesos psicológicos en la salud, es a través de las emociones. Tanto las emociones positivas (alegría, buen humor, optimismo) como las negativas (ira, ansiedad) y el estrés influyen en la salud.

Las emociones perturbadoras influyen negativamente en la salud favoreciendo la contracción de ciertas enfermedades y actitudes negativas, que pasan a desencadenar efectos igual de perjudiciales; esta percepción es fácil de entender al fijarse en aquellas personas que constantemente permiten que pensamientos e ideas negativas emerjan, y a quienes comúnmente todo les sale al revés”.

Adicionalmente a estas apreciaciones, cabe señalar, que el fortalecimiento de la salud emocional solo es posible en la medida en que se eduque a la población en general respecto a las posibilidades que abre el tener un nivel de optimismo básico, que permita asumir la vida con una visión de esperanza. En los niños, niñas y jóvenes es esencial fomentar la motivación, como herramientas para evitar enfermedades mentales como la

depresión y la ansiedad, que en los últimos tiempos viene ocasionando disfuncionalidades significativas

Referente Conceptual

Emociones

Se pueden hallar una gran variedad de explicaciones sobre el concepto de emoción, entre ellas las más sobresalientes son las siguientes:

“Proceso que se activa cuando el organismo detecta algún peligro, amenaza o desequilibrio con el fin de movilizar los recursos a su alcance para controlar la situación” (Fernández-Abascal y Palmero, 1999) o “funciones biológicas fundamentales, producto de la evolución, que permiten al organismo sobrevivir en entornos hostiles, por lo que se han conservado prácticamente intactas a través de la historia evolutiva” (Le Doux, 1999).

Pero todas coinciden en algo: las emociones son procesos adaptativos.

Una de las claves a la hora de entender la repercusión de las emociones en la salud es la conceptualización del proceso emocional. En él aparecen dos filtros entre la situación interna o externa que desencadena el proceso y la manifestación de las emociones en el sujeto protagonista (Fernández-Abascal & Palmero, 1999).

El de estos mecanismos consiste primordialmente en la manera como la persona reacciona ante un determinado hecho, lo cual pasará a manifestarse en alguna expresión corporal específica, y tiene que ver de manera directa con la relación individuo y entorno. (Fernández-Abascal & Palmero, 1999); mientras que el segundo filtro, se relaciona con los recursos, medios y herramientas que la persona emplea para afrontar la situación particular que le ha correspondido. (Fernández-Abascal y Palmero, 1999).

En resumen, la función adaptativa de las emociones va a depender de la evaluación que la persona haga del estímulo, es decir, del significado que le dé a este, y de la respuesta de afrontamiento que genere.

Emociones Negativas

Se ha descubierto que las emociones negativas, como la ira, la ansiedad o la depresión, y también el estrés, debilitan la eficacia de ciertas células inmunológicas.

“Estudios confirman que las emociones perturbadoras son malas para la salud. Se descubrió que las personas que experimentan ansiedad crónica, prolongados períodos de tristeza y pesimismo, tensión continua u hostilidad, cinismo o suspicacias implacables, tenían el doble de riesgo de contraer una enfermedad, incluidas asma, artritis, dolores de cabeza, úlceras pépticas y problemas cardíacos. Esta magnitud hace que las emociones perturbadoras sean un factor de riesgo tan dañino como lo son, por ejemplo, el hábito de fumar o el colesterol elevado para los problemas cardíacos, es decir, una importante amenaza a la salud” (Goleman, 1996).

Influencia de la Ira en la salud

Emociones como la ira resulta contraproducentes para la salud de la persona, en especial porque son activadoras de problemas orgánicos como los del corazón, dicha perspectiva se puede sustentar en estudios como el realizado por la Facultad de Medicina de la Universidad de Stanford, mediante el cual se descubrió que la ira tiene en la función cardíaca: “en pacientes que habían sufrido al menos un ataque cardíaco, cuando se sentían furiosos e incluso cuando recordaban esos episodios, se producía una disminución de la eficacia de bombeo de su corazón, la cual no se observó con otros sentimientos perturbadores como la ansiedad”. (Goleman, 1996).

Influencia del Estrés en la Salud

El fisiólogo Hans Seyle describió el estrés como una respuesta orgánica de tres fases:

Fase de Alarma: Preparación de respuestas adaptativas.

Fase de Resistencia: Presentación de respuestas y participación de procesos emocionales y psíquicos, para restablecer el equilibrio.

Fase de Agotamiento: Cuando el organismo ya no es capaz de generar más respuestas adaptativas, se satura la capacidad de adaptación y se presenta la desadaptación alterándose la homeostasis orgánica.

Esto ocurre si los estímulos son muy intensos, se repiten frecuentemente o persisten por mucho tiempo (Rodríguez y Vega, 1998).

Beneficio de las Emociones Positivas en la Salud

La capacidad de estar de buen humor imprime sentido de perspectiva a los problemas. La risa brinda una liberación física de las tensiones acumuladas y por tanto se espera que todo aquello que logre que el hombre se mantenga emocionalmente estable y lejos de experiencias desagradables puede contribuir a que el sistema inmunológico funcione óptimamente (López, 1999).

“El optimismo y la esperanza también resultan beneficiosos. La gente que tiene muchas esperanzas es más capaz de resistir en circunstancias penosas, incluidas las dificultades médicas. En cuanto al optimismo hay diversas explicaciones. Una teoría propone que el pesimismo conduce a la depresión, que a su vez interfiere en el sistema

inmunológico, con la consiguiente vulnerabilidad a las enfermedades; el optimismo haría lo contrario. Otra explicación indica que puede tratarse de que los pesimistas descuidan su propia persona; algunos estudios han descubierto que los pesimistas fuman y beben más, y hacen menos ejercicios que los optimistas, son en general más descuidados con su salud”. (Goleman, 1996).

Construcción Inicial

El docente orientador explica los objetivos que se busca alcanzar con la campaña Psicoeducativa de Optimismo y Motivación, y a la vez informa que en la oficina de Coordinación quedará dispuesto un buzón denominado: “El Buzón del Positivismo”, donde cada estudiante debe depositar un pensamiento positivo que contribuya a percibir las posibilidades que les ofrece la vida y las cosas buenas que se pueden encontrar en el ambiente cotidiano.

Actividad Inicial

Encuadre o Presentación

El docente orientador extiende una cartelera titulada: “Lo Bueno de la Vida”, invitando a los estudiantes para que de manera voluntaria pasen y escriban que aspectos positivos encuentran en el ambiente, tanto a nivel familiar, escolar y social en general. Cuando la cartelera esté completa, el docente indica a los estudiantes que una forma para mantener una buena salud emocional es promover los pensamientos y sentimientos positivos, y escribe junto a la cartelera: “Éstas Son las Razones que Nos da la Vida para Sonreír y Tener Esperanza”.

Escenario I: “Historias de Vida”

El docente orientador invita a los estudiantes a organizarse en grupos de seis integrantes, entregando a cada grupo una historia diferente, la cual se deberá leer y compartir con el grupo, tratando de sacar los aspectos o palabras que se relacionen con el optimismo y la motivación personal.

Socialización

Cada grupo debe presentar ante sus demás compañeros la enseñanza o enseñanzas que dejó la lectura de la historia de vida que les correspondió de una forma creativa: canciones, acrósticos, coplas, poemas, dibujos, frases. Al finalizar la socialización se pregunta al grupo: ¿cuál es la enseñanza que les deja el compartir de ideas y el tema?.

Escenario II: “Nuestro decálogo del Optimismo”

El docente orientador dirige al grupo de estudiantes las siguientes preguntas:

¿Qué es el optimismo?

¿Cómo se sabe que una persona es optimista?

¿Cuáles creen que son los pasos para poder ser optimistas?

De acuerdo a las respuestas que ofrezcan los estudiantes el docente irá colocando en el tablero los aspectos más relevantes.

Seguidamente, el docente orientador realizará la lectura: “Los Beneficios de ser Optimista”.

Se pide a cada estudiante escribir en un papel una idea de cómo ser siempre optimista, cuando estén todas las ideas se pide al grupo proceder a elaborar su propio

decálogo del optimismo, el cual se exhibirá ante toda la comunidad Educativa, premiándose el mejor y más creativo de los decálogos, que se definirá al final de la semana.

Socialización

Se convoca a todos los dos grados del IDAE al final de la semana para que exhiban su decálogo del Optimismo, seleccionándose con los docentes titulares y el coordinador el mejor al cual se premiará.

Escenario III: “El Stand de la Motivación y el Positivismo Institucional”

Al final de la semana, el docente recoge la información del “Buzón del Positivismo” agradeciendo a los estudiantes su participación e informándoles que en la oficina del coordinador se dispondrá un Stand llamado “El Stand de la Motivación y el Positivismo Institucional”, donde se dejarán pensamientos positivos que los estudiantes, docentes y el coordinador regalarán a las personas de la institución que consideren las pueda necesitar en alguna ocasión.

Socialización

En los encuentros psicoeducativos siguientes se pregunta a la Comunidad Educativa cuál ha sido el efecto y función cumplida por el Stand.

Devolución de Aportes y Cierre

Se entrega a cada estudiante y docente una tarjeta con el mensaje: “Piensa en positivo, y tu vida será positiva”

Referencias Bibliográficas

Damasio, A. (1994). *"El Error de Descartes"* Santiago: Andrés Bello

Davidoff, L. (1989). *"Introducción a la Psicología"*. Buenos Aires: Mc Graw-Hill,

Goleman, D. (1996) *"Inteligencia emocional"*. Buenos Aires: Javier Vergara Editor,

Reeve, J. (1994). *"Motivación y Emoción"*. México: Mc Graw-Hill.

López, M. (1999). *"La psiconeuroinmunología, una nueva ciencia en el tratamiento de enfermedades"*. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.

TALLER No 5. “EL ESCUDO DE LAS EMOCIONES Y PENSAMIENTOS POSITIVOS”

Tema: Higiene Mental y Emocional

Objetivos

General

Promover en los educandos un buen estado de salud mental y emocional a través de actividades que permitan el reconocimiento de los beneficios que surgen del ser positivos para que de esta manera superen aquellos sentimientos y pensamientos que les generan insatisfacción.

Específicos

Orientar a los educandos al reconocimiento de sentimientos y emociones negativas por medio de la actividad concéntrese para que de esta manera sean asertivos en sus relaciones.

Fortalecer en los educandos los procesos de reflexión como base para la superación de limitaciones personales y la consolidación de un estado de bienestar biopsicosocial a través de lecturas de crecimiento personal.

Apoyar a los educandos en su efectivo proceso de encausamiento por medio de ejercicios que inviten a la modificación de conductas, sentimientos y pensamientos negativos para que de esta manera alcance un buen estado de salud mental y emocional.

Metodología

Población: Estudiantes de Quinto Grado

Recursos

Humanos: Estudiantes y docente orientador

Físicos: Concéntrese, fotocopias, lapiceros, colores, cartulina

Técnicos: Instructivo

Tiempo: 55 Minutos Aproximadamente

Justificación

El alcance de un estado de bienestar biopsicosocial depende en gran medida de la capacidad que tiene la persona para identificar aquellos aspectos que limitan su adecuada integración dentro del medio circundante, así como de los objetivos y metas que se proponga en orden a superarlos y emprender nuevas formas de ver su realidad, es por ello que se precisa la necesidad que niños, niñas y adolescentes sean vinculados dentro de espacios psico-educativos en los que les sea posible reflexionar entorno a aspectos tan trascendentales como la influencia que tiene para sí mismo y para los demás el no fortalecer sus emociones y pensamientos de forma positiva.

La anterior percepción puede entenderse desde enfoques teóricos como el Piqueras y colegas (2009) quienes afirman que “el miedo, la tristeza, la ira y el asco son estados emocionales que, cuando son intensos y habituales, afectan negativamente la calidad de vida de las personas. En consecuencia, las emociones negativas constituyen actualmente uno de los principales factores de riesgo para contraer enfermedades físicas y mentales”,

punto de vista que revela la importancia que profesionales como el psicólogo diseñen e implementen estrategias de atención a poblaciones específicas como la escolar, donde niños, niñas y adolescentes se ven influenciados de manera permanente por ideas, pensamientos y emociones negativas que muchas veces le lleva a un bloqueo y a un estado de disfunción que no les permite cumplir con los objetivos y metas trazados dentro del espacio formativo.

se ha de saber, que uno de los primeros pasos para que los educandos aprendan a orientarse hacia formas de vida que favorezcan su desarrollo integral y pleno es el aprender a reconocerse en tanto seres con limitaciones y fortalezas, con la posibilidad de mejorarse continuamente y ser más asertivos.

Referente Conceptual

Emociones Positivas y Negativas

Entre las emociones se pueden distinguir al menos dos grupos: las positivas y las negativas. El miedo-ansiedad, la ira, la tristeza-depresión y el asco son reacciones emocionales básicas que se caracterizan por una experiencia afectiva desagradable o negativa y una alta activación fisiológica.

Las tres primeras son las emociones más estudiadas en relación con el proceso salud-enfermedad. Estas reacciones tienen una función preparatoria para que las personas puedan dar una respuesta adecuada a las demandas del ambiente, por lo que se consideran respuestas eminentemente adaptativas para el individuo. Sin embargo, en ocasiones se encuentra que algunas de ellas pueden transformarse en patológicas en algunos individuos, en ciertas situaciones, debido a un desajuste en la frecuencia, intensidad, adecuación al contexto, etc. Cuando tal desajuste acontece y se mantiene un cierto tiempo, puede sobrevenir un trastorno de la salud, tanto mental (trastorno de ansiedad, depresión mayor,

ira patológica, etc.) como física (trastornos cardiovasculares, reumatológicos, inmunológicos, etcétera).

Funciones de las Emociones

Una de las funciones más importantes de la emoción es la de preparar al organismo para ejecutar eficazmente la conducta exigida por las condiciones ambientales, movilizandole la energía necesaria para ello, así como dirigiendo la conducta (acercando o alejando) hacia un objetivo determinado. Plutchik (1980), destaca ocho funciones principales de las emociones y aboga por establecer un lenguaje funcional que identifique a cada una de dichas reacciones con la función adaptativa que les corresponde.

La correspondencia entre la emoción y su función son las siguientes: miedo-protección; ira-destrucción; alegría-reproducción; tristeza e integración; confianza-afiliación; asco-rechazo; anticipación-exploración; sorpresa-exploración.

Relacionada con esta función adaptativa se encuentra la evidencia de que bajo ciertas circunstancias (predisposición, recurrencia, intensidad) la activación del sustrato fisiológico de cada emoción puede tener consecuencias sobre la salud de los individuos y en general juegan un papel importante en el bienestar/ malestar psicológico de los individuos, que no deja de ser un indicador del grado de ajuste/ adaptación del individuo (Plutchik, 1980).

Las emociones también cumplen una función importante en la comunicación social. Según Izard (1993) existen varias funciones sociales de las emociones, como son: a) facilitar la interacción social, b) controlar la conducta de los demás, c) permitir la comunicación de los estados afectivos y d) promover la conducta prosocial.

Por ejemplo, una emoción como la felicidad favorece los vínculos sociales y las relaciones interpersonales, mientras que la ira puede generar respuestas de evitación o de confrontación. Es decir, las emociones juegan un doble papel en su función comunicativa.

En primer lugar, la expresión de las emociones podría considerarse como una serie de estímulos discriminativos que indican la realización de determinadas conductas por parte de los demás. Así, en muchos casos la revelación de las experiencias emocionales es saludable y beneficiosa, tanto porque reduce el trabajo fisiológico que supone la inhibición, como por el hecho de que favorece la creación de una red de apoyo social para la persona afectada. Sin embargo, en ocasiones los efectos sobre los demás pueden llegar a ser perjudiciales, hecho éste constatado por la evidencia de que aquéllos que proveen apoyo social al enfermo, como por ejemplo los cuidadores primarios informales, sufren con mayor frecuencia trastornos físicos y mentales (Losada, Márquez-González, Peñacoba, Gallagher-Thompson & Knight, 2007). En segundo lugar, la represión de las emociones tiene una función social, por cuanto puede ser socialmente necesaria la inhibición de ciertas reacciones emocionales con capacidad de alterar las relaciones sociales y afectar incluso la propia estructura y funcionamiento de grupos y cualquier otro sistema de organización social.

La relación entre emoción y motivación es estrecha, ya que se trata de una experiencia presente en cualquier tipo de actividad que posee las dos principales características de la conducta motivada: dirección e intensidad. La emoción energiza la conducta motivada. Una conducta “cargada” emocionalmente se realiza de forma más vigorosa, de manera que la emoción tiene la función adaptativa de facilitar la ejecución eficaz de la conducta necesaria en cada exigencia.

Así, la ira facilita las reacciones defensivas, la alegría la atracción interpersonal, la sorpresa la atención ante estímulos novedosos, etc. Por otro lado, la emoción dirige la conducta, en el sentido de que facilita el acercamiento o la evitación del objetivo de la conducta motivada en función de las características de agrado desagrado de la emoción. La función motivacional de la emoción sería congruente con lo que hemos comentado, la existencia de las dos dimensiones principales de la emoción: agrado desagrado e intensidad de la reacción afectiva.

Construcción Inicial

El docente orientador invita a que dos o tres estudiantes socialicen ante sus compañeros qué es la Higiene Mental y Emocional. Seguidamente, a las intervenciones de los educandos, se informa al grupo el objetivo principal el cual es reflexionar entorno a aquellas actitudes, pensamientos y sentimientos que no deja lograr un estado de bienestar personal y grupal.

Actividad Inicial

Encuadre o Presentación

Se da inicio al encuentro con una dinámica “el mercado de las emociones y sentimientos”, que consiste en que los educandos se organicen en grupos de a cinco integrantes, eligiendo una emoción o sentimiento positivo, por ejemplo: alegría, optimismo, entre otros; la idea del juego es establecer una integración entre los equipos a partir del estribillo: “Alegría, alegría, alegría”, que hay, que hay, que hay, ¿tiene emociones en venta?, si hay, si hay, si hay, ¿cuáles emociones tiene?, optimismo, optimismo, optimismo”, a lo cual el grupo que tiene la emoción nombrada, dará respuesta a través del mismo estribillo. Pagará penitencia el grupo que se equivoque o no responda a tiempo.

Escenario I: “El concéntrese de las emociones y pensamientos”

Previamente, el docente orientador habrá elaborado un concéntrese a través de dibujos o gráficas que represente una emoción o pensamiento, que puede ser positivo o negativo. El grupo se organiza en equipos de tres estudiantes para proceder a descubrir las casillas y asociarlas con su similar, para iniciar el juego se pide que cada grupo lance un dado, y los turnos corresponderán en su orden del número mayor al menor. La idea es armar las parejas hasta que todo el tablero quede descubierto.

Socialización

Cada grupo presentará las imágenes que logró obtener en el juego, y dará sus ideas sobre que emoción o pensamiento pueden estar representando, si estos son negativos y positivos y cómo influyen en la vida diaria.

Escenario II: “Píldoras para Cambiar lo negativo por lo Positivo”

Alrededor del salón se plasmarán una serie de imágenes alusivas a pensamientos, sentimientos y conductas negativas para la propia persona y para los demás, las cuales deberán ser observadas de manera detenida por los participantes. Después de un tiempo prudente de observación, el docente invita a que cada educando escoja una de las imágenes que más le impacto, para que a través de un dibujo creativo propongan la manera en como se puede modificar.

Socialización

Los estudiantes pasarán junto a la imagen elegida y pegaran su dibujo, explicando a los compañeros su idea. Entre todos los participantes se escoge la imagen que más gustó para fijarla en la cartelera informativa de la institución.

Escenario III: “Pintando Nuestro Rostro de Optimismo”

Los participantes se organizan en tres grandes equipos, a los cuales el docente entregará una cartulina con un pensamiento sobre la importancia de aprender a ser positivos. Cada uno de los mensajes deberá ser representado por los estudiantes a través de una breve presentación de mimos.

Socialización

Cada grupo presenta ante los demás la obra de mimos que han construido, para que entre todos se descifre el mensaje transmitido.

Referencias Bibliográficas

Piquero et. al. (2009). *Emociones Negativas y su impacto en la salud mental y Física*. España: Universidad Intercontinental.

Plutchik, R. (1980). *Emotion: a psychoevolutionary synthesis*. New York: Harper and Row.

Izard, C. E. (1993). *Organizacional and motivacional functions of discrete emotions*. In M. Lewis (Ed.), *Handbook of emotions*. Nueva York: Guilford Press, pp. 631-641.

Losada, A., Márquez-González, M., Peñacoba, C., Gallagher-Thompson, D. & Knight, B. G. (2007). *Reflexiones en torno a la atención de los cuidadores informales de personas con demencia y propuesta de una intervención interdisciplinar*. *Psicología Conductual – Revista de Psicología Clínica y de la Salud*, 15(1), 57-76.

TALLER No 6: “LIMPIANDO NUESTRA MENTE”

Tema: Higiene Mental y Emocional

Objetivos

General

Orientar a los Educandos hacia la promoción de una higiene mental positiva, a través de actividades psico-educativas que permitan la promoción de un estado de bienestar biopsicosocial.

Específicos

Fortalecer en los Educandos ideas positivas sobre sí mismos y los demás, por medio de un proceso de confrontación que permita un nivel de tolerancia y compañerismo positivos.

Promover en los educandos la superación de pensamientos negativos sobre los demás, a través de la actividad: “En Tus Zapatos” para el restablecimiento de relaciones basada en el respeto y el compañerismo.

Permitir a los educandos la expresión de sentimientos y pensamientos, mediante un debate entorno al tema de la mentalidad positiva y negativa para que de esta manera se sensibilicen ante la importancia de la buena higiene mental.

Metodología

Población: Estudiantes del Grado Quinto I.D.A.E.

Recursos

Humanos: Estudiantes y docente orientador

Físicos: Hojas en Blanco, cartulina, colores, marcadores, lapiceros

Técnicos: Instructivo

Tiempo: 55 Minutos

Justificación

La persona se integra de manera continua en su medio social, encontrando a su paso gran diversidad de situaciones, personas e incluso noticias, que inciden de manera directa sobre la formación de ideas y que pasan a constituirse en el alimento o nutriente primario para la mente, es por esta razón, que resulta esencial la generación de aprendizajes que conlleven al fomento de una higiene mental saludable.

Adicionalmente, está claro, que la mayoría de los individuos poseen conocimiento sobre aquellos hábitos, rutinas y secretos para mantener un buen estado de salud física, pero muy pocos son los que atienden de manera oportuna y continua aquellos aspectos relacionados con la higiene mental e incluso, algunos de ellos no tienen la menor idea de cuáles son los hábitos saludables para la mente, es así, como el trabajo desde el marco psicoeducativo, con poblaciones específicas como los niños y adolescentes, adquiere relevancia y va a generar un impacto positivo puesto que será un constituyente fundamental para la efectiva estructuración de los procesos de enseñanza – aprendizaje.

En este sentido, se ha de reconocer la existencia de marcos teóricos en los que se reconoce la **higiene mental** como “el conjunto de actividades que permiten que una

persona esté en equilibrio con su entorno sociocultural, y para ello es fundamental que reconozca la manera como los demás y su propio ser pueden crearse ideas, recuerdos y demás elementos que les pueden construir o destruir”. (Fahrer, 2002).

Desde todos los planteamientos realizados hasta este punto, queda claro que la promoción de un buen estado de salud mental comienza desde las edades tempranas y se fortalece a lo largo de todo el ciclo vital, por lo que la puesta en marcha de estrategias psicoeducativas en los entornos escolares para la promoción de estados de salud mental es clave, puesto que estos van a permitir que la población estudiantil aprendan hábitos saludables para este componente de su existencia.

Referente Conceptual

Higiene Mental

Bajo el concepto de higiene mental se entienden “todas las actividades que buscan la creación de un ambiente donde existe la prevención de comportamientos inadecuados, la preservación y el desarrollo del ajuste psicológico y el alivio del desajuste”. “La salud mental o el estado mental se refiere al estado de equilibrio entre una persona y su entorno socio-cultural, lo que garantiza su participación laboral, intelectual y de relaciones para alcanzar un bienestar y una buena calidad de vida”. (Fahrer, 2002).

Desde otra concepción, la salud mental se puede entender como un estado de bienestar emocional y psicológico en el cual el individuo es capaz de hacer uso de sus habilidades emocionales y cognitivas, funciones sociales y de responder a las demandas ordinarias de la vida cotidiana. El cuidado de la salud es fundamental para el trabajo interior: hay que cuidar no sólo el alimento y la higiene física, si no también el alimento y la higiene mental. Un estado mental saludable depende en gran medida de la capacidad que tiene la persona para manejar situaciones estresantes, puesto que ello le va a permitir alejar

de sí pensamientos o ideas negativas que pueden herirle e incluso destruirle de manera inevitable.

Señalada la definición de salud mental, queda pendiente establecer cuáles son las condiciones para lograr un buen estado de la misma, para lo cual se puede citar a autores como Fahrer (2002), quien afirma que “la acción preventiva se puede ejercer en un plano individual o en un plano social o colectivo. Para lograr un buen estado de salud mental, uno deberá principalmente permanecer físicamente sano: el equilibrio fisiológico y el regular las funciones más importantes es condición previa; ya que los desórdenes nutritivos y metabólicos provocados por errores dietéticos o por la ingestión de sustancias tóxicas favorecen la aparición de alteraciones tanto orgánicas como psíquicas”.

De igual manera, la conservación de la salud mental le concierne a cada individuo como una actividad de la que se debe ocupar a diario: los hábitos de higiene mental. La salubridad de los hábitos psíquicos se cierce hacia adentro: el manejo del pensamiento positivo y la imaginación creativa, produciendo equilibrio interno. Otros comportamientos tienen carácter psico-social, tales como la catarsis emocional y la valoración positiva de los rasgos propios y ajenos, que resulta confirmatoria de la valía de cada persona, necesaria para poder integrar la autoestima y configurar la identidad personal.

Finalmente, se ha de señalar que la persona es la única responsable y la creadora de su bienestar: cuidar la higiene mental es una labor personal diaria, un hábito que hay que adquirir y una responsabilidad para consigo mismo y para los que los rodean. Es el “yo” quien “decide” enfermarse mentalmente, procurándose tóxicos mentales, y también es el “yo” quien “decide” cuidar su estabilidad psicológica o curarse, favoreciendo su higiene mental. (Boschan (1977))

Marco Conceptual

Para Una Buena Salud Mental

Boschan (1977) afirmó que son muchas las situaciones que hay que tener en cuenta para no deteriorar la salud mental. Si se somete al organismo a excesos de cualquier tipo el cuerpo tarde o temprano se resentirá. Lo mismo ocurre con la mente. Si una persona va adquiriendo hábitos nocivos que perjudiquen a la mente, ésta reaccionará enfermando.

De acuerdo a este autor se han de tener en cuenta algunos aspectos para mantener la salud mental, entre estos, los más importantes son:

Sentirse amado por alguien y sentir que amas a alguien, la mejor manera de amar a los demás es queriéndose uno mismo, con sus defectos e inconvenientes. Se tiene que aprender a quererse maduramente, para luego compartir ese amor con los demás. Uno de las primeras cosas que se tienen que tener en cuenta para la salud mental es el sentimiento de sentirse amado por alguien.

Aprende a encajar los problemas y dificultades de la vida. Ten aguante. Cualquier vida humana tiene sus problemas e inconvenientes. Muchas veces se piensa que nadie más que el propio ser es quien más sufre.

Sé una persona flexible ante ti mismo y las situaciones de la vida. Hay muchas personas que se deterioran psíquicamente porque no son flexibles. Tienen sus valores fijos que son incapaces de adaptarlos a su realidad concreta. Nadie pide dejar de lado los propios valores, lo que es importante es saber, sin renunciar a ellos, adaptarlos al momento que se vive.

Hacer las cosas con sentido, hay personas que hacen las cosas sin entusiasmo, “porque hay que hacerlas...” es necesario tener proyectos e ilusiones. Animarse con cosas nuevas.

Sé creativo, Inventa nuevas cosas y nuevas formas de hacer las cosas. Normalmente las personas creativas no se deprimen fácilmente porque buscan recursos dentro y fuera de sí mismos y esto les sirve para sentirse valorados y con un proyecto en la vida.

Tener un sentido para la vida, si antes se decía que se tenía que tener sentido para hacer las cosas, no hacer cosas a lo loco, ahora también es muy importante que la vida globalmente considerada necesita tener un sentido para poder vivir.

Cuando la persona controla de manera asertiva sus pensamientos, sentimientos y emociones muy difícilmente se verá afectada por las condiciones o circunstancias específicas que le rodean, de lo contrario, la persona emocionalmente vulnerable es blanco directo y continuo de los problemas, los cuales poco a poco le van debilitando y enfermando, hasta el punto de pensarse en que todo tiene una causa orgánica. (Academia Estadounidense de Médicos de Familia, 2009).

De acuerdo a una perspectiva reciente, publicada en la Fucsia.com (2011), se han postulado seis principios básicos para mantener la agudeza y la salud mental a medida que pasan los años: curiosidad, variedad, buena alimentación, ejercicio físico, evitar el estrés y dormir bien.

Curiosidad: Tiene que ver con la capacidad directa de aprender a sorprender por las cosas desconocidas de la creación, manteniendo una actitud activa ante lo que es nuevo o se ha renovado.

Variedad: Cuán cómoda es la rutina, tener un esquema bien organizado de cada día para no perder tiempo en futilidades. Pues bien, aunque las rutinas permiten sentir el control de la vida, someten en un adormecimiento frente a la interactividad del mundo. Asumir nuevos retos es parte de la existencia misma del ser humano, por eso dejarlos de lado no es más que un acto de pereza y te puedes estar perdiendo de experiencias realmente fascinantes.

Buena alimentación: el consumo de alimentos sanos no es sólo es benigno para el cuerpo, sino que favorece al cerebro; algunos estudios científicos revelan que una dieta saludable es un aspecto fundamental que interviene en la mente y las emociones. La Dra. Marian Diamond, especialista en neuroanatomía de la Universidad de Berkely-California, citada por la revista Fucsia.com (2011), afirma que el entorno favorable para el aprendizaje incluye una dieta nutritiva en proteínas, minerales, vitaminas y calorías. Científicos de la Universidad de Illinois encontraron evidencias de que la glucosa es fuente principal de energía del cerebro y que intensifica la memoria y el aprendizaje.

Ejercicio físico: las propiedades salubres de mantener una actividad física constante no se reducen al buen estado corporal, abarcan el ámbito mental en tanto que ayuda a combatir la depresión y mejora la memoria. Según una investigación adelantada por la Universidad de Salamanca-España, el ejercicio físico puede actuar como un mecanismo de freno o como protección contra la depresión, incluso en personas más vulnerables o que muestran indicios de esta condición.

Evitar el estrés: se ha comprobado que el estrés producido por sobrecargas de trabajo o de otro estilo puede incentivar la producción de hormonas que dañan el buen funcionamiento del cerebro, también puede causar depresión o apatía hacia la vida. Por tales razones es recomendable que cada persona incluya en su agenda actividades afines a sus gustos.

Dormir bien: el sueño siempre es el mejor aliado para descansar y para recuperar las energías perdidas durante el día, asegúrate de dormir lo suficiente para estar activa a la mañana siguiente.

Desde las anteriores perspectivas teóricas se entiende que el alcance de un buen estado de salud mental, depende en gran medida de la promoción de hábitos y rutinas saludables a partir de los cuales se alcance un estado de bienestar general que no pueda ser vulnerado por nadie ni por nada.

Construcción Inicial

El docente saluda a los estudiantes y presenta el tema, adicionalmente a ello recuerda que es importante aprender a recibir instrucciones y a respetar la palabra de los otros.

Actividad Inicial

Encuadre o Presentación

El docente pregunta a los estudiantes sobre los hábitos que tienen para cuidar su salud física, la manera como los practican, las personas que los acompañan y apoyan.

Escenario I: “Limpiando Nuestra Casa Mental”

El docente invita a los estudiantes a salir a una zona verde dentro del colegio o cerca de esta, ya ubicados en esta zona les pide que se acuesten en el prado, observando detenidamente el cielo, percibiendo el aire, el sonido del viento, el canto de los pájaros. Seguidamente les pide que recuerden una situación desagradable que hayan tenido que vivir, las personas que propiciaron dicha situación, la manera como esto afecto su vida.

Después de dejar un tiempo prudente, se pide a los estudiantes escribir en una hoja los sentimientos y pensamientos negativos dejados por la experiencia recordada.

Después de realizada la tarea, se invita a que cada uno de los participantes se dirija a un lugar específico del prado, haga un hueco y deposite el papel con todo lo escrito, esto mientras se proponen olvidar ese pasado que les lastima.

Socialización

Seguidamente a la actividad el docente va a solicitar a los estudiantes compartir la enseñanza que le dejó la experiencia.

Escenario II: “Construyendo una Identidad Positiva de los Otros”

El docente invita a los estudiantes a organizarse en parejas, en cada una de estas se va a tomar como referencia a una persona: compañero, docente, directivo del cual no se tenga un concepto favorable debido a una circunstancia adversa o dificultad, de manera que el compañero con el que se comparte esta visión, contribuya a renovar nuestra percepción mediante la mención de cualidades y virtudes que puede poseer la persona escogida. Entre los dos compañeros se va a construir una tarjeta donde se van a consignar cualidades de las personas con las que no se tiene una buena relación y las posibilidades que se encuentran para poder llegar a un mejor nivel de relación.

Socialización

Se hará un intercambio de tarjetas debidamente marcadas entre compañeros quienes compartirán la nueva imagen formada de una persona que hasta ahora ha resultado desagradable o incomoda para cada uno. Además el docente pregunta a los estudiantes ¿Si son importantes las nuevas oportunidades?.

Escenario III: “En Debate”

El docente organiza a los estudiantes en dos equipos, a uno le entrega la palabra “EN PRO” y al otro la palabra “EN CONTRA”, también informa que la actividad consiste en debatir sobre las siguientes frases:

Soy lo que pienso

Hoy en día no es posible pensar positivamente

No vale la pena vivir

Puedo ser feliz sin los otros

Los otros son un caso aparte

Informados los aspectos para el debate, cada grupo debe preparar los argumentos de manera organizada teniendo en cuenta si defienden o rechazan la idea.

Socialización

El docente designa un moderador para que indique el orden de los turnos y cuando se de la orden, se inicia el debate. Cada grupo expondrá sus argumentos y al finalizar se le pide al moderador hacer una conclusión. Además se pide a los estudiantes compartir los aprendizajes que les dejó el encuentro.

Referencias Bibliográficas

Boscha, P. (1977). *Enciclopedia de Psiquiatría*. Buenos Aires: Ateneo

Fahrer, R. (2002). *Manual de Salud Mental*. Argentina: La Prensa Médica

Revista Fucsia.com (2011). Publicado en: <http://www.revistafucsia.com/salud-nutricion-dietas/articulo/trucos-para-tener-cerebro-saludable/7993>

Academia Estadounidense de Médicos de Familia. (2009). Publicación: <http://familydoctor.org/online/famdoces/home/articles/589.html>

TALLER No 7. “DESPOJÁNDONOS DE AQUELLO QUE NO NOS DEJA SER AMIGOS”

Tema: Relaciones interpersonales

Objetivos

General

Sensibilizar a la población de educandos respecto a la importancia de saber solucionar las diferencias, a través de un encuentro psico-educativo que promueva relaciones interpersonales constructivas para que de esta manera se fomente el compañerismo y el respeto ante las diferencias.

Específicos

Favorecer en los educandos la consolidación de actitudes como la tolerancia y el respeto por los compañeros a partir de un espacio reflexivo que permita la superación de diferencias y sentimientos de rivalidad y rencor.

Promover en los educandos actitudes positivas frente a las equivocaciones de los demás por medio de un ejercicio personal que contribuya con el restablecimiento de las relaciones interpersonales.

Fortalecer en los educandos actitudes, valores, pensamientos y conductas positivas que conlleven a la optimización de las relaciones interpersonales, por medio de una actividad que permita el diálogo sobre los aspectos que afectan la interacción con los compañeros y demás personas del ambiente cercano.

Metodología

Población: Estudiantes de Quinto Grado

Recursos

Humanos: Estudiantes y docente orientador

Físicos: Pinturas y hojas de block, grabadora, CD'S

Técnicos: Instructivo

Tiempo: 55 Minutos Aproximadamente

Justificación

La persona, desde su identidad social está llamada a construir relaciones efectivas con los demás y por ello debe adquirir habilidades y destrezas que le permitan afrontar situaciones de controversia y la construcción de relaciones de amistad y compañerismo basadas en el respeto, la tolerancia, la comprensión y el perdón.

Desde una visión teórica se afirma que “las relaciones interpersonales están presentes en todos los ámbitos de la vida, siendo conductas concretas, de complejidad variable, que permiten que los individuos se sientan competentes en diferentes situaciones y escenarios así como obtener una gratificación social”. (Prieto, Illán y Arnáiz, 1995).

“Está claro que las relaciones interpersonales tienen que ver con las posibilidades de hacer nuevos amigos y mantener amistades a largo plazo, expresar a otros necesidades, compartir las experiencias y enfatizar con las vivencias de los demás, defender los intereses, etc. son sólo ejemplos de la importancia de estas habilidades. Por el contrario,

sentirse incompetente socialmente puede conducir a una situación de aislamiento social y sufrimiento psicológico difícil de manejar”. (Prieto, Illán y Arnáiz, 1995).

Las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en el desarrollo integral de la persona, puesto que a través de ellas, el individuo obtiene importantes refuerzos sociales del entorno más inmediato que favorecen su adaptación al mismo, por tanto, cuando no se tienen las habilidades para la interacción con los otros, se puede provocar rechazo, aislamiento y, en definitiva, limitar la calidad de vida.

Se entiende así, que el desarrollo de las relaciones interpersonales ha de convertirse en una de las prioridades más inmediatas de los entornos educativos durante las primeras etapas de vida del individuo, puesto que este es el período del encausamiento y el moldeamiento de las habilidades y destrezas en todas las áreas.

Dentro del entorno de la Institución Educativa Colegio Técnico Águeda Gallardo de Villamizar, Sede Escorial, se hace indispensable reforzar las habilidades y destrezas personales, de manera que se llegue a la comprensión de los otros como seres diferentes, que tiene derechos y deberes, puesto que esta es la mejor vía para el fomento de una convivencia pacífica y la construcción de relaciones óptimas, dentro de las que se evita toda forma de agresión o falta de respeto.

Referente Conceptual

Habilidades sociales o habilidades de relaciones interpersonales

Las habilidades sociales “son las conductas o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal, se trata de un conjunto de comportamientos aprendidos que se ponen en juego en la interacción con otras personas” (Monjas, 1999).

En el caso específico del contexto educativo, Prieto, Illán y Arnáiz (1995), relacionan las habilidades sociales con conductas relacionadas con los siguientes aspectos, todos ellos fundamentales para el desarrollo interpersonal del individuo:

Las conductas interpersonales (aceptación de la autoridad, destrezas conversacionales, conductas cooperativas, etc.).

Las conductas relacionadas con el propio individuo (expresión de sentimientos, actitudes positivas hacia uno mismo, conducta ética, etc.)

Las conductas relacionadas con la tarea (trabajo independiente, seguir instrucciones, completar tareas, etc.)

La aceptación de los compañeros

Importancia de las relaciones interpersonales

Todas las personas necesitan crecer en un entorno socialmente estimulante pues el crecimiento personal, en todos los ámbitos, necesita de la posibilidad de compartir, de ser y estar con los demás (familia, amigos, compañeros de clase, colegas de trabajo, etc.).

Habilidades Sociales Existentes

Existen numerosas habilidades sociales, algunas de ellas muy básicas y que son aprendidas a edades muy tempranas (fórmulas de cortesía como saludar, dar las gracias o pedir las cosas por favor), hasta otras habilidades mucho más complejas exigidas en el complejo mundo de los adultos (saber decir que no, negociar, ponerse en el lugar del otro, formular una queja sin molestar, etc.).

Prieto (2000), ofrece una relación de las habilidades que debe poseer el niño, dichas habilidades le reportan refuerzo social y favorecen una relación gratificante con los demás compañeros.

Destrezas de supervivencia en el aula: pedir ayuda, prestar atención, dar las gracias, seguir instrucciones, realizar las tareas, participar en las discusiones, ofrecer ayuda, hacer preguntas, no distraerse, hacer correcciones, decidir hacer algo, marcarse un objetivo.

Destrezas para hacer amistades: presentarse, empezar y finalizar una conversación, participar en juegos, pedir favores, ofrecer ayuda a un compañero, hacer cumplidos, sugerir actividades, compartir, disculparse.

Destrezas para abordar los sentimientos: conocer los sentimientos y expresarlos, reconocer los sentimientos de los demás y mostrar comprensión ante ellos, mostrar interés por los demás, expresar afecto, controlar el miedo, otorgarse recompensas.

Destrezas sobre distintas alternativas a la agresividad: utilizar el autocontrol, pedir permiso, saber cómo responder cuando le molestan a uno, evitar los problemas, alejarse de las peleas, resolución de problemas, saber abordar una acusación, negociación.

Destrezas para controlar el estrés: controlar el aburrimiento, descubrir las causas de un problema, quejarse, responder a una queja, abordar las pérdidas, mostrar camaradería, saber abordar el que le excluyan a uno, controlar los sentimientos de vergüenza, reaccionar ante el fracaso, aceptar las negativas, decir “no”, relajarse, responder a la presión de grupo, controlar el deseo de tener algo que no te pertenece, tomar una decisión, ser honesto.

La familia y la escuela como agentes socializadores

Las habilidades de relación interpersonal son un repertorio de comportamientos que adquiere una persona para interactuar y relacionarse con sus iguales y con los adultos de forma efectiva y mutuamente satisfactoria. (Rivas, 2.001).

Rivas (2.001) afirma que “el ser humano es esencialmente un sujeto social que vive y se desarrolla en un proceso de aprendizaje social y el aprendizaje social ocurre inmediatamente después del nacimiento”, por tanto, la familia es la primera unidad social donde el niño se desarrolla y donde tienen lugar las primeras experiencias sociales. Para que la interacción posterior sea adecuada, es necesario que el sujeto haya desarrollado con anterioridad la seguridad que proporciona una correcta relación con la figura de apego. Una inadecuada interrelación con esta figura, que no proporcione al niño suficiente seguridad e independencia; dificultará y reducirá la interacción posterior con sus iguales y con el adulto.

La escuela es el segundo agente de socialización donde el niño va a aprender y desarrollar conductas de relación interpersonal. El niño va a aprender las normas y reglas sociales en la interacción con sus Los comportamientos sociales, tanto positivos como negativos, van a ir configurando el patrón de comportamiento que va a tener el niño para relacionarse con su entorno. Los objetivos de la escuela, por tanto, no deben enfocarse solamente hacia los contenidos, sino hacia un desarrollo integral del niño como persona, y para ello es necesario el entrenamiento en habilidades de relación interpersonal puesto que los déficits en estas habilidades que aparecen a edades tempranas se agravan con el tiempo. Además, los comportamientos interpersonales adecuados se consideran requisitos imprescindibles para una buena adaptación a la vida. (Rivas, 2.001).

Normas de comportamiento con las personas y en la comunidad

Las normas de comportamiento con las personas y en la comunidad que parecen importantes, son las que tienen que ver con:

Convivencia. Se debe considerar la tranquilidad de los vecinos y sus derechos, así como se considera y respeta a la familia y el hogar, , prestando principal atención a no perturbarlos con ruidos molestos, ni con prácticas y juegos escandalosos, ni con peleas ,

gritos y queja, ni golpear puertas o llamar a las personas a gritos, ya que esto produce incomodidad en las personas.

Solidaridad. Se debe ser solidarios y ayudar a los demás frente a problemas de la comunidad y situaciones de peligro, considerar a las personas de la comunidad.

Normas de comportamiento en la escuela o en el trabajo: Las normas de comportamiento en la escuela o en el trabajo que parecen importantes, son las que tienen que ver con:

Cuidado de las instalaciones. No ensuciar las instalaciones de la escuela o el trabajo, así como colaborar con el cuidado del mobiliario y equipos, no dañando, deteriorando o destruyendo los bienes e instalaciones.

Conducta apropiada. En la escuela, se debe escuchar con atención a los maestros y profesores, haciendo las tareas e investigaciones y preparando los materiales necesarios para las actividades escolares, se debe aprender de los consejos de las personas mayores, de los libros y bibliotecas, así como con el uso de las computadoras y de la internet, además de aprovechar las oportunidades de los grandes medios de comunicación como el cine, la radio y la televisión para captar grandes cantidades de información, además de utilizar apropiadamente las bibliotecas. En el trabajo, se debe prestar cuidado a las instrucciones de nuestros jefes, realizar los trabajos y tareas asignadas. (Ledesman 2000).

La Personalidad y la comunicación interpersonal

Una característica esencial de la personalidad es su integridad; no obstante, se puede identificar en su estructura dos dimensiones: ejecutora e inductora. La personalidad se traduce en percepciones, pensamientos, inteligencia, educación, experiencia, motivaciones, emociones, sentimientos, deseos y vivencias. Su comportamiento es el producto de las

acciones en actividades, como soluciones, planes, logros y cumplimientos, y todo ello incide en la comunicación. (Zayas, 2.002).

Según Zayas (2.002), hoy día es generalmente reconocido que el éxito en el desarrollo de una actividad no depende sólo de poseer determinados conocimientos y habilidades, sino que es necesario también la disposición, la orientación y el despliegue de la energía necesaria para alcanzar los objetivos propuestos. El éxito en el desarrollo de una actividad es la resultante del conjunto de factores interrelacionados, cuyo producto final no es una adición de las partes integrantes; no obstante, es necesario en el estudio del hombre realizar abstracciones para poder valorar la influencia relativa en el desempeño alcanzado en el desarrollo de una actividad.

En la comunicación, las personas valoran, sintetizan, elaboran y generan las ideas, concepciones, experiencias e información, expresan emociones, sentimientos, intereses, motivaciones, que recibe e intercambian normas y valores al afrontarse con la vida. La comunicación puede favorecer el desarrollo de la sensibilidad de las personas a través de la personalización de las situaciones y las influencias de la realidad, sobre todo, cuando se refiere a la subjetividad de otras personas. (Zayas, 2.002).

Encuadre y motivación

El docente saluda y da la bienvenida a los participantes y los invita a salir a la cancha principal para realizar la dinámica: “El supermercado de actitudes: se sientan todos en ronda en sillas dejando una silla vacía, a cada uno de los asistentes se le da el nombre de algún producto del supermercado de actitudes (uno será el respeto, otro el perdón, otro la tolerancia y así sucesivamente). El docente comienza a contar una historia (que tenga algún sentido) y a medida que nombra algún elemento del supermercado que figura entre los que posee alguno de los niños, el niño nombrado tiene que darse cuenta e inmediatamente levantarse y correr al lugar vacío de la ronda. Si no lo hace pierde un

punto. El último detalle a tener en cuenta es que si el docente dice la palabra SUPERMERCADO, TODOS deben cambiar de lugar.

Construcción Inicial

Escenario I: “Un encuentro personal”

Procedimiento

Se invita a los participantes a dirigirse a un espacio de la cancha específico en el que puedan estar cómodos. Seguidamente el docente indica que en este momento del encuentro se requiere de la colaboración y silencio de todos de manera que se logre un estado total de relajación. Se enciende la música y se pide a los participantes cerrar sus ojos, dejar la mente en blanco e iniciar un viaje imaginario hacia un lugar tranquilo donde se pensará en una persona con la cual no ha sido posible lograr una reconciliación luego de un disgusto: amigo, compañero, familiar. Se invita a los estudiantes a que se establezca un diálogo pidiéndole alguna explicación del por qué no fue posible continuar la relación, se dirige el momento de relajación de manera que cada participante logre un desahogo. Se pide a los niños que escuchen la música y que poco a poco vayan abriendo los ojos.

Socialización

El docente invita a los participantes a expresar los sentimientos y emociones que despertó en ellos el momento de relajación y los logros y dificultades que encontraron durante la misma.

Escenario II: “Restableciendo el corazón”

Procedimiento

Tomando como pauta los resultados que se lograron durante la ejecución del escenario I, el docente pedirá a cada participante que elabore un símbolo en el que represente su intención de disculparse o disculpar a aquella persona con la que antes tenían buenas relaciones y con quien por alguna dificultad no se han vuelto a tratar, para este fin se entregará a cada uno de ellos una hoja en blanco, un pincel y un poco de pintura. Durante este momento el docente dirigirá algunas palabras, haciendo énfasis en el perdón como una oportunidad para los otros y para uno mismo a fin de construir relaciones de amistad y compañerismo significativas.

Socialización

Se organiza un círculo para que los participantes compartan con sus compañeros de manera voluntaria el símbolo con el cual muestran su intención de restablecer las relaciones interpersonales con una persona con la que han dejado de tratarse.

Escenario III: “Llegó el momento: Sacando a volar aquello que no nos deja ser amigos”

El docente pide a los participantes que introduzcan el símbolo elaborado en un globo previamente inflado con helio, luego se les invita a salir al centro de la cancha principal y allí echarlo a volar, mientras que cantan alguna estrofa de una canción de amistad.

Referente bibliográfico

Illán y Arnáiz (1995). *Importancia de las relaciones interpersonales: preguntas y respuestas*. Artículo publicado en http://www.down21.org/act_social/relaciones/i_import_relacion/import_relacion.htm

Ledesma, C y Zavarce M (2000). “*Manual de Urbanidad de Carreño*” (texto adaptado). Editorial Actualidad Escolar , Caracas.

Monjas, R. (1.999). *Importancia de las relaciones interpersonales*. Bogotá: Norma

Prieto, G. (2.000). *Tipos de habilidades sociales*. Artículo publicado en http://www.down21.org/act_social/relaciones/i_import_relacion/import_relacion.htm

Rivas, A. (2.001). *Habilidades sociales y relaciones interpersonales*. Publicación http://www.feaps.org/biblioteca/sexualidad_ydi/22_habilidades.pdf

Zayas, P. (2002). *Los fundamentos teóricos y metodológicos del proceso de selección de personal*. Tesis en opción al grado de Candidato a Doctor en Ciencias Psicológicas, Facultad de Psicología, Universidad de la Habana.

TALLER N° 8: “DESPOJÁNDONOS DE MÁSCARAS”

Tema: Comunicación y encuentro con el otro

Objetivo General

Reflexionar sobre la importancia la autoaceptación resaltando las habilidades y destrezas y construyendo relaciones efectivas con los demás.

Justificación

Constantemente la persona se ve enfrentada a relaciones sociales que exigen de si la puesta en marcha de una serie de habilidades y destrezas que le permitan configurar una personalidad auténtica de manera que los demás le reconozca como un ser auténtico digno de respeto y confianza y es en este sentido como resulta lógico que una de las preguntas fundamentales en la vida del ser humano sea la de la propia identidad. El ser humano que no se conoce, que no ha emprendido la aventura de intentar responder a esta pregunta fundamental, difícilmente podrá responder a su vocación a la plenitud, a la felicidad y a la comunicación con el medio que le rodea.

Generalmente la comunicación y la interacción con los otros tiende a fallar debido a que el ser humano está permanentemente buscando edificar su vida, y en esta dinámica muchas veces tiende a construir todo un universo de mentiras e ilusión, de máscaras que nunca llegan a satisfacer sus expectativas. La máscara aparenta lo que no es y oculta lo que pueda resultar desagradable. De esta manera la mueca de una sonrisa puede ocultar un corazón profundamente solo; un rostro endurecido puede proteger una interioridad terriblemente frágil; una llamativa carcajada puede disfrazar el dolor más trágico, y todo esto hace que en cualquier momento los otros, quienes han estado compartiendo empiecen a apartarse. (Movimientos de Vida Cristiana, 2.011).

El acto comunicativo tiene una exigencia particular como lo es la autenticidad dado que esta plantea toda una aventura pues exige no sólo valor sino también confianza y generosidad. Definitivamente no es un camino fácil pero ineludible para alcanzar la realización y felicidad. El camino de la autenticidad requiere valor para entrar en uno mismo y así enfrentar lo que se es en verdad, bueno o malo. Lo que se busca no es sólo lo negativo o desagradable, en realidad eso es sólo un aspecto del peregrinar. Se trata de retornar al núcleo profundo y esencial de los dinamismos fundamentales que me llevan a buscar el amor y la valoración auténticos para así llegar a los demás. (Fernández, 1.995).

Referente Conceptual

La Personalidad y la comunicación interpersonal

Una característica esencial de la personalidad es su integridad; no obstante, se puede identificar en su estructura dos dimensiones: ejecutora e inductora. La personalidad se traduce en percepciones, pensamientos, inteligencia, educación, experiencia, motivaciones, emociones, sentimientos, deseos y vivencias. Su comportamiento es el producto de las acciones en actividades, como soluciones, planes, logros y cumplimientos, y todo ello incide en la comunicación. (Zayas, 2.002).

Según Zayas (2.002), hoy día es generalmente reconocido que el éxito en el desarrollo de una actividad no depende sólo de poseer determinados conocimientos y habilidades, sino que es necesario también la disposición, la orientación y el despliegue de la energía necesaria para alcanzar los objetivos propuestos. El éxito en el desarrollo de una actividad es la resultante del conjunto de factores interrelacionados, cuyo producto final no es una adición de las partes integrantes; no obstante, es necesario en el estudio del hombre realizar abstracciones para poder valorar la influencia relativa en el desempeño alcanzado en el desarrollo de una actividad.

En la comunicación, las personas valoran, sintetizan, elaboran y generan las ideas, concepciones, experiencias e información, expresan emociones, sentimientos, intereses, motivaciones, que recibe e intercambian normas y valores al afrontarse con la vida. La comunicación puede favorecer el desarrollo de la sensibilidad de las personas a través de la personalización de las situaciones y las influencias de la realidad, sobre todo, cuando se refiere a la subjetividad de otras personas. (Zayas, 2.002).

Lo afectivo en la comunicación

El hombre en el desarrollo de las diferentes actividades en su implicación en el medio no sólo conoce, sino que en esa interacción manifiesta determinadas actitudes hacia las demás personas, objetos y fenómenos, los que a su vez inciden en la orientación de la actividad. (Zaldívar, 2.003).

El carácter inductivo de la personalidad constituye lo afectivo y regulativo en la comunicación. Las características y rasgos personales como unidades psicológicas aisladas no determinan “per se” el éxito en el desarrollo de una actividad. La personalidad es indivisa, es una conjugación de elementos cognitivos y afectivos; por eso se ha reiterado que determinadas cualidades adquieren influencia sobre el comportamiento, a partir de su integración funcional. Sólo desde el punto de vista de la investigación es posible abstraer determinados factores y emplear técnicas específicas para conocer el estado de los mismos. (Zaldívar, 2.003).

La afectividad es la cualidad de las personas de expresar sus emociones, sentimientos y vivencias a través la satisfacción e insatisfacción tanto verbal como extra verbalmente. En la esfera afectiva es importante determinar cuáles son las cualidades favorables para el desempeño de una actividad y la posible presencia de alteraciones significativas de la personalidad que entorpezcan el desarrollo de la comunicación y del proceso laboral. (Wolf, 1.994).

Entre los principales elementos que componen la esfera afectiva que tienen incidencia en la comunicación, se pueden señalar las necesidades, los motivos, los intereses, las aspiraciones, las características personales y el equilibrio emocional. La comunicación tiene como base las necesidades que se desean satisfacer. La satisfacción de necesidades es importante para la aceptación, la comprensión o rechazo de la comunicación. (Wolf, 1.994).

La necesidad de comunicación

La necesidad de comunicación es una de la más vieja del hombre. Es una necesidad vital, igual que el hambre, la sed, la respiración, la reproducción y el movimiento. Para que el hombre sea hombre hay un factor fundamental, que tiene que comunicarse. (Zayas, 2.002).

Asertividad

Un requisito de la comunicación interpersonal es la asertividad como función de la autoestima, porque permite actuar a la persona según como piensa y en defensa de sus derechos, intereses, sin ser manipulados, ni manipular al interlocutor. Se basa en el respeto tanto de sí mismo como de las otras personas, conservando los límites y los valores. (Nosnik, 2.005).

La asertividad es una forma de comunicar equilibradamente e implica un alto desarrollo emocional. Las personas asertivas expresan lo que piensa, siente y actúa sin imponerse y perjudicar a nadie, ni dañar la autoestima y la dignidad de las personas, cuidando la imagen e intimidad y sin violar los límites de la individualidad. Es una persona que tiene una buena autoestima, opinión, y confianza sí mismo y se siente segura de sus posibilidades. (Nosnik, 2.005).

Según Nosnik (2.005) la asertividad es aceptar o tolerar el derecho de los demás a pensar, opinar, actuar. Esta cualidad se encuentra relacionada con el respeto al otro. Querer y respetar al otro no significa quererse y respetarse a uno mismo, sino quererse y respetar a los demás. La persona asertiva mantiene una relación transparente, auténtica con los otros, actuar con firmeza, sin agresividad, ni superioridad, ni prepotencia permite aceptar los propios errores y el de los demás.

Construcción inicial

Metodología

Población: Estudiantes de Quinto grado I.D.A.E.

Recursos

Humanos: Estudiantes y docente orientador

Materiales: Globos, papel periódico, colbón

Técnico: instructivo

Tiempo: 90 minutos

Procedimiento

Encuadre o Presentación

El docente ofrece a los estudiantes y demás participantes una bienvenida y un saludo y los invita a participar en la dinámica “El carrusel” para la cual el grupo se dispone en dos círculos: uno partes exterior y el otro parte interior de manera que los participantes

queden al frente de un compañero. A medida que el docente vaya dando palmas el círculo del exterior irá girando a la derecha y el interior a la izquierda, cuando el docente detenga las palmas los círculos pararan y se presentarán ofreciendo un estrechón de manos y diciendo un valor o cualidad que les identifique y así cada vez que el docente reinicie y pare el juego. Al final el docente llamará a uno de los participantes y preguntará a quienes tuvieron la oportunidad de hablar con este cuáles son las cualidades que le identifican.

Actividad inicial

El docente informa al grupo de estudiantes que la actividad del encuentro consistirá en elaborar una máscara personal a partir del empleo de un globo y papel periódico para lo cual se deberán seguir las siguientes instrucciones:

- Inflar el globo. Hacerle un nudo y atarlo con el cordón. Colgar el globo de algún objeto ya sea bajo techo o al aire libre.
- Cubrir el globo con varias capas de tiras de papel periódico. Dejarlo secar entre capa y capa.
- Para hacer una máscara de persona, disponer objetos y elementos con los que se pueda simular los ojos, la boca, la nariz y las demás partes del rostro.
- Cuando la máscara esté seca, recortar un agujero bastante grande para que entre la cabeza y quite el globo. Después recortar los agujeros para los ojos en la posición apropiada. Recortar el agujero de la boca o de la nariz para respirar. También perforar pequeños agujeros en la parte de atrás para ventilación.
- Pintarla, agregar decoraciones adicionales, tales como pelo de estambre, un sombrero, etc.

Cuando cada uno de los participantes tenga la máscara terminada se procederá a la ejecución de la actividad central.

Actividad central

Cada uno de los participantes presentará ante el grupo la máscara que elaboró y para ello se la colocará y cumplirá el siguiente procedimiento:

- Decir nombres completos
- Decir cuando en su vida común usa máscaras y por qué
- Cuál es su verdadera personalidad: cualidades y defectos
- Cuál es su compromiso para ser auténtico

A medida que los estudiantes vayan pasando a presentar su trabajo las máscaras se irán amontonando para hacer una reflexión final.

Retroalimentación y Evaluación

El docente hace énfasis en la importancia de ser auténticos para poder llegar a una comunicación efectiva y alcanzar el respeto y la confianza de las personas con las que se comparte diariamente, a la vez invita a los participantes a que expresen sus conclusiones sobre el trabajo realizado y los aprendizajes alcanzados.

Referente bibliográfico

Fernández, J. (1.995). *Comunicación Interpersonal*. Buenos Aires: Paidós

Movimiento de vida Cristiana. (2.011). *La Autenticidad*. Publicado <http://www.caminohaciodios.com/chd/37.html>

Nosnik, A. (2005). *Las comunicación productiva: Un nuevo enfoque teórico*. Tomado de www.razonypalabra.org.mx

Zaldívar, D. (2003). *Relaciones interpersonales*. La Habana, Ed Enpes.

Zayas, P. (2002). *Los fundamentos teóricos y metodológicos del proceso de selección de personal*. Tesis en opción al grado de Candidato a Doctor en Ciencias Psicológicas, Facultad de Psicología, Universidad de la Habana.

Wolf, M. (1994). *La investigación de la comunicación de las masas*. Madrid: Piados

TALLER No 9. “AMO Y RESPETO MI VIDA Y POR ESO TE RESPETO A TI”

Tema: Relaciones Interpersonales

Objetivo

Sensibilizar a los educandos sobre la importancia del manejo adecuado de las relaciones interpersonales por medio de un ejercicio de reconocimiento personal que favorezca la adecuada interacción en los ambientes cotidianos.

Metodología

Población: Estudiantes de Quinto grado I.D.A.E.

Recursos

Humanos: Estudiantes y docente orientador

Físicos: Corazones, caja decorada, mensajes, hojas, lapiceros

Técnicos: Instructivo

Tiempo: 45 Minutos

Justificación

El ser humano como ente social está llamado de manera permanente a construir relaciones efectivas con los demás de manera que adquiera habilidades y destrezas que le permitan afrontar situaciones de controversia y la construcción de relaciones de amistad y compañerismo basadas en el respeto, la tolerancia, la comprensión y el perdón.

Desde una visión teórica se afirma que las relaciones interpersonales están presentes en todos los ámbitos de la vida, son conductas concretas, de complejidad variable, que permiten que los individuos se sientan competentes en diferentes situaciones y escenarios así como obtener una gratificación social. Hacer nuevos amigos y mantener amistades a largo plazo, expresar a otros necesidades, compartir las experiencias y enfatizar con las vivencias de los demás, defender los intereses, etc. son sólo ejemplos de la importancia de estas habilidades. Por el contrario, sentirse incompetente socialmente puede conducir a una situación de aislamiento social y sufrimiento psicológico difícil de manejar. (Prieto, Illán y Arnáiz, 1995).

De la misma forma Illán y Arnáiz (1.995) expresan que las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en el desarrollo integral de la persona, puesto que a través de ellas, el individuo obtiene importantes refuerzos sociales del entorno más inmediato que favorecen su adaptación al mismo. En contrapartida, la carencia de estas habilidades puede provocar rechazo, aislamiento y, en definitiva, limitar la calidad de vida. Se entiende así, que el desarrollo de las relaciones interpersonales ha de convertirse en una de las prioridades más inmediatas de los entornos educativos durante las primeras etapas de vida del individuo, puesto que este es el período del encausamiento y el moldeamiento de las habilidades y destrezas en todas las áreas.

Específicamente, dentro del entorno educativo, es necesario que los educandos se sensibilicen ante la importancia de promover relaciones interpersonales basadas en el respeto, de tal manera que sean protagonistas en el fomento de un ambiente armónico consecuente con los procesos de enseñanza aprendizaje evitando la propagación de actitudes negativas como los gritos, los enfrentamientos y demás, que solo generan caos e inciden de manera negativa sobre los actores que diariamente participan en este entorno.

Marco Conceptual

Habilidades sociales o habilidades de relaciones interpersonales

Las habilidades sociales son las conductas o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal. Se tratan de un conjunto de comportamientos aprendidos que se ponen en juego en la interacción con otras personas (Monjas, 1999).

De acuerdo con Prieto, Illán y Arnáiz (1995), centrándose en el contexto educativo, las destrezas sociales incluyen conductas relacionadas con los siguientes aspectos, todos ellos fundamentales para el desarrollo interpersonal del individuo:

Las conductas interpersonales (aceptación de la autoridad, destrezas conversacionales, conductas cooperativas, etc.).

Las conductas relacionadas con el propio individuo (expresión de sentimientos, actitudes positivas hacia uno mismo, conducta ética, etc.)

Las conductas relacionadas con la tarea (trabajo independiente, seguir instrucciones, completar tareas, etc.)

Importancia de las relaciones interpersonales

Las habilidades sociales o de relación interpersonal están presentes en todos los ámbitos de la vida. Son conductas concretas, de complejidad variable, que permiten sentirse competentes en diferentes situaciones y escenarios así como obtener una gratificación social. Hacer nuevos amigos y mantener las amistades a largo plazo, expresar a otros las necesidades, compartir experiencias y empatizar con las vivencias de los demás, defender los intereses, etc. son sólo ejemplos de la importancia de estas habilidades. Por el contrario,

sentirse incompetente socialmente nos puede conducir a una situación de aislamiento social y sufrimiento psicológico difícil de manejar.

Todas las personas necesitan crecer en un entorno socialmente estimulante pues el crecimiento personal, en todos los ámbitos, necesita de la posibilidad de compartir, de ser y estar con los demás (familia, amigos, compañeros de clase, colegas de trabajo, etc.). Baste recordar los esfuerzos que, tanto desde el ámbito educativo como desde el entorno laboral, se realizan para favorecer un clima de relación óptimo que permita a cada persona beneficiarse del contacto con los demás, favoreciendo así un mejor rendimiento académico o profesional.

Habilidades Sociales Existentes

Existen numerosas habilidades sociales, algunas de ellas muy básicas y que son aprendidas a edades muy tempranas (fórmulas de cortesía como saludar, dar las gracias o pedir las cosas por favor), hasta otras habilidades mucho más complejas exigidas en el complejo mundo de los adultos (saber decir que no, negociar, ponerse en el lugar del otro, formular una queja sin molestar, etc.).

Prieto (2000), ofrece una relación de las habilidades que debe poseer el niño con necesidades educativas especiales y poner en práctica en el aula. Dichas habilidades le reportan refuerzo social y favorecen una relación gratificante con los demás compañeros.

Destrezas de supervivencia en el aula: pedir ayuda, prestar atención, dar las gracias, seguir instrucciones, realizar las tareas, participar en las discusiones, ofrecer ayuda, hacer preguntas, no distraerse, hacer correcciones, decidir hacer algo, marcarse un objetivo.

Destrezas para hacer amistades: presentarse, empezar y finalizar una conversación, participar en juegos, pedir favores, ofrecer ayuda a un compañero, hacer cumplidos, sugerir actividades, compartir, disculparse.

Destrezas para abordar los sentimientos: conocer los sentimientos y expresarlos, reconocer los sentimientos de los demás y mostrar comprensión ante ellos, mostrar interés por los demás, expresar afecto, controlar el miedo, otorgarse recompensas.

Destrezas sobre distintas alternativas a la agresividad: utilizar el autocontrol, pedir permiso, saber cómo responder cuando le molestan a uno, evitar los problemas, alejarse de las peleas, resolución de problemas, saber abordar una acusación, negociación.

Destrezas para controlar el estrés: controlar el aburrimiento, descubrir las causas de un problema, quejarse, responder a una queja, abordar las pérdidas, mostrar camaradería, saber abordar el que le excluyan a uno, controlar los sentimientos de vergüenza, reaccionar ante el fracaso, aceptar las negativas, decir “no”, relajarse, responder a la presión de grupo, controlar el deseo de tener algo que no te pertenece, tomar una decisión, ser honesto.

Procedimiento

Encuadre o Presentación

El docente saluda a los participantes, agradecen que participen de manera activa en el encuentro e inician con la presentación del tema, a través de una pequeña introducción sobre el concepto de relaciones interpersonales.

Escenario I: “Mis Debilidades y Mis Fortalezas”

Cada uno de los asistentes recibirá de manos del docente un corazón que estará dividido en dos partes. Se invita para que cada persona que recibió el corazón piense un momento sobre cuáles son sus debilidades (defectos) y cuáles son sus fortalezas (cualidades). Seguidamente a la reflexión personal de cada participante, el docente invita a que en el lado derecho escriban sus cualidades más sobresalientes y en el lado izquierdo sus defectos.

Socialización

El docente invita a los usuarios a compartir algunos de los aspectos escritos en el corazón y les preguntan ¿de qué manera las cualidades/defectos que consideran poseen pueden incidir en las relaciones interpersonales?

Cuando los educandos terminen de dar sus opiniones el docente informa que las relaciones interpersonales dependen en gran medida de la personalidad que cada uno tiene, y que por ello es necesario controlar los defectos y fortalecer las cualidades reconociendo que los demás se pueden ver beneficiados o perjudicados por las acciones que cada cual realiza.

Escenario II: “El cofre del positivismo y del gracias”

El docente invita a los participantes a acercarse a una cajita decorada que estará al frente y en la cual habrá una serie de mensajes sobre lo importante que es ser asertivo para mejorar las relaciones con los otros, el mensaje que se saque de la caja se entregará a otra de las personas que este en el área de trabajo. Cada mensaje se convierte en una fuente de motivación para la persona que lo recibe

Socialización

Se pide a los educandos leer el mensaje que recibieron, lo que significa y la invitación que se les hace a través del mismo.

Cierre y Devolución de Aportes

Las Psicólogas en Formación harán entrega de una pulsera cada usuario de las áreas de trabajo, con el mensaje: “*Amo y respeto mi vida y por eso te respeto a ti*”,

Referencias Bibliográficas

Illán y Arnáiz (1995). *Importancia de las relaciones interpersonales: preguntas y respuestas*. Artículo publicado en http://www.down21.org/act_social/relaciones/i_import_relacion/import_relacion.htm

Mojas, R. (1.999). *Importancia de las relaciones interpersonales*. Bogotá: Norma

Prieto, G. (2.000). *Tipos de habilidades sociales*. Artículo publicado en http://www.down21.org/act_social/relaciones/i_import_relacion/import_relacion.htm

Rivas, A. (2.001). *Habilidades sociales y relaciones interpersonales*. Publicación http://www.feaps.org/biblioteca/sexualidad_ydi/22_habilidades.pdf

3.3.5 Dónde se aplicará la propuesta

En la Institución Albert Einstein de Mosquera Cundinamarca, en el escenario específico del grado Quinto de la Básica Primaria.

4. CONCLUSIONES

El problema del Bullying en el ambiente educativo, se ha hecho cada vez más latente, razón misma que precisa la necesidad que desde los entes formadores, se diseñen propuestas de gestión, como medio de solución, pues de lo contrario el proceso de enseñanza aprendizaje, se verá cada vez más deteriorado.

Hoy en día cuando Colombia vislumbra la firma de un acuerdo de paz, los ambientes educativos deben asumir con entereza el proceso de sensibilización y movilización hacia la cultura de la paz, formando a las nuevas generaciones en el respeto y la aceptación por la diferencia, de manera que se prevenga toda forma de violencia.

Por medio de la identificación del problema de Bullying, se puede establecer desde la visión pedagógica, que una de las mejores formas para contrarrestarlo, se relaciona con el fortalecimiento de la identidad de la persona, es decir con un trabajo dirigido a la consolidación positiva del autoconcepto, la autoimagen y la autoestima, elementos que en sí mismo conforman el self de la persona, y van a permitir el desarrollo de habilidades y destrezas básicas para la interacción pacífica con los demás.

Los talleres diseñados en la presente propuesta de gestión, tienen como objetivo central la protección y fortalecimiento del self, en tanto elemento del orden personal, que permite a los seres humanos autoreconocerse y entrar en contacto con los demás de forma respetuosa, y siempre bajo la mirada de la consideración misma del principio de la dignidad humana, de este modo, la implementación de cada uno de ellos, debe estar acorde a las condiciones sociodemográficas y demás elementos que rodean el quehacer de los educandos.

La propuesta de gestión planteada en esta oportunidad, puede retomarse como base para la ejecución de un trabajo extensivo en toda la comunidad de la Institución Albert

Einstein y en otros ambientes escolares, a partir de un proceso de adopción de cada encuentro psicopedagógico a las condiciones particulares de las poblaciones.

5. RECOMENDACIONES

A LAS DIRECTIVAS DE LA INSTITUCIÓN ALBERT EINSTEIN

Integrar dentro de sus procesos académicos, propuestas de gestión dirigidas a la optimización de la convivencia del ambiente escolar, ofreciendo a los docentes la posibilidad de colocar al servicio de la formación de las nuevas generaciones, sus ideas y habilidades profesionales.

Liderar el proceso de implementación de la presente propuesta psicopedagógica, haciéndola extensiva a otros ambientes escolares de la localidad y el departamento.

AL CUERPO DOCENTE DE LA INSTITUCIÓN ALBERT EINSTEIN

Vincularse con el proceso de mejoramiento e implementación de propuestas de gestión como la presente, de manera que se conecte su quehacer diario con el principio de una formación integral, como base para el alcance de la cultura de la paz y la reconciliación.

Estar atentos a problemas emergentes como el Bullying escolar, siendo proponentes de soluciones coherentes cada situación particular, sin ser ajenos a situaciones que interfieren en el proceso de enseñanza aprendizaje, o limitarse al cumplimiento de sus horarios escolares.

A LOS ESTUDIANTES Y PADRES DE FAMILIA

Participar de forma activa y consciente en la implementación de la propuesta psicopedagógica, comprendiendo la riqueza de la diferencia y el valor del respeto como base para el encuentro con los demás.

Asumir un compromiso permanente, con la promoción de actitudes de respeto, tolerancia, escucha activa y asertiva, generando espacios para la resolución de conflictos de manera constructiva, evitando toda forma de violencia.

6. BIBLIOGRAFÍA

Avilés, J.M. (2003). *Bullying. Intimidación y maltrato entre el alumnado*.

Avilés, J.M. (2006). *Bullying: el maltrato entre iguales. Agresores, víctimas y testigos en la escuela*. Salamanca: Amarú ediciones.

Avilés, J.M. (2006). *Intervenir contra el Matoneo en la comunidad educativa*.

Barudy, J. *Infancia y globalización*. Esquema conceptual sobre la globalización como contexto de vida actual y su relación con los modelos de dominio, violencia y sufrimiento de las personas, especialmente de los niños. Jorge Barudy, es fundador del Centro Exil que ofrece programas de reparación médico-psico-social para inmigrantes víctimas de violación de los derechos humanos y de tortura.

Beane, A.L. (2006). *Aulas libres de acoso*. Barcelona: Ed. Graó.

Cerezo, F. (2001). *La violencia en las aulas*. Madrid: Pirámide.

Colegio Alderecho. (2011). *Seminarios Matoneo o Bullying. Junio 04 2011*.

Colegio Alderecho. (2011). *Seminarios Debido Proceso. Mayo 07 2011*.

Díaz Aguado, M. J. (2003). *Convivencia escolar y prevención de la violencia*. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.

Esperanza, J. (coord) (2001). *Convivencia escolar: un enfoque práctico*. Federación de Enseñanza de CCOO. Madrid.

- Fernández, I. (coord.) (2001). *Guía para la convivencia en el aula*. Barcelona: Cisspraxis.
- Graham, S., Juvonen, J. (eds.). (2001). *Peer harassment in school*. New York: The Guilford Press.
- Harris, S., Petrie, G.F. (2006). *El acoso en la escuela. Los agresores, las víctimas y los espectadores*. Barcelona: Paidós.
- Matamala, A., Huerta, E. (2005). *El maltrato entre escolares. Técnicas de autoprotección y defensa emocional*. Para alumnos, padres y educadores. Madrid: A. Machado Libros.
- Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenazas entre escolares*. Madrid: Morata.
- Ortega, R. (2000). *Violencia escolar, mito o realidad*. Sevilla: Mergablum.
- Ortega, R. (n.d.). *La convivencia escolar. Qué es y cómo abordarla*. Sevilla: Junta de Andalucía.
- Paredes, M, Álvarez, M, Lega, L y Vernon, A. (2008). Estudio exploratorio sobre el fenómeno del “Bullying” en la ciudad de Cali, Colombia. Recuperado en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v6n1/v6n1a10.pdf>
- Platero, R., Gómez, E. (2007). *Herramientas para combatir el Matoneo homofóbico*. Madrid: Talasa Ediciones.
- Serrano, A. (2006). *Acoso y violencia en la escuela. Como detectar, prevenir y resolver el Matoneo*. Barcelona: Ariel.
- Smith, P.K. (coord.) (2003). *Violence in schools. The response in Europe*. London: RoutledgeFalmer.

Smith, P.K., Pepler, D., Rigby. K. (2004). *Bullying in schools*. Cambridge: Cambridge University Press.

Suckling, A., Temple, C. (2006). *Herramientas contra el acoso escolar. Un enfoque integral*. Madrid: Morata

Sullivan, K., Cleary, M., Sullivan, G. (2005). *Bullying en la enseñanza secundaria. El acoso escolar: como se presenta y como afrontarlo*. Barcelona: CEAC.

Trianés, M. V. (2000). *La violencia en contextos escolares*. Aljibe: Málaga

Voors, W. (2005). *Bullying. El acoso escolar*. Barcelona: Oniro.

Aguerrondo, I. La escuela como organización inteligente, Buenos Aires, Troquel, 1996.
BRASLAVSKY, CECILIA, Acerca de la reconversión del sistema educativo argentino, 1984-1995, en Propuesta Educativa, Buenos Aires, Argentina, N°14, 1996.

Cortés Lutz G. La administración educacional y gestión educacional. (Consultado 22/09/07). Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos11/ladmyges/ladmyges.shtml>

García Leyva LA. Gestión educativa. Portal educativo. Ciudad de La Plata, Argentina. (Consultado 22/12/07). Disponible en: <http://www.prismaseducativos.com.ar/index2.htm>

Martín F. Evaristo. Gestión de instituciones educativas inteligentes. Un manual para gestionar cualquier tipo de organización.

ANEXOS

ANEXO 1

Reportes de observación

MANUAL

Tentativa de mantener una mejor comunicación con los padres y su apoyo para poder intervenir adecuadamente en los comportamientos académicos y comportamentales del niño.

ANEXOS

1) El estudiante y sus compañeros en la sala de clases, se le llama "PAPA" y se le llama "PAPA" cuando se le llama "PAPA" y se le llama "PAPA" cuando se le llama "PAPA".

2) Al hacer mi asistencia en el día de hoy en la sala de clases de 5º y 6º grado, me encuentro en la zona de las escaleras y cuando se acerca el niño Juan Andrés, venía del curso 5º para comentar que su compañero Fabian Danilo Romo se encontraba hablando por un golpe propinado por el niño Leonardo Morales, yo le pido el favor al Juan Andrés que me llame a los dos niños y establecer que sucede, al escuchar las dos versiones remito a la Coordinadora de Convivencia Social de primaria para el manejo del caso.

3) Son atendidas las situaciones en la coordinación de convivencia social, se resuelven las versiones de los niños, se resuelve el caso.

Afectos

15 Debido a los incidentes llamados de atención por generar indisciplina en clase de ética y valores, se le hace llamado de atención ya que agredió físicamente a un compañero dando una palmada en su cara, acción que sucede por hacer caso omiso a las recomendaciones dadas por la docente, en la misma clase y ante la negativa de pedir un borrador lo tomó sin permiso lanzándolo irrespetuosamente a la parte de atrás del salón al pedirle que se disculpara con la niña nuevamente hizo caso omiso y en cambio se fijo a punta pisa el borrador mostrando una actitud desafiante ante la docente y compañeros. Se hace reflexión de las consecuencias que acarreó la reincidencia su comportamiento acorde a los compromisos adquiridos en coordinación de convivencia social por lo tanto continúa debido proceso.

Se cita a los padres para el día 17 de marzo de 2015 a las 7:00 am por parte de convivencia social.

Aspectos

5 El estudiante frecuentemente en clase de ESPAÑOL, genera discusiones e indisciplina en la misma, reacciona indisciplinada a sus compañeros, pues los molesta, los ofende, los interrumpe su trabajo; hace caso omiso a las indicaciones y/o sugerencias de la docente, no atiende explicaciones, interrumpe constantemente, permanece fuera del puesto cuando debe estar realizando las actividades propuestas en la clase. Ofende a sus compañeros con expresiones de burla y les falta al respeto, les ofensa la pierda obstaculizándoles el paso, cuando van a presentar su trabajo. Se evidencia la falta de respeto a las normas de la clase.

Por otra parte, no desarrolla las actividades en la clase. Si cuando se tiene muy incompletas las apuntes. Se le ha enviado nota en la que se le pide al respecto, pero no se evidencia interés alguno por pensarse al día. En las clases se han buscado varias estrategias para el trabajo.

El proceso de observación durante las supervisiones y jornada de recreo, se realizó con un énfasis especial en los signos y síntomas que se evidenciaban del problema del Bullying, proceso que permitió establecer actitudes y comportamientos que interferían en la sana convivencia de los educandos.

ANEXO 2

Observador del estudiante

INSTITUTO DIVERSIFICADO ALBERT EINSTEIN

FORMATO SEGUIMIENTO DE CURSO
ASESORIA DE CURSO

DIFICULTADES		CAUSAS	ALTERNATIVAS DE SOLUCION	PRIMA EDUC
En sus clases		En asamblea se dan pautas para una sana convivencia	En asamblea se dan pautas para una sana convivencia	
En sus trabajos académicos		Falta de responsabilidad	Se hacen reflexiones	
En sus trabajos básicos y presentados		Falta de involucrar los valores necesarios para una sana convivencia	Se hace la importancia de ser responsables y de adquirir buenos hábitos de estudio	
En sus trabajos académicos		Falta de involucrar los valores necesarios para una sana convivencia	Con el estudiante debe ser continuo el trabajo	
En sus trabajos académicos		No se evidencia compromiso por su desempeño académico	Proceso donde se realizan intervenciones de tipo pedagógica y reflexiva	
En sus trabajos académicos		Falta de involucrar los valores necesarios para una sana convivencia	adquiriendo serios compromisos en toda la normativa institucional	
En sus trabajos académicos		Falta de involucrar los valores necesarios para una sana convivencia		

INSTITUTO DIVERSIFICADO ALBERT EINSTEIN

FORMATO SEGUIMIENTO DE CURSO
ASESORIA DE CURSO

NOMBRE DE SECCION: BASICA PRIMARIA		ASESOR: María del Carmen Dorado	
CULPADES	CAUSAS	ALTERNATIVAS DE SOLUCION	TI
803	La mayoría de estudiantes vienen de diferentes instituciones, sus pautas de comportamiento no se adaptan a las de la institución.	Se socializa el manual de convivencia. Se dan pautas para una sana convivencia. Con el estudiante Leonardo Morales se hace reflexión acerca de su comportamiento. El estudiante reflexiona y manifiesta su deseo de mejorar para continuar el curso, se inicia el debido proceso para realizar el seguimiento correspondiente con el estudiante.	
	El estudiante Leonardo Morales ha mostrado una actitud desfavorable hacia la convivencia del curso, se muestra agresivo, no acata normas y constantemente genera molestias.	El estudiante reflexiona y manifiesta su deseo de mejorar para continuar el curso, se inicia el debido proceso para realizar el seguimiento correspondiente con el estudiante.	

El observador del estudiante, permite a los docentes, destacar habilidades y fortalezas de los educandos, así como limitaciones y debilidades, estas últimas con el fin de trabajarse desde el departamento de psico orientación y con actividades de mejoramiento individual y grupal

ANEXO 3

ACTA DE COMPROMISO DEL PADRE DE FAMILIA

Señor
Armando Serrano
La Ciudad.

En relación a su negativa a aceptar la sanción disciplinaria de un (1) día de su hijo **MARTIN SAMUEL SERRANO** del grado 501, y analizando las razones expuestas se encuentra:

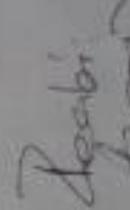
PRIMERO: Si existe el debido proceso en el caso de su hijo, porque se citaron a los Padres de Familia y en su presencia los alumnos reconocieron la falta, lo que significa confesión de parte.

SEGUNDO: No puede exigirse en el presente caso que previamente se hayan calificado faltas leves, porque esta calificación corresponde al hecho ocurrido, que en el presente caso por tratarse de una agresión mutua, el Manual de Convivencia la tiene como falta gravísima.

TERCERO: En conclusión hay una confesión de haberse realizado y ese hecho se establece como falta gravísima con suspensión de tres (3) a cinco (5) días y que por la edad de los inculcados se disminuye a un (1) día.

Bajo lo anterior se confirma la sanción

Atentamente,







JAVIER IGNACIO FRANCO VARGAS
Rector

Calle 2 No. 1-13 Este PBX: 627 6398 - 627 5185 - 627 4529 Mosquera - Curridamarca

El acta de compromiso de padres de familia, es una herramienta, mediante la que se informa a los acudientes o responsables de los estudiantes, sobre aspectos que interfieren en el normal proceso de enseñanza aprendizaje y la formación integral, el fin esencial es que los padres de familia se integren en los proceso de intervención y asumen el reto de movilizar a los estudiantes a la superación de dificultades en todos las dimensiones.

ANEXO 4
MISIÓN Y VISIÓN INSTITUCIONAL

Proyecto Educativo Institucional

El proyecto educativo del INSTITUTO DIVERSIFICADO ALBERT EINSTEIN se fundamenta en las propuestas teóricas expresadas en la Ley 115 de 1994 Artículo 5, 73 y 87 y reglamentada en el art. 17 del Decreto 1860 del 3 de Agosto de 1994.

Misión

“ El Instituto Diversificado Albert Einstein, de carácter privado, ofrece educación formal técnica a niños, niñas y jóvenes mediante procesos pedagógicos que estimulan la acción comunicativa, la creatividad y la investigación, en el desarrollo de sus talentos y habilidades, para que sean capaces de mejorar su calidad de vida y aporten al desarrollo de la sociedad, siendo buenos cristianos y honestos ciudadanos”.

Visión

El Instituto Diversificado Albert Einstein estará posicionado como líder innovador y vanguardista en la región, sobresaliendo por su excelencia académica, técnica, deportiva y cultural, en el estilo de Don Bosco, con personas que vivencian los valores humanos en el contexto social, capaces de ser gestores en el campo empresarial y laboral.

La misión y visión del Instituto Albert Einstein va en caminata a la formación integral, pudiendo evidenciar un compromiso continuo con el mejoramiento social en el plano interno, local, regional y nacional, y siempre bajo el ideal de una educación en y para la convivencia y el desarrollo.

ANEXO 5

ENCUESTA A DOCENTES

INSTITUTO DIVERSIFICADO ALBERT EINSTEIN

Mosquera – Cundinamarca

ENCUESTA DIAGNÓSTICA PARA DOCENTES DE BÁSICA PRIMARIA DE INSTITUTO DIVERSIFICADO ALBERT EINSTEIN

Apreciado docente, a continuación encontrará una serie de cuestionamientos con distintas opciones de respuesta entre las cuales es importante contar con su sinceridad al momento de responder; ya permitirá identificar las percepciones de referentes al Bullying y la construcción del self entendiéndose como estructura psíquica que se expresa fenomenológicamente a través de la generación de un sentimiento sano de mismidad, de autoestima y de bienestar psicológico (auto concepto).

BULLYING Y CONSTRUCCIÓN DEL SELF	Totalmente de acuerdo	Medianament e en acuerdo	Indeciso	Medianament e en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1. El Bullying es un problema temporal que no afecta a los involucrados					
2. Cualquier forma de agresión hacia los compañeros/as es una forma de hacerse respetar					
3. En los problemas de agresión escolar el único afectado es la víctima					
4. El agresor es una persona con un autoconcepto muy alto.					

5. En el Bullying el agresor y el agredido ven afectada su identidad.					
6. Toda forma de maltrato repetida hacia un compañero o compañera no puede considerarse como Bullying.					
7. No se hace necesario seguir las manifestaciones de agresión en el medio escolar.					
8. El Bullying afecta de manera significativa la autoestima del matoneado.					
9. El autoconcepto positivo permite no ser víctima ni victimario en los casos de Bullying escolar.					
10. La identidad del agresor en los casos de Bullying está definida en la mayoría de ocasiones por un ambiente familiar y social hostil.					
11. Es importante como medida preventiva frente al problema del Bullying reforzar la autoestima y el autoconcepto.					
12. La identidad del agresor y del agredido no pueden modificarse.					
13. La movilización hacia una					

autoestima y autoconcepto favorable son una buena estrategia para superar el Bullying.					
14. Auto valorarse es indispensable para no agredir y no dejarse agredir.					
15. Existe una relación directa entre relaciones interpersonales favorables y un autoconcepto positivo.					
16. El Bullying incide sobre el autoconcepto.					
17. El autoconcepto es afectado por el Bullying					

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Encuesta aplicada a docentes para diagnosticar su visión ante el problema del Bullying, tratando de identificar su nivel de reconocimiento en cuanto a la relación del mismo y la construcción de la identidad de la persona.



ANEXO 6

ENCUESTA A ESTUDIANTES

INSTITUTO DIVERSIFICADO ALBERT EINSTEIN

Mosquera – Cundinamarca

ENCUESTA PARA ESTUDIANTES GRADO QUINTO

GÉNERO: F __ M __ EDAD: __ GRADO: __ ESTRATO SOCIOECONÓMICO: __

INSTRUCTIVO: A continuación aparecen una serie de preguntas relacionadas con el fenómeno de Bullying escolar, a las cuales se solicita contestar de la manera más sincera posible.

OBJETIVO: Identificar los signos y síntomas de Bullying escolar presentes entre los estudiantes del Instituto Diversificado Albert Einstein.

1. ¿Ha recibido por parte de alguno de sus compañeros de Colegio alguna agresión física o psicológica (apodo, malas palabras, ofensas)?

SI __ NO __

2. ¿Es usted promotor del uso de apodos o sobrenombres hacia sus compañeros de colegio o del salón de clase?

SI __ NO __

3. ¿Ha sido testigo de alguna acción agresiva hacia un compañero de Colegio?

SI __ NO __

4. De acuerdo a su percepción en su institución educativa la agresión entre compañeros, sea física o psicológica, es:

Muy frecuente ____ Ocasional ____ poco frecuente ____ no se presenta ____

5. En actividades deportivas o recreativas, ¿se presentan síntomas de agresión entre compañeros?

SI __ NO __

6. El uso de palabras ofensivas, discriminantes y los enfrentamientos verbales entre compañeros, de acuerdo a su percepción afecta el desarrollo de la personalidad?

SI __ NO __

7. Las características físicas, conductas, pensamientos y sentimientos expresados, son un motivo de burla por parte de los compañeros?

SI __ NO __

8. cuál acción es más frecuente entre los estudiantes del colegio o del salón de clase:

Agresiones físicas ____ malas palabras ____ apodos ____

9. ¿En su comunidad educativa se presentan acciones encaminadas a colocar en ridículo a una persona que no es aceptada o tolerada?

SI __ NO __

10. ¿Las situaciones de agresión o enfrentamiento entre compañeros son socializadas e intervenidas por las instancias institucionales a quienes les corresponde?

SI __ NO __

11. ¿En la Institución educativa se han hecho procesos de sensibilización y movilización entorno a la necesidad de superar la agresión entre escolares?

SI __ NO __

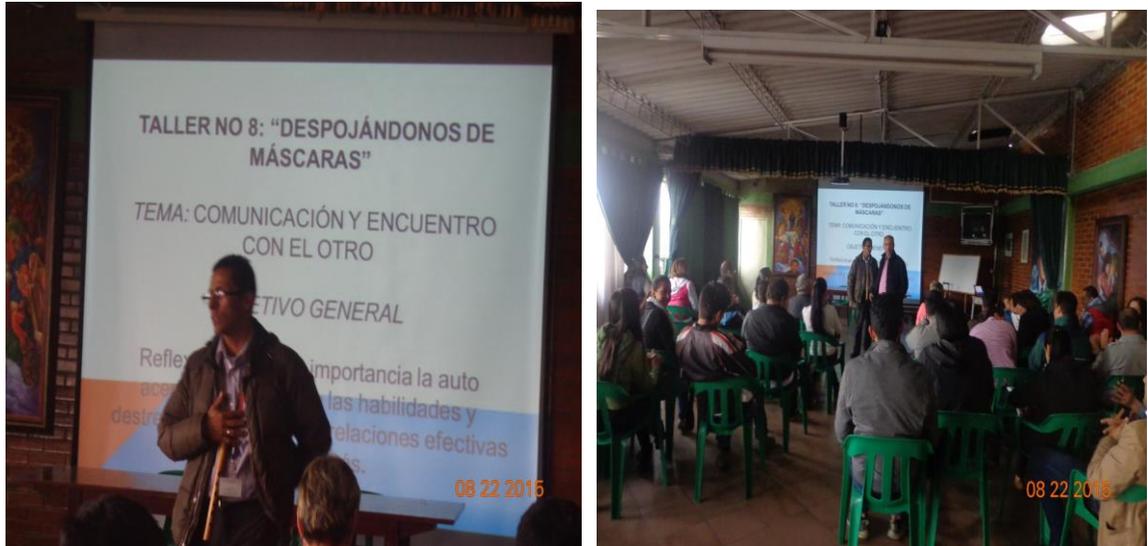
12. De uno a diez, siendo 10 el nivel más alto y 1 el nivel mínimo de agresividad entre escolares, califique la presencia de este problema en su institución educativa _____

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Instrumento aplicado a los estudiantes para determinar el nivel de consciencia que se tenía frente al problema del Bullying, de forma particular sobre aquellas situaciones que evidencian su existencia en el medio educativo.

ANEXO 7

FOTOGRAFÍAS SOCIALIZACIÓN DE LA PROPUESTA



Proceso de sensibilización que se realizó al cuerpo docente y a las directivas de la institución educativa entorno a la propuesta diseñada y su importancia en pro de un mejoramiento continuo. Estos espacios permitieron que los docentes dimensionaran el compromiso real que se tiene en la formación integral de los niños y jóvenes.

CRONOGRAMA PARA EL DESARROLLO DE LA PROPUESTA

ACTIVIDAD	FEBRERO				MARZO				ABRIL				TIEMPO	LUGAR	RESPONSABLES	
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
Taller No 1 “conectémonos con nuestro ser”														2 Horas	Aulas de clase	Orientador y Docente titular
Taller No 2. “espejito, espejito, ¿quién soy yo?”														2 Horas	Aulas de clase	Orientador y Docente titular
Taller No 3: “el afiche de mi vida”														2 Horas	Aulas de clase	Orientador y Docente titular
Taller No 4: “un pensamiento positivo construye”														2 Horas	Aulas de clase	Orientador y Docente titular
Taller No 5. “el escudo de las emociones y pensamientos positivos”														2 Horas	Aulas de clase	Orientador y Docente titular
Taller No 6: “limpiando nuestra mente”														2 Horas	Aulas de clase	Orientador y Docente titular
Taller No 7. “despojándonos de aquello que no nos deja ser amigos”														2 Horas	Aulas de clase	Orientador y Docente titular

Taller No 8: “despojándonos de máscaras”												2 Horas	Aulas de clase	Orientador y Docente titular
Taller No 9. “amo y respeto mi vida y por eso te respeto a tí”												2 Horas	Aulas de clase	Orientador y Docente titular
Proceso de Evaluación. Coevaluación y autoevaluación de la propuesta												2 Horas	Aulas de clase	Orientador y Docente titular
Elaboración del informe sobre el desarrollo y resultados generales de la propuesta												2 Horas	Aulas de clase	Proponente