



DESDE ABRIL DE 2012

COMUNICACIÓN EDUCATIVA:

una reflexión desde los modelos pedagógicos

Vocación de servicio:
El sello indeleble del
maestro en función

Técnicas de Comunicación Electrónica (TIC)
¿Amigos o enemigos de la educación?
Segunda de dos partes

MAESTRÍA EN EDUCACIÓN EN LÍNEA



**INICIO
DE CURSOS**
Febrero 2023

Ventajas DE ESTUDIAR LA MAESTRÍA EN EDUCACIÓN EN LÍNEA

-  MANEJAS TU TIEMPO
-  UNA ASIGNATURA
POR MES
-  FOMENTO A LA
INVESTIGACIÓN
-  CONTAMOS CON
FOROS, WEBINAR Y
VIDEO CONFERENCIAS
-  MATERIALES DE
AUTOESTUDIO
-  PLAN MODERNO

MENSUALIDAD*
\$2,500.00

**CONSULTA
NUESTRO PLAN CURRICULAR
Y REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN EN
www.ciinsev.mx**

Editorial

Sólo quien se dedica a la docencia con verdadera vocación de servicio comprende la importancia, la trascendencia que conlleva esta maravillosa profesión.

Ser docente implica un gran compromiso porque el maestro no trabaja con máquinas, no utiliza herramientas para el desarrollo de su actividad. El maestro vierte sus conocimientos a cerebros, a inteligencias de niños y jóvenes que los podrán aprovechar o no dependiendo de muchas circunstancias, una de ellas será seguramente la comunicación, la empatía que exista entre maestro y alumno.

El maestro debe tener siempre presente que el primer objetivo que debe alcanzar para que se dé una estrecha relación con el alumno, es la aceptación, puesto que, si existe una barrera entre educador y educando de nada servirán los títulos, la experiencia o los conocimientos adquiridos a través de los años; en cambio todo es más agradable cuando se da un trato donde reina la confianza, la sana convivencia dentro y fuera del aula.

El maestro no debe preocuparse únicamente por sacar adelante los planes y programas de una determinada asignatura, si en verdad se propone dejar un recuerdo imborrable en la mente de sus estudiantes, procurará ir sembrando la semilla que les permita ser en un futuro, personas de bien, buenos hijos, buenos ciudadanos, padres de familia responsables. Ser testigo de que quienes fueron sus alumnos, hoy son brillantes profesionistas integrados de lleno a la sociedad, es una de las mayores satisfacciones que puede tener un maestro.

Compañero maestro ten siempre presente que estás educando desde que ingresas a la escuela, a través de tu apariencia física, la pulcritud, la combinación de tu vestuario, la personalidad que irradias al caminar, saludar, hablar, conversar con el personal. La autoridad que impones con tu sola presencia sin necesidad de gritos, amenazas, castigos. Esa autoridad que es propia de personas, honestas que primero respetan para después exigir respeto. Todos esos pequeños grandes detalles no pasan desapercibidos por los estudiantes y les permiten formarse una idea de quién es y cómo es su maestro.

Como podrás darte cuenta, querido maestro, querida maestra, no es tan sencillo cumplir cabalmente con esta trascendental profesión, pero cuando sentimos que en algo hemos influido positivamente en la formación del carácter y personalidad de nuestros alumnos, podemos sonreír orgullosos que hemos cumplido con el gran compromiso de ser maestros.



Multiversidad
Management

DIRECTORIO

Consejo de Administración

Lenin Alberto Figueroa Gamboa
Presidente

Fabiola Gárate Guzmán
Dirección Editorial

Rosa Guadalupe Osuna Copado
Dirección de Marketing

Raúl Armando Aguilar Rendón
Dirección de Ventas

Guillermo Giovanni Pérez González
Dirección de Comunicación y Tecnología

Leonardo Pineda Albarran
Producción y Diseño
Diseño de portada

Guadalupe Encinas Franco
Corrección Editorial

M Multiversidad Management, revista bimestral octubre - noviembre 2022. Editor Responsable: Fabiola Gárate Guzmán. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor: 04-2021-012516035400-203. Difusión vía red de cómputo. Número de Certificado de Licitud de Título y Contenido: 15963. Domicilio de la Publicación: Av. Acueducto No. 6851, piso 1 Local-6, Col. Real de Acueducto, C.P. 45116, Zapopan, Jalisco. Imprenta: Reproducciones Fotomecánicas, S.A. de C.V., Domicilio: Durazno No.1, Colonia San José de las Peritas, C.P. 16010, Delegación Xochimilco, México, D.F. Los espacios publicitarios que aparecen en esta revista son responsabilidad única y exclusiva de los anunciantes. La información, opinión, análisis y contenido de esta publicación es responsabilidad de los autores que la firman, razón por la cual la casa editorial no asume ninguna responsabilidad.

CONTACTO

revista@multiversidadlatinoamericana.edu.mx
800 506 52 27 Ext. 163

PUBLICIDAD

Publicidad y Ventas

Raúl Armando Aguilar Rendón
raul.aguilar@revistamultiversidad.com

Oficinas de Representación

Guadalajara, Jalisco
publicidadgd@revistamultiversidad.com
México, Distrito Federal
publicidaddf@revistamultiversidad.com

Contenido

Salud mental:

¿Un reto clave para los líderes en el mundo laboral?
Larisa Álvarez Freer

8

Responsabilidad afectiva en el aula:

¿Será la clave de la mejora de los aprendizajes?
Francisco Cháirez

14

El eterno debate sobre el dinero como generador de felicidad

Luis Raúl Billy Irigoyen Carrillo

20

¿De qué forma la era digital afecta a la construcción de la autoestima y la imagen corporal en la adolescencia?

Charo Gutiérrez Gea

26

Vocación de servicio:

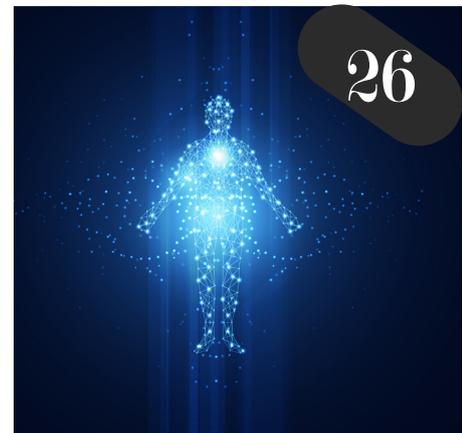
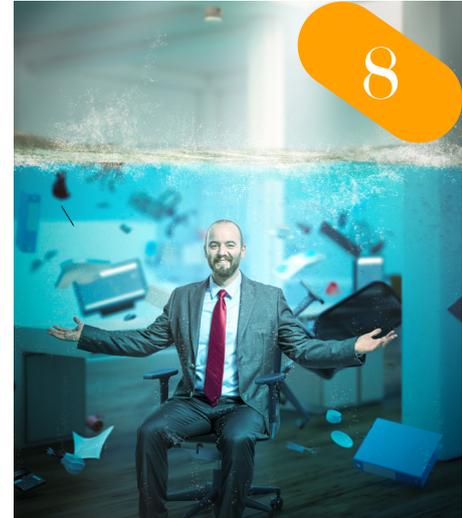
El sello indeleble del maestro en función
Gladys Edith Pérez Robles

30

Comunicación educativa:

Una reflexión desde los modelos pedagógicos
María Rosa Alfonso García

36





30



48



74



36



54

Técnicas de Comunicación Electrónica (TIC)

¿Amigos o enemigos de la educación?

Segunda de dos partes

Martha Eugenia Serrano Limón

42

Diagnóstico de las relaciones de confianza por qué su mejora impacta en la permanencia escolar

María de Lourdes González Peña

48



42



64

La motivación como recurso para propiciar el aprendizaje en estudiantes de primaria.

El caso de una escuela en el estado de Guerrero

Irving Donovan Hernández Eugenio

54

Aprendizaje y desarrollo en la empresa, muerte por inanición o coma por sobredosis

Sergio Arturo Jaime Mendoza

64



68

Lo que la pandemia nos ha traído

Aprendiendo sobre nuestras herramientas emocionales

Susana Cajiga González

68

¿Dónde está mi media naranja

Cynthia Lucía Menchaca Arizpe

74

LA COMUNICACIÓN NOS UNE

Nos interesa saber tu opinión.



/Multiversidad.Management

Los felicito, no conocía su revista, cada edición se pone mejor, tienen muy buenos artículos y es muy interesante.

Domingo Celis

Me encanta su revista, estoy esperando ya la próxima edición estoy segura de que también tendrá temas muy buenos.

Lolita Vizcarra

Excelentes temáticas, siempre es un placer leer su revista. Cada que sale la esperamos con gusto. Saludos desde Obregón.

Lucía Cornejo



contacto@revistamultiversidad.com

Ser docente implica tener vocación de servicio hacia nuestros alumnos, agradezco mucho a su revista por las estrategias que implementan en los artículos de manera general para nosotros los maestros.

Mario Rodríguez

Es una pena que ya no impriman la revista, digital también es buena, pero no hay como tenerla física.

Soledad Sánchez

Soy estudiante de la Lic. en Educación y la verdad su revista me ha favorecido mucho en mis trabajos de investigación.

Lupita Manzano

Me gustaban mucho los temas elaborados por la Dra. Yordanka Masó, es una pena que ya no esté con nosotros, el legado de artículos que deja, realmente valen oro.

Luis Alberto Monge

Hay un tema que trata acerca de los nuevos retos de la nueva reforma curricular en la educación básica, está excelente, porque nos plantea que la nueva forma reforma que está proponiendo la SEP debe vencer una serie de retos de carácter pedagógico.

Moisés Aguayo



Revista
Multiversidad
Management

DISFRUTA DE TODAS NUESTRAS REVISTAS COMPLETAMENTE GRATIS

WWW.REVISTAMULTIVERSIDAD.COM





Multiversidad
Latinoamericana

BACHILLERATO

MODELO BASADO EN COMPETENCIAS

MÁS DE 25 AÑOS DE
EXPERIENCIA

Y MÁS DE
20 CAMPUS



Bachillerato



¡Por una generación de
innovación y emprendedurismo!

NOS DISTINGUE



Alto nivel Académico



¡El cuidado de la salud de nuestro
alumnado es lo primero! Contamos
con un eficiente protocolo sanitario.



Potenciamos tu
desarrollo integral.



Docentes
altamente
capacitados.



Clases de calidad en nuestros
4 modelos educativos: presencial,
virtual, mixto e híbrido.



Empleo de
plataformas
de aprendizaje.

PONEMOS LA CALIDAD EDUCATIVA
AL ALCANCE DE TUS MANOS

TAMBIÉN
CONTAMOS
CON:

BACHILLERATO VIRTUAL

TERMINA TUS ESTUDIOS EN SÓLO 2 AÑOS



RVOE
EDUCACIÓN SUPERIOR
16/1165

SALUD MENTAL:

¿Un reto clave para los líderes en el mundo laboral?

Larisa Álvarez Freer

La historia reciente ha sido por decir lo menos turbulenta, hemos experimentado cambios súbitos en todos los ámbitos; en nuestro entorno social, escolar, familiar e incluso en el laboral. Nos guste o no, nos hemos tropezado con la exigencia de desarrollar la capacidad de recuperarnos y de adaptarnos a esta nueva realidad. En este artículo abordaremos las estrategias necesarias para vencer las dificultades a las que nos enfrentamos.

Al descubrir la gravedad de la emergencia sanitaria en la que nos encontramos, expertos alrededor del mundo, e inclusive la Organización Mundial de la Salud (OMS), predijeron el peligro psicológico que los cambios a los que nos vimos sujetos podían acarrear. Desgraciadamente, sus predicciones fueron acertadas.

La Universidad Autónoma de Barcelona junto con la Facultad de Psicología de la Universidad de la República, y el Programa UNISA (Universidad Saludable) realizaron un estudio internacional a través de una encuesta online anónima llamado PSY-Covid-19. Su finalidad fue crear una base de datos en abierto que permitiera a equipos y autoridades sanitarias a nivel mundial, acceder a una métrica común con los efectos psicológicos causados por la pandemia, además de las medidas de restricción de movilidad para el control del **SARS-CoV-2**. Desgraciadamente, los resultados arrojaron que cerca de la tercera parte de los encuestados mostraba síntomas de ansiedad y otro 35% de depresión.

Nos guste o no, nos vemos obligados a desarrollar o a recurrir a nuestra

capacidad de recuperación propia para adaptarnos a los nuevos niveles de estrés, y encontrar formas de crecimiento para ajustarnos a la crisis. Sin embargo, en el caso que pudiéramos conseguir superar el conflicto de forma individual, ¿cómo lograr que un equipo se vuelva resistente a los cambios?

Conforme a la disminución de las medidas de seguridad y el regreso a la normalidad, muchas organizaciones empiezan a retomar el trabajo presencial. Es necesario que los líderes se centren en crear un entorno que respalde el sentido de pertenencia, junto con la motivación que sus subordinados requieran. ¿Cómo planear el apoyo de los equipos en esta próxima fase? La respuesta es creando un ambiente laboral con fortaleza mental y asertividad.

El duelo en el ambiente laboral

¿Obtenemos algún beneficio al evitar el duelo en el trabajo? La respuesta se vuelve apremiante pues no solo nos enfrentamos a las consecuencias de la crisis económica y sanitaria de los últimos meses, sino al cambio climático, la injusticia racial, el aumento de la inseguridad, y sobre todo al sentimiento de culpa de abandonar nuevamente a las familias para volver a la labor presencial. Esta y otras razones dejan al empleado con una necesidad completamente natural de llorar. Pero, a pesar de los efectos positivos de un luto saludable, es un desafío hacerlo en el lugar de empleo. Un duelo mal procesado, puede desencadenar en una baja significativa de productividad, debido a la melancolía, estrés, accidentes o depresión. Incluso en casos severos, se incrementa el riesgo del burnout.

En México, solo un reducido número de organizaciones tienen políticas de apoyo a sus empleados en cuestiones de duelo. Sin embargo, el soporte social que las empresas otorguen es primordial para gestionar los diferentes niveles que el luto presenta. Es necesario incluir programas, cursos y estrategias para evitar caer en un problema mayor.

- Brinde ayuda de un profesional asegurándose que el empleado tenga acceso a un psicólogo.
- Ofrezca flexibilidad en el horario.
- Reduzca la carga laboral.
- Fomente el apoyo entre compañeros de trabajo.

Es urgente encontrar el equilibrio entre el duelo y el logro de las metas profesionales. Como colegas, equipo o líderes de trabajo, es necesario llevar a cabo los procesos para apoyarnos en el que quizá sea el momento histórico más desafiante que enfrentemos para crear una cultura laboral **resiliente**.

La resiliencia como herramienta de crecimiento

Los niveles de estrés, ya eran motivo de preocupación antes de la pandemia. Un estudio realizado por IBM a finales del 2015, donde se encuestó a más de 5 mil altos ejecutivos en 70 países, arrojó como resultado que el alcance, la escala y la velocidad en los negocios creció a un ritmo tan desproporcionado, que provocó la necesidad de exigir una forma frenética de trabajar. Esta situación llegó a ser tan extremadamente agotadora y competitiva que, se le tuvo que requerir al trabajador estar siempre conectado y receptivo para resolver cualquier conflicto a cualquier hora.

Pronto, nos dimos cuenta que el rendimiento de las instituciones disminuía y que era necesario hacer algo al respecto. Sin embargo, a pesar de las buenas intenciones, no es fácil crear resiliencia en un contexto profesional contemporáneo y mucho menos si lo aunamos a las consecuencias de la crisis sanitaria. Se ha creado un entorno complejo y demandante que es un reto resolver.



Aunque la capacidad que tenemos para recuperarnos después de la tragedia se construye por medio de actitudes que son posibles de cultivar, la resiliencia no es inherente en las personas. Debemos seguir un determinado grupo de comportamientos para generar la habilidad de mantener el equilibrio emocional, manejar emociones fuertes y mantenernos optimistas en el transcurso de una crisis. ¿Cuáles son estas actitudes?

Mantenga una actitud positiva contra el estrés crónico

Hemos establecido la existencia de una relación directa entre el estrés negativo, el bienestar emocional de los trabajadores y la productividad. Es ineludible buscar herramientas para lidiar con el problema. Para empezar, es preciso diferenciar los dos tipos de estrés: el **eudaemónico** (próspero por su etimología) que beneficia el trabajo en equipo y la salud, y el **crónico**.

El primero, más que una clase de tensión se refiere a un nivel. En etapas iniciales la presión laboral nos motiva a esforzarnos al máximo y nos mantiene motivados sin afectar la salud.

Al ser capaces de mantenerlo por un espacio de tiempo prolongado, en conjunto con las metas que nos ayudan a lograr, nos proporciona una fase de felicidad y logro. El problema es que, junto con el ajetreo de la modernidad, hemos llevado este tipo de motivación al extremo. Una vez que cruzamos la línea de alto rendimiento, el estrés empieza a tener un efecto nocivo que, si no es detenido, conduce no solo al agotamiento extremo, sino a lo que únicamente puede ser equiparado a un estado de angustia, y que también es desencadenante de enfermedades crónicas.

1

Cambie el diálogo interno



La neurociencia determina que algunos rasgos de personalidad van de la mano de la actitud y el pensamiento positivo. Aunque el pesimismo es contagioso, si la tendencia de un grupo es la preocupación y la desconfianza, puede ser entrenado para el cambio.

El pensamiento positivo no significa ignorar las situaciones desagradables del entorno, sino en verlas desde una perspectiva productiva afirmando que va a pasar lo mejor en vez de lo peor. La positividad comienza con un diálogo interior que surge de la lógica que cada individuo tiene.

Una forma de mejorar el diálogo interno, es evitar las ideas erróneas y preconcebidas, o crearse expectativas irreales. Por ejemplo, el rumor de un despido generalizado con indemnizaciones risibles, puede colapsar la moral de una empresa que no tardará en ser seguida por una baja productividad.

No permita la proliferación de rumores. La información es causal directa de pensamiento positivo, promuévala.

2

Ejercite su atención plena



Las grandes compañías están invirtiendo cada vez más en ejercitar la atención plena de sus empleados, con excelentes resultados. De acuerdo con la neurociencia mejora la flexibilidad cognitiva que expande el desempeño laboral. En otras palabras, la habilidad para evaluar los conflictos de diferentes ángulos usando varias ideas paralelamente.

La atención plena promueve la aptitud laboral incrementando el vigor, la dedicación y la absorción de datos. De tal manera, que de forma práctica y efectiva disminuye el estrés, mejora la resiliencia además que logra un mayor compromiso profesional. Factores que por ende llevan al bienestar general y al mejoramiento del desempeño institucional.

¿Cómo incorporarlos en el trabajo diario?

- Analizando las ideas desde una perspectiva alejada y amplia
- Valorando todas las perspectivas y considerando varias soluciones
- Valorando diferentes argumentos
- Intentando cosas nuevas y manteniendo la curiosidad de aprender
- Desarrollando la creatividad
- Fomentando la actividad física
- Identificando las propias actitudes de rigidez cognitiva y tratar de favorecer nuevas

Lo cierto es que, aunque las actitudes anteriores parezcan intuitivas, no lo son para la mayoría de las personas. Invierta en capacitación y busque la ayuda de expertos especializados.

3

Fraccione su carga cognitiva



Piense en su cerebro a manera de un computador que recibe alrededor de diez millones de bits en información cada segundo. No obstante, solo puede procesar 40. Ahora alcanza

a comprender la frustración y la angustia a la que se ve sometido un trabajador promedio. Una solución práctica es disminuir la cantidad de elementos a los que estamos

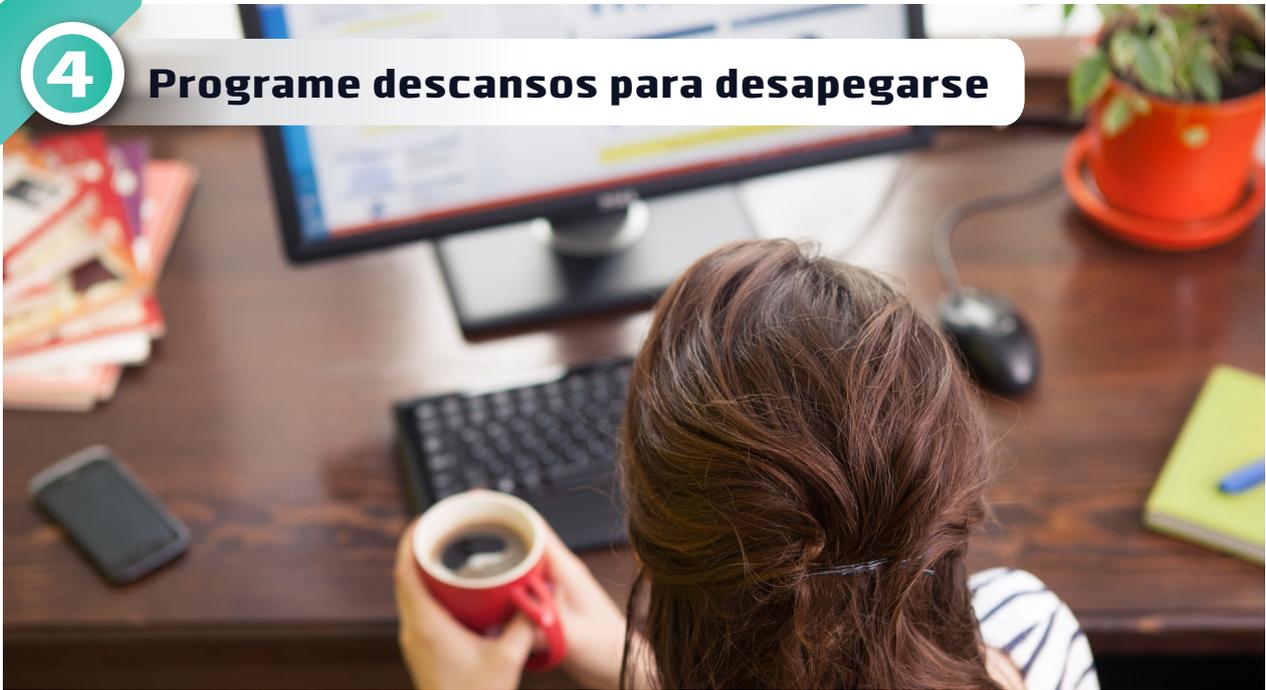
expuestos. Sin embargo, es necesario compartir nuestras tareas cognitivas para poder sortear más datos.

De forma deliberada divida el trabajo, y prefiera las secciones donde se discutan estrategias y las lluvias de ideas. Así se logra hacer una transición más suave entre un quehacer y el siguiente, ya que incrementa la capacidad de desconectarse del encargo previo y reduce las distracciones reduciendo el estrés y mejorando la productividad en un 40%.

Procure tener un tiempo dedicado a realizar un tipo específico de ocupación sin cambiarlo. Por ejemplo, utilice el teléfono en un horario determinado o reúnase con su equipo siempre a una hora fija. Este enfoque reprime la ansiedad por lo desconocido creando una rutina, favorece la toma de decisiones, y se aminora la carga cognitiva.

4

Programe descansos para desapegarse



Es imposible lograr que un empleado se mantenga concentrado durante el horario de trabajo por tiempo indeterminado, sin que la productividad del mismo se vea afectada o su salud mental. En tiempos recientes y en contra de la evolución de la raza humana, nos hemos visto obligados a seguir un ritmo ultradiano (por hora) en

lugar del equilibrio natural de nuestro cuerpo, el circadiano (por día).

Estudios comprueban que la duración del enfoque mental, energía y claridad suelen durar entre una hora y media y dos. Después de este lapso, es aconsejable retirarse por periodos cortos para restablecerse y poder empezar de nuevo. Las investigaciones sugieren que

la concentración mejora a través de la práctica, incluso en sujetos con problemas para mantenerla por más de 60 minutos, quienes pueden lograr el doble en poco tiempo. A largo plazo, nos veremos recompensados con una mayor carga energética, ya que esta técnica reduce significativamente el agotamiento.

5

Desarrolle la agilidad mental



Los hábitos son difíciles de romper, pero es posible con un poco de esfuerzo cambiar las redes neuronales de nuestro pensamiento y las maneras en que regularmente procesamos el estrés. La cualidad para hacerlo depende de «desmenuzar» rápidamente los factores para manejarlos de manera efectiva.

«Desmenuzar» la presión, no significa negar o suprimir los detonantes del estrés, sino al proceso donde se hace un alto para observar la experiencia desde una perspectiva neutral. En pocas palabras, la capacidad para reconocer el detonante del estrés, realizar una pausa, dar un paso atrás, reflexionar, dividirlo en partes manejables, cambiar de perspectiva para crear opciones, y elegir la mejor, son los pasos para resolver un conflicto de forma asertiva y de construir resiliencia.

6

Cultive la compasión



Por último, pero no menos significativo, uno de los aspectos que solemos pasar por alto para adquirir resiliencia es la compasión por los demás. Según investigaciones recientes esta incrementa las emociones positivas del

individuo, además que forja relaciones de trabajo saludables y acrecienta el sentido de cooperación. Es tan trascendental que, sin un ambiente compasivo, las habilidades descritas con anterioridad son difíciles de lograr.

Así que podemos afirmar que a pesar de la idea enraizada que un empresario exitoso debe ser un «tiburón», los números demuestran que una compañía compasiva no está peleada con el crecimiento. Más bien, al fomentar el éxito individual, de equipo o como empresa, es necesario tener una base en el respeto y una sólida cultura basada en la compasión.

La salud mental debería ser el objetivo de las empresas. Un estudio publicado por PwC (red de firmas solucionadoras entre las que se encuentra *Deloitte* y *Big Four*) arrojó que los programas que promueven un entorno laboral saludable, tuvieron un retorno de inversión de \$2,30 por cada dólar gastado. Contabilizados por el aumento del rendimiento, la baja de ausentismo, la disminución en la rotación de personal y el descenso en los costos médicos.

Como conclusión únicamente nos queda repetir que el desarrollo del conjunto de habilidades discutidas

en este artículo, nos lleva a crear la resiliencia en el lugar de trabajo y que hacerlo no solo aporta a la salud

mental de las personas involucradas, sino que son un buen retorno de inversión. 🌀

Larisa Álvarez Freer.

Máster en ESO y Bachillerato.

Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas.

Entrenador Certificado para maestros de inglés.

Contamos con más de **25 años de experiencia** ofreciendo educación de calidad.



Brindamos atención **especializada** para el desarrollo de las habilidades socioemocionales.

Nuestra planta docente supera los **1500 maestros**, todos con una sólida vocación profesional y un proceso de capacitación constante.



¿SABÍAS? que...?



Fomentamos la participación de los padres de familia en el proceso educativo mediante el programa **"Factor 3"**.

Desarrollamos herramientas para el dominio del Inglés, con clases en este idioma y la introducción en el currículo de **las asignaturas de Mathematics y Science**.



Impartimos las asignaturas de **Robótica, Ajedrez y Emprendimiento** para desarrollar las competencias básicas que garantizarán un futuro profesional de éxito.

Tenemos **RVOE** para impartir docencia de **calidad en todos los niveles educativos**: preescolar, primaria, secundaria, preparatoria, licenciatura y posgrados (maestría y doctorado).



¡QUE ESPERAS PARA FORMAR PARTE DE ESTA
GRAN FAMILIA!

¡INSCRIPCIONES ABIERTAS!

669 151 4549

www.sistemavalladolid.com



Responsabilidad afectiva en el aula:

¿SERÁ LA CLAVE DE LA MEJORA DE LOS APRENDIZAJES?

Francisco Cháirez



En las últimas dos décadas, los avances científicos han permitido revolucionar la visión del ser humano sobre sí mismo y el mundo que le rodea. En el campo médico, especialidades como las neurociencias, (*dirigidas al estudio del desarrollo, estructura y función del sistema nervioso*), abrieron una ventana a los misterios del cerebro como: los diversos procesos involucrados en la construcción del lenguaje, las relaciones entre la conducta así como los cambios de creencias, prácticas y valores culturales ejercen en éste, además de los elementos psicológicos involucrados (*emoción*) y su estrecha asociación con la cognición. Estos hallazgos de la neuropsicología tomaron relevancia en el campo de la educación, generando especial interés y dando origen a una nueva rama: **la Neuroeducación o neurociencias aplicadas a la educación.**

En consecuencia, se puso bajo el reflector a los procesos cognitivos-emocionales manifestados durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, concluyendo que **no existe aprendizaje sin emoción.** Al respecto, el doctor en Medicina por la Universidad de Granada

y doctor en Neurociencias por la Universidad de Oxford, Francisco Mora, en su libro "Neuroeducación" parte de la idea **«sólo se puede aprender aquello que se ama».** Tal afirmación la podemos constatar al recordar nuestros años de formación, centrándonos en los aprendizajes que nos marcaron profundamente y acompañan hasta este momento, aseguraremos que fueron generados por un profesor o profesora inolvidables; mismos que nos transmitieron su conocimiento con pasión, logrando convencernos de su amor por lo que hacían y, finalmente, contagiarnos de dicho sentimiento. En sentido contrario, seguramente experimentamos situaciones negativas de aprendizaje originando rechazo hacia algunos maestros y/o las asignaturas que estos impartían. Así identificamos que la relación sostenida con estos docentes, facilitó u obstaculizó nuestro proceso formativo dentro y fuera del aula hasta, en algunos casos, alejarnos de intereses que en su momento tuvimos muy claros. Acorde con lo anterior, concebimos la vinculación entre la situación de aprendizaje y la relación afectiva que se establece

entre los integrantes del “binomio educativo”: estudiante y maestro; ya sea positiva o negativa.

Como puede atestiguar, amable lector, resulta indispensable darle la importancia a la **emoción** como el eje rector del proceso de enseñanza-aprendizaje, pues esta permea la relación interpersonal entre ambas

partes, facilitando o delimitando los logros que se puedan conseguir. Por ello, señalamos que, para mantener una relación estable durante el quehacer docente entre ambos actores, se precisa de componentes psico-emocionales que han convergido en la actualidad bajo el nombre de “responsabilidad afectiva”.



RESPONSABILIDAD AFECTIVA.

Para ser un concepto que actualmente toma relevancia en diversas esferas sociales, hay escasa información respecto al origen de éste; no obstante, destacamos que diversos autores convergen que se refiere al **consenso, cuidado y diálogo, respecto a los sentimientos y emociones generados en una relación de cualquier naturaleza. Implicando hacernos cargo de nuestras acciones en todo momento, así como del cuidado y escucha hacia las emociones de la otra parte.** Es pertinente precisar, para evitar malas interpretaciones generadas alrededor de esta práctica, que la responsabilidad afectiva es de carácter bidireccional, pues esta refleja el valor personal que poseen ambas partes. En resonancia con esto, se propone el término **corresponsabilidad afectiva.**

Para tener una idea más clara de lo que la **corresponsabilidad afectiva** engloba, partamos del momento que decidimos involucrarnos emocionalmente con alguien, *—sin importar el tipo de relación que se establezca—*, siempre se espera salir mínimamente perjudicado de ésta, claro está, no siempre resulta posible. En esta línea, especialistas de la salud emocional, entre ellos Denisa Praje, quien es Máster en Psicología General Sanitaria por la Universidad Complutense de Madrid, en entrevista con la Radiotelevisión Española (RTVE) aconseja que para aumentar la probabilidad de éxito en las relaciones interpersonales, es preciso llevar a cabo ciertas prácticas que las favorezcan. En este sentido, la Lic.

Claudia Oregel Mendoza, Orientadora Psicopedagógica en el Área de Acompañamiento Estudiantil, de la Dirección de Competitividad Estudiantil perteneciente a la Universidad Autónoma de Guadalajara (UAG) puntualiza acciones englobadas dentro de la **corresponsabilidad afectiva, como el identificar aquello que nos gusta y lo que no, comprender que la otra persona tiene sentimientos y necesidades así como diferentes historias de vida, mantener la conciencia de escuchar y ser escuchado, mejorar la comunicación asertiva con empatía, tener claro que no hay obviedades para evitar realizar suposiciones, establecer límites y acuerdos desde el principio, decir la verdad y, por último, tener presente cuáles son nuestras responsabilidades y cuáles le pertenecen al otro;** dichas prácticas permiten establecer relaciones, si bien no siempre duraderas, sí sanas.

Así pues, al ser la **corresponsabilidad afectiva** un valor aplicable a relaciones diversas, podemos asignarle a cada miembro del *binomio educativo*, las acciones anteriormente mencionadas; claro está, considerando en todo momento la rigurosidad ética-moral que se le exige a la figura del docente por lo que esto implica en el desarrollo psico-emocional del colegiado, pues., un profesional de la educación que no ponga límites claros en sus acciones de carácter afectivo, puede confundir emocionalmente a sus educandos, generándoles sentimientos de otro carácter.

CORRESPONSABILIDAD AFECTIVA EN EL AULA.



A TRAVÉS DE LOS
OTROS,
NOS CONVERTIMOS EN NOSOTROS
MISMOS.
— LEV VYGOTSKI.



Para Lev Vygotski (1979), —destacado teórico de la psicología del desarrollo—, como seres humanos nos construimos cognoscitivamente a partir de la interacción con los demás integrantes de las diversas esferas socio-culturales en las que nos desarrollamos, otorgando alto valor a las relaciones interpersonales como motor del aprendizaje. En el campo de la educación formal, dichos aprendizajes se llevan a cabo dentro y fuera del aula, alcanzados gracias a la interacción entre los miembros de la comunidad educativa (*estudiantes, docentes, padres de familia, directivos, personal escolar*). Sin embargo, como vimos anteriormente, para que el proceso de aprendizaje se consolide y se establezcan relaciones sanas entre las partes involucradas, deben estar presentes tanto **la emoción** como la **corresponsabilidad afectiva**.

Si bien hablar de emociones y la importancia de estas en los diversos escenarios sociales está de moda, aún encontramos dificultades al aterrizar dicha información en la vida diaria, pues esta puede resultar tan ambigua como el clásico “échale ganas”, seguramente escuchado en voz de alguien con la intención de apoyarnos emocionalmente, dejándonos con la gran interrogante del cómo hacerlo. Por ello, siguiendo los pasos de Sócrates al aplicar la mayéutica, pongamos en la mesa la pregunta ¿Cómo trabajar la responsabilidad afectiva en el aula?

Estamos de acuerdo que al delimitar previamente el área de acción, pareciera que lo tenemos resuelto, no obstante, en línea con la frase de Alejandro Jodorowsky



«Para cambiar el mundo es necesario comenzar por uno mismo» nuestro punto de salida será precisamente el observarnos, mirar nuestra relación con las demás personas en las diversas esferas sociales que coexistimos. De esta manera, un autodiagnóstico nos dará una mejor visión tras verificar nuestras áreas de oportunidad y, ¿por qué no?, las bondades de esta propuesta que nos invitan a transformar no solamente la realidad educativa de los estudiantes, sino también, la de nuestra propia vida.

A continuación, veamos una propuesta que pretende fomentar conscientemente la corresponsabilidad afectiva en el aula, fundamentada en las recomendaciones de profesionales de la salud mental:

Conocer a los estudiantes:

1

Si bien este punto puede resultar obvio, cierto es que no se lleva a cabo a profundidad. De esta manera al realizarlo, se tendrán claros los intereses de los educandos para generar motivación en el aula y, a su vez, identificar lo que les gusta y lo que no, con base en las actividades que se les propongan.

Cuidar las suposiciones:

6

Es bien sabido que en el ámbito académico muchas veces se parte de suposiciones y prejuicios acerca de los demás. En este caso, resulta elemental el mantener una comunicación bidireccional, con el fin de obtener la información de primera fuente y no vivir bajo los engaños de la mente que emergen al suponer.

Reconocer al otro:

2

Comprender que todos y cada uno de los colegas son personas con sentimientos, necesidades, anhelos, sueños y que cada acción que se lleve a cabo por parte del docente, debe estar encaminada a inspirarlos y encaminarlos a comprenderse a sí mismos, a los demás y, sobre todo, a nunca desistir de alcanzar los objetivos que cada uno se establezca.

Establecer acuerdos y límites:

7

Este punto, en especial, posee gran trascendencia en las problemáticas sociales que enfrentamos en la actualidad, pues para crecer como sociedad, son indispensables los acuerdos y los límites, ya que estos abonan a la creación de relaciones interpersonales de carácter sano y respetuoso.

Comunicarnos asertivamente:

3

Buscar en todo momento las palabras adecuadas que expresen de manera clara, aquello que se intenta comunicar; teniendo presente sus sentimientos, el contexto así como el nivel de comprensión que poseen. Esto refiere a la forma en que nos dirigimos hacia ellos, pues como versa el dicho "no es lo que se diga, sino el cómo se diga".

Mantener la verdad:

8

La confianza es un elemento primordial para mantener la relación entre el docente y estudiante, puesto que, faltar a nuestra palabra u ocultar información que sea valiosa para el colectivo estudiantil, puede generar un rechazo inmediato hacia el educador y el cierre de negociaciones pacíficas durante el proceso educativo.

Escuchar y ser escuchado:

4

Nada permite una mejor comunicación de carácter asertivo que abrirse a lo que el otro tiene para compartir a partir de la empatía, pues esto sitúa a ambas partes en un mismo nivel de conciencia, de escucha mutua con miras a comprenderse y, por ende, a conciliar y generar acuerdos para resolver los problemas que puedan afectar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Definir responsabilidades:

9

Este punto establece la relación de trabajo entre ambas partes, pues al tenerse claras las responsabilidades que se sostienen a lo largo del proceso de enseñanza-aprendizaje, permite a cada uno ser responsable de su propio desarrollo cognitivo y emocional.

Comprender que tenemos vidas diferentes:

5

Al tener la plena conciencia de que las experiencias que hemos vivido durante nuestra vida, si bien pueden ser similares a la de los estudiantes, no precisan ser iguales y, mucho menos, estos las resolverán de la misma forma que nosotros, permitiremos surgir la diversidad de pensamientos (crítico, complejo, etc.) y con ello la capacidad de resolver problemas de manera creativa e innovadora.

Fomentar la autoevaluación:

10

Como bien se sabe, la autoevaluación es un elemento relevante para verificar, por parte del alumnado, los conocimientos que han adquirido durante su aprendizaje, mismos que involucran al currículo formal como al informal, lo cual le permite mantenerse motivado y reflexivo con respecto a sus avances.



Pues bien, amable lector, tras este breve recorrido por un tópico por demás interesante, pudimos inferir que el proceso de enseñanza-aprendizaje resulta un reto para los docentes frente a grupo, en mayor medida por la falta de habilidades socio afectivas, que ya agrupamos como la corresponsabilidad afectiva; especialmente en tiempos post pandémicos, en los

que la susceptibilidad emocional sigue a flor de piel.

Por otro lado, evidenciamos la necesidad de transformar el paradigma de la educación formal e informal en cualquier estrato social, con el fin de impulsarnos a traspasar sin miedo, la frontera del cuidado de las relaciones interpersonales como un motor de mejora social.

Es así, como los avances que nos ofrece la Neuroeducación, aunados a la visión de la corresponsabilidad afectiva, pueden ser la llave para comprendernos a nosotros mismos, a los otros y, quizás también, sean la clave definitiva para la mejora de los aprendizajes que nos lleven a construir una, nada utópica, realidad social. 🌀

Francisco Cháirez.

Creador de experiencias de aprendizaje.
Mtro. en Educación con especialización en Innovación educativa por el Centro Universitario Anglo Español.

Referencias Bibliográficas:

Vigotsky, L. S. (1979). El desarrollo de las funciones psíquicas superiores. Barcelona: Crítica.

Mora, F. (2013). Neuroeducación: sólo se puede aprender aquello que se ama (1.a ed.). Alianza Editorial.

Padilla, A. (2022, 17 febrero). ¿Qué es la responsabilidad afectiva y cómo afecta a las personas? | UAG Media Hub.

Recuperado 22 de julio de 2022, de <https://www.uag.mx/es/mediaHub/que-es-la-responsabilidad-afectiva-y-como-afecta-a-las-personas/2022-02>

RTVE.ES. (2021, 4 octubre). La responsabilidad afectiva y el peso de nuestros actos. Recuperado 20 de julio de 2022, de <https://www.rtve.es/playz/20211004/responsabilidad-afectiva-peso-nuestros-actos-sobre-demas/2177603.shtml>

DISFRUTA DE TODAS NUESTRAS REVISTAS COMPLETAMENTE GRATIS

WWW.REVISTAMULTIVERSIDAD.COM





EL ETERNO DEBATE SOBRE EL DINERO como generador de felicidad

Luis Raúl Billy Irigoyen Carrillo

El eterno debate y la idea "romántica" sobre cómo el dinero puede ser fuente generadora de felicidad, continúa siendo centro de discusión en las conversaciones que sostiene la sociedad del mundo actual. Podemos encontrar un sinnúmero de posturas diferentes, unas más laxas que otras, pero, en fin, perspectivas que nos daremos a la tarea de analizar.

Por un lado, se encuentran los que disfrutan de una vida acomodada, que construyen un discurso basado en que el dinero no brinda la felicidad; este estrato socioeconómico en la mayoría de nuestros países solo representa una pequeña minoría. Acto seguido, se encuentran aquellos que mantienen un estilo de vida menos holgado, pero que también hacen pública la misma premisa con algunas restricciones, digamos que es una opinión más estándar. Suelen ser personas que regularmente administran la riqueza, pero no necesariamente son generadoras de la misma. Y aunque parezca una clasificación pequeña y quizá un tanto limitada de las opiniones que podemos encontrar en nuestra amplia economía, en un último grupo encontraremos, las personas ubicadas en los

niveles más empobrecidos, que también suelen ser los que más tiempo trabajan aunque no necesariamente a los que mejor remuneren, ahí se han anclado y permanecido los paradigmas más negativos y más destructivos en torno al dinero, son reconocidos algunos como que las personas adineradas solo tuvieron suerte o como que los ricos son personas corruptas.

Todo apunta a que el paso del tiempo no será determinante para que sus niveles de felicidad se modifiquen dado a que tampoco lo hace el nivel aspiracional; existe un muy fuerte anclaje al contexto económico y social, que va de la mano con la poca ambición, los pocos ingresos y los escasos niveles académicos, desencadenándose una cultura de pobreza mental y ausencia de habilidades que por demás son muy valoradas en el mercado laboral e incluso en el mundo capitalista, además de ser la única esperanza aparente para salir de ahí. Da la impresión de ser un ciclo del que solo una pequeña parte de la estadística escapa y que lo llamaremos Efecto Habitación, también conocido como Teoría de Ajustes Hedónicos.

El efecto habituación en pocas palabras menciona cómo ajustamos nuestra existencia al paso del tiempo, a las adversidades que generan picos de estrés y que pudieran restar sentido a nuestra existencia, aquellos momentos, en los que literalmente el cuerpo, la mente y el espíritu se acostumbran tanto a las cosas, que empiezan a aburrirnos. Porque si bien, una persona en condiciones humildes podría sentirse más plena percibiendo un poco más de dinero, esta sensación de estabilidad, tranquilidad o incluso equilibrio suele ser momentánea, posteriormente ese pequeño plus en su estilo de vida no será constante, tarde o temprano regresará a los mismos bajos niveles de satisfacción, lo que seguramente lo llevará a descubrir que no es el dinero lo que produce su felicidad.

La construcción de habilidades suele hacernos sentir útiles, el aprovechamiento de éstas suele dar a la economía una justificación para que el individuo perciba dinero, pues tienen un valor, un precio por el que suelen ser pagadas, lo que desbloquea un sentido de bienestar psicológico y químico, que en otras palabras suele traducirse en felicidad.

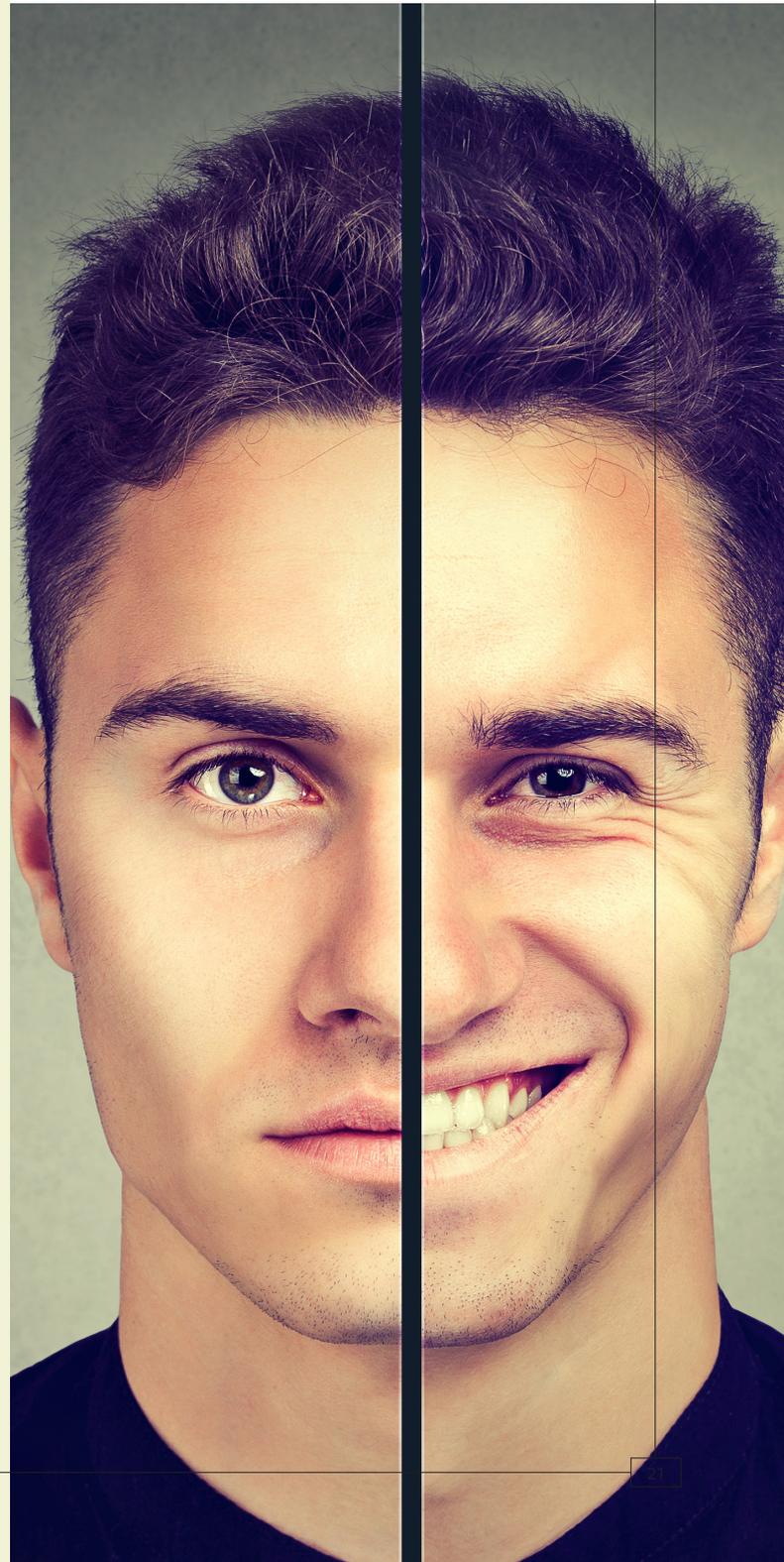
Todo lo que les comento va de la mano con lo que en psicología se denomina la "Teoría de los puntos de ajustes hedónicos", que engloba propiamente todo aquello que genera placer en función de las situaciones que ocurren en nuestra vida, este ajuste de nivel de felicidad está condenado a regresar siempre a como era antes de cualquier evento extraordinario, ya sea de forma positiva o negativa.

Imagina por un minuto que el día de hoy te ganas la lotería, 50 millones de dólares; tus niveles de dopamina y oxitocina estarán por los aires durante un par de días, pero al paso de las semanas regresarán a sus niveles normales, incluso a niveles menores a los que tenías antes de experimentar el rush de emociones de tu momento ganador, tu cuerpo con el tiempo regresará químicamente a vivir su normalidad. Veamos un caso contrario, donde ocurre una situación fuerte y muy adversa como quedar parapléjico, no poder mover ninguna extremidad más que tus ojos, perdiendo así cualquier esperanza de vida que permita aparentemente experimentar felicidad. Sin embargo, después de un par de meses, la persona logra regresar químicamente a momentos donde su cerebro produce un nivel de "felicidad" o equilibrio, similar a antes de vivir aquella situación adversa.

En otras palabras, el efecto habituación puede ser una bendición o una maldición. Podemos creer que nuestros puntos de referencia o nuestra actual felicidad es el nivel máximo al que podemos aspirar en nuestro existir, y sin entrar en discusiones morales, ya que cada quien define su constructo de felicidad y no hemos llegado a puntos donde la ciencia la cuantifique, lo cierto es que siempre hay un punto de retorno, quizá en algún punto del tiempo, esperemos no muy lejano, podamos medirlo en alguna escala cualitativa o cuantitativa.

Hemos entrado en el terreno donde nos encontramos con que la felicidad depende indudablemente de nuestra situación actual, como lo comenta Julio Rodríguez en una fracción de su artículo "El dinero no da la felicidad":

"Teoría de los puntos de Ajuste Hedónicos", que engloba propiamente todo aquello que genera placer en función de las situaciones que ocurren en nuestra vida, este ajuste de nivel de felicidad está condenado a regresar siempre a como era antes de cualquier evento extraordinario, ya sea de forma positiva o negativa.



"Para explicar esto sin recurrir a los neurotransmisores, la psicología utiliza la "teoría de los puntos de ajuste hedónicos", mediante la cual se defiende que cada individuo tiene un punto de referencia de felicidad dado por la genética y la personalidad. Los acontecimientos de la vida, como el matrimonio, los ingresos, los hijos, la pérdida de un trabajo y las lesiones o enfermedades graves pueden desviar nuestra percepción por encima o por debajo de ese punto óptimo, pero con el tiempo, ajustamos de nuevo ese punto hedónico, es decir, nos adaptamos a las nuevas situaciones y volvemos a "ser felices".

"Para explicar esto sin recurrir a los neurotransmisores, la psicología utiliza la "teoría de los puntos de ajustes hedónicos", mediante la cual se defiende que cada individuo tiene un punto de referencia de felicidad dado por la genética y la personalidad. Los acontecimientos de la vida, como el matrimonio, los ingresos, los hijos, la pérdida de un trabajo y las lesiones o enfermedades graves pueden desviar nuestra percepción por encima o por debajo de ese punto óptimo, pero con el tiempo, ajustamos de nuevo ese punto hedónico, es decir, nos adaptamos a las nuevas situaciones y volvemos a "ser felices". Un ejemplo paradigmático de este efecto es el sufrir un accidente que te deja en silla de ruedas: según esta teoría, psicológicamente ajustas tus nuevas aspiraciones y expectativas a esa nueva situación, y así vuelves a ser feliz."

Quizá el principal problema es que la felicidad en algunos, traza una línea muy delgada entre acostumbrarnos a algo y generar una enorme zona de confort donde creemos que somos felices, aunque ya no estemos estimulados. Por otro lado, existe un grupo que busca la constante estimulación ya que se aburre fácilmente y pierden el sentido propio de su existencia. Incluso se menciona en muchos textos que es parte clave además del tema financiero, mostrar agradecimiento constante hacia las cosas que tenemos, a las experiencias que nos suceden, y en nuestro quehacer diario atrevernos a cuidar más a nuestro yo presente, refrescando la sensación de revalorar las cosas que existen a nuestro alrededor.

Indudablemente soy de los que enaltezco la importancia de crear hábitos ligados a regalarnos momentos de meditación y agradecimiento que generen una pausa a nuestra existencia para poder apreciar el momento presente y de igual forma los logros que hemos generado, eso hará que nos demos "permiso" de darle verdadero valor a todas nuestras experiencias y experimentar un pequeño momento de plenitud.

Dar valor no quiere decir que seamos conformistas, no son sinónimos. Parte importante de sentirnos plenos y felices con nuestro exterior, también tiene que ver con cómo nos auto percibimos más allá de cómo nos perciben los demás, nuestra autorreferencia y autoconocimiento siempre tendrá

mayor valor que cualquier opinión externa.

En capacitaciones de ventas que he tenido el gusto de impartir, suelo referirme constantemente al concepto de: "el autoestima nacional baja", ya que en mi experiencia he logrado percibir en la mexicanidad, una sensación de no sentirse suficiente para perseguir sueños, propios o colectivos, a perseguir el éxito de sus negocios o el de alguien más, todo ello debido a nuestro pobre desarrollo personal e inclusive la poca inyección de energía que le damos a nuestra inteligencia emocional, la cual deambula entre indecisiones, y cómo ese camino de inseguridad tampoco ayuda a perseguir lo que queremos.

Así como la búsqueda de la felicidad puede percibirse a través de logros económicos, de metas y sueños alcanzados que provocan un efecto constante de estimulación química en nuestros cerebros y que nos hacen sentir constantemente empujados a algo más, generando de forma periódica y consistente el sentir de que estamos avanzando y acercándonos a lo que queremos de la vida, lejos de sentirnos de estancamientos,





y siendo fuertes por más obstáculos que afrontemos, no cabe duda que el tiempo siempre nos hace caer en un efecto contradictorio, que mecaniza el proceso de “meta, logro y estímulo”; esto repetido de manera constante comenzará a aburrirnos, haciéndonos caer en una posición donde pareciera que hacemos lo mismo de forma sistemática, atrofiando nuestra sensación de asombro y sorpresa.

En un mundo donde la estimulación se da con tan pocos clics y donde es posible tener acceso a prácticamente cualquier cosa, la expectativa de conseguir más y más es casi ilimitada para nuestras cuatro hormonas de la felicidad. Las endorfinas encargadas del alivio del dolor y que con su función analgésica inducen en nosotros una calma natural, **la serotonina**, la cual se tiene identificada como la responsable en mayor medida de generar bienestar, hacernos sentir relajados y activar nuestro ánimo; **la dopamina**, conocida como la hormona del amor, el neurotransmisor de nuestra adicciones y responsable de que sea tan difícil deshacernos de ellas, y finalmente **la oxitocina**, la ya conocida hormona

En un mundo donde la estimulación se da con tan pocos clics y donde es posible tener acceso a prácticamente cualquier cosa, la expectativa de conseguir más y más es casi ilimitada para nuestras cuatro hormonas de la felicidad.

del abrazo, responsable de que el efecto de la dopamina dure más tiempo, y que también ayuda a aumentar nuestros niveles de confianza, algo similar a lo que nos ocurre con los efectos del alcohol.

Aunque pretendemos acercarnos a una respuesta concreta, la triste realidad es que todo sigue dependiendo del sujeto, porque el entendimiento de la felicidad para cada individuo no es una regla o una arbitrariedad, sino algo subjetivo y muy personal en función de sus costumbres, su cultura y de qué tanto ha sido forjado por el determinismo.



Por lo tanto, **este eterno debate de si el dinero nos da la felicidad o simplemente amortigua un estado mínimo de bienestar, nos mantiene al vilo de la famosa brecha entre los ricos y los pobres, donde una buena porción de la población mantiene que el dinero no da la felicidad**, pero preferirían estar llorando dentro de un automóvil del año. Nuestro objetivo es poner sobre la mesa el debate, revelar que existen muchas variables que provocan la felicidad, y que si solo vinculamos este concepto a la parte económica definitivamente lo observaríamos desde un campo muy limitado. Existen innumerables aristas que van desde la composición química y biológica del cerebro, las condiciones socioeconómicas, el crecimiento espiritual y filosófico, la psicología conductual, el marco de referencia de los valores familiares y hasta la educación académica; algunos expertos ponen en la cancha de juego incluso el clima, un factor invisible que influye en nuestro comportamiento y bienestar como individuos y que está vinculado incluso a las altas tasas de suicidio de algunos países.

Si tomamos como base la pirámide de Abraham Maslow, definitivamente el dinero nos permite como individuos sobrellevar nuestras necesidades básicas (fisiológicas, seguridad, protección) y que satisfechas nos permiten conducirnos a perseguir un ser superior e impulsar y dignificar nuestros niveles de bienestar psicológico, atravesar esa línea entre lo que es necesario y el lujo, donde las necesidades dejan de ser la supervivencia y podemos permitirnos conducirnos hacia la autorrealización, una vida donde constantemente nos esforcemos por ser más felices, por ocuparnos más de nosotros mismos y de los nuestros sin caer en estados donde se pierda el valor de las metas alcanzadas o donde demos todo por sentado, el estado peligroso donde se tenga todo pero no se valore nada.

Por lo que yo te pregunto lector, ¿qué te motiva? ¿qué te genera bienestar? ¿qué te hace feliz en este instante? ¿realmente necesitas más dinero para ser más feliz? 🚫

Gracias por Leernos.



Luis Raúl Billy Irigoyen Carrillo.

Maestro en Administración de Negocios en el área de Finanzas.
Fundador de Clínica de Psicología Financiera.

Referencias bibliográficas:

<https://www.investigacionyciencia.es/blogs/medicina-y-biologia/27/posts/el-dinero-no-da-la-felicidad-19051>

Easterlin, R. A. (2003). Explaining happiness. Proceedings of the National Academy of Sciences, 100(19), 11176-11183.

<https://psicologiaymente.com/psicologia/habitacion-aprendizaje-pre-asociativo> <https://dle.rae.es/determinismo>

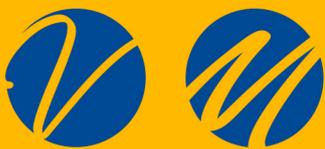
<https://www.zschimmer-schwarz.es/noticias/hormonas-de-la-felicidad/#:~:text=Concretamente%2C%20hay%20cuatro%20hormonas%20clave,la%20qu%C3%ADmica%20de%20la%20felicidad>

<https://economipedia.com/definiciones/determinismo.html#:~:text=El%20deter->

minismo%20es%20una%20teor%C3%ADa, en%20una%20relaci%C3%B3n%20causa%20%E2%80%93%20efecto

https://elpais.com/elpais/2017/08/04/ciencia/1501848357_631188.html#:~:text=El%20trabajo%20calcula%20que%20el,medida%20que%20aumentan%20las%20temperaturas.





LÍDERES EDUCATIVOS

Sistema Educativo Valladolid

EDUCACIÓN
BÁSICA

EDUCACIÓN MEDIA
SUPERIOR

EDUCACIÓN
SUPERIOR

POSGRADOS





¿DE QUÉ FORMA LA ERA DIGITAL AFECTA A LA CONSTRUCCIÓN DE LA AUTOESTIMA Y LA IMAGEN CORPORAL EN ADOLESCENCIA?

Charo Gutiérrez Gea

Factores y actores claves en la construcción de la autoestima e imagen corporal en la adolescencia

La adolescencia es la etapa de transición psicosomática entre la infancia y la edad adulta, abarcando las edades comprendidas entre los 10 hasta los 20 años. En este período se plantean retos importantes vinculados con los cambios biológicos, la adquisición de pautas conductuales, el desarrollo cognitivo y emocional que serán esenciales para actuar en la sociedad.

Los conceptos de autoestima e imagen corporal son pilares psicológicos esenciales e interrelacionados que se construyen en la adolescencia a partir de la historia personal, el contexto histórico y social en el que se vive, y que les permitirá a los adolescentes tener un conjunto de percepciones, representaciones, sentimientos y actitudes sobre su propio cuerpo y su valía personal. La adolescencia es una etapa clave para crear vínculos satisfactorios con los demás y con uno mismo, aprender a aceptar las cualidades y atributos personales y físicos, sentirse capaz de afrontar objetivos y metas personales e integrar modelos, ideales propios, pautas y valores.

Los factores que pueden influir en el desarrollo de la autoestima y la imagen corporal saludables son múltiples: el sistema familiar, el grupo de pares, la escuela y el contexto social y cultural. Sin embargo, consideramos que hoy en día el mundo digital y mediático está siendo decisivo en cómo los adolescentes están construyendo su valía personal y cómo perciben su imagen corporal.

En el actual contexto tecnológico y cultural, **las redes sociales tienen una influencia muy relevante en la adolescencia, tanto por su influencia en su socialización, en su toma de decisiones, en sus conductas y en la**

forma de comunicación con sus pares. También el impacto es importante en la adolescencia, en relación a los modelos de belleza, de vida, de consumo, y a los ideales que las redes sociales ofrecen sobre el éxito, la felicidad o la belleza. La influencia digital será de mayor importancia según cada adolescente vaya construyendo su autoestima e imagen corporal, y de las habilidades que tengan para crear y poder contrarrestar la influencia negativa de estos espacios virtuales.

Los adolescentes están en mayor riesgo de desarrollar actitudes poco saludables con respecto a sus cuerpos y su valía personal, por un lado, porque son más vulnerables de ser influenciados por los modelos de belleza de la cultura actual; y, por otro lado, por estar en pleno desarrollo de su identidad individual, su autoestima y su propia imagen corporal, lo que conlleva que sean más susceptibles de recibir la presión social y ser impactados por las imágenes y modelos que reciben, y esto les puede llevar a cuestionarse cómo se ven y cómo perciben sus cuerpos. El poder de la presión mediática se ve reflejada en la preocupación sobre el peso corporal y en una continua insatisfacción corporal, incluso en la infancia.

Algunas investigaciones señalan que los problemas de la imagen corporal y la autoestima en la adolescencia van en aumento, y se vinculan con varias patologías como la depresión, la ansiedad, la baja autoestima, el trastorno dismórfico corporal, y los trastornos de la conducta alimentaria. En los últimos años, se ha constatado un incremento de los casos de insatisfacción corporal y problemas alimentarios en preadolescentes entre 8 a 12 años.

Las redes sociales y el mundo digital: efectos positivos y negativos en la autoestima y la imagen corporal

En la actualidad, más del 92% de los adolescentes están conectados a Internet y utilizan cada día múltiples redes sociales para interactuar y comunicarse. Las redes sociales y las herramientas digitales que usan los adolescentes pueden ser espacios positivos por los beneficios que aportan: experimentación social, desarrollo de habilidades sociales, de comunicación o creativas, además de facilitar el autoconocimiento y el crecimiento personal.

Desde la aparición de las principales plataformas se han realizado diferentes estudios para averiguar cómo estos espacios están afectando a la autoestima, la imagen corporal y la salud mental, emocional y psicológica de los adolescentes. Aunque es necesario seguir investigando para llegar a mejores resultados y consensos sobre el tema, algunos estudios consideran que las redes sociales están teniendo una influencia negativa en la construcción de una autoestima e imagen corporal saludable en la adolescencia, por las siguientes razones:

1. Las plataformas digitales que suelen usar los adolescentes están influyendo en la creación de estándares de belleza, de perfección, felicidad y éxito que son inalcanzables. Si tenemos en cuenta los cambios físicos, emocionales y psicosociales, la construcción de la identidad que se producen en esta etapa, estos modelos digitales causan dificultades a un adolescente para lograr la autoaceptación personal y corporal, la aprobación de sus pares, y pueden ocasionar una necesidad nociva y obsesiva de comparación, que los lleva a una insatisfacción continua, sobre quiénes son y cómo se perciben. La autoestima siempre depende de la comparación y espejo social en el que los adolescentes se miren.
2. Las redes sociales están en la actualidad lideradas por Influencers, bloggers, community managers, que tienen claros intereses comerciales, y son los principales promotores de unos modelos de perfección, de belleza y experiencias de éxito y de vida inalcanzables para los adolescentes. Un adolescente puede generar baja autoestima, sentimientos de inferioridad, complejos y rechazo de sí mismos, por no poder tener una vida perfecta. Estos líderes digitales están influyendo negativamente en la autopercepción física, especialmente, de las jóvenes adolescentes.
3. Algunos estudios han establecido una correlación entre la salud mental y el uso de las redes sociales. A mayor exposición de los adolescentes a modelos ideales de belleza y delgadez, mayor será la probabilidad de aceptación de ideales corporales poco saludables y mayor será la insatisfacción sobre su cuerpo. La imagen corporal forma parte del conjunto de evaluaciones que componen la autoestima, explicándose así la asociación y relación que existe entre ambas variables. También se puede reseñar, que los usuarios adolescentes que pasan más tiempo en redes como Instagram o Facebook muestran una tasa de depresión más alta que los que la utilizan menos. Otros estudios relacionan la utilización de estas plataformas con trastornos de ansiedad, adicción, fobia social, problemas con el sueño, exposición al acoso virtual y merma en la apreciación de la imagen corporal.



4. Los adolescentes tienden a construir su autoestima en las redes, a través de los "me gusta" y los seguidores, que están asociados con aceptación social y éxito. Si esto no ocurre, puede tener efectos negativos en la autoestima y en una percepción negativa de su imagen corporal y de su valía.
5. Las redes sociales tienden a crear en los adolescentes una necesidad compulsiva de ser aceptados por los demás. Esto conlleva una autoexigencia nociva de agrandar y de aceptación continua por los demás, lo que afecta de forma directa a su autoestima y percepción personal y corporal.
6. Instagram, seguida de Facebook, Twitter y YouTube, son las redes sociales que más se asocian con una influencia negativa en la salud física y mental de los adolescentes. Instagram es considerada como un espacio digital que tiende a promocionar modelos estéticos y de éxito, donde el valor de las personas está asociado a su aspecto físico y logros. Las consecuencias negativas son: la cosificación y la valoración de las apariencias, por encima de otros aspectos de una persona. Esto está afectando a la autoestima, a la satisfacción con la vida, el estado de ánimo y la imagen corporal de los adolescentes. En la adolescencia, esta influencia puede ser muy negativa, por la necesidad que en esta etapa se tiene de autorreconocimiento, y de construcción de un modelo de salud física y mental positivo basado en el respeto y el aprecio por la diversidad.
7. Dado que las redes sociales son los espacios de socialización, interacción y comunicación más importantes entre pares, esto conlleva que la vulnerabilidad de la etapa (inseguridades, miedos, etc.) unida a la necesidad de validación y la tendencia de compararse con sus amigos, o con ciertas celebridades tenga como consecuencia la creación de una tormenta perfecta que puede afectar negativamente a la autoestima en la adolescencia.
8. Las expectativas inalcanzables que son promocionadas por las redes sociales o la publicidad aumentan el riesgo de problemas y trastornos mentales y psicológicos, entre los que destacan los trastornos de la conducta alimentaria, caracterizados por una alteración disfuncional de la imagen corporal y una baja autoestima.

Acciones de prevención para desarrollar una autoestima e imagen corporal positiva en la adolescencia

Los factores y actores que influyen en la construcción de una autoestima e imagen corporal saludable son múltiples: características individuales de la persona, sistema familiar, sistema educativo, el mundo digital (especialmente las redes sociales), la publicidad y

los medios de comunicación, y el contexto cultural y social. Cada uno de estos agentes pueden influir y tienen responsabilidad en el proceso de creación de una salud mental, emocional y psicológica sana en la etapa de la adolescencia.

Para la prevención de riesgos negativos que pueden afectar a la autoestima o la imagen corporal en la adolescencia, cada actor puede realizar algunas acciones que ayuden a contrarrestar los efectos y riesgos no deseables:

1. **Redes sociales, mundo digital, mediático y publicidad.** Teniendo en cuenta los efectos negativos en la salud pública, se podrían impulsar algunos cambios en el funcionamiento de estos actores:
 - Algunos países están explorando la posibilidad de obligar a las plataformas a ser responsables de los contenidos que publican, regular los intereses comerciales y publicitarios, y dar transparencia y regulación a los algoritmos que los rigen.
 - Pedir una mayor reflexión, autorresponsabilidad y regulación de los mensajes que se crean desde la publicidad y los medios de comunicación.
 - Programas educativos de alfabetización mediática promovidos por los diferentes espacios mediáticos y plataformas que permitan, a los usuarios más vulnerables a disfrutar de las ventajas de las redes sociales, el mundo mediático y publicitario y contrarrestar sus riesgos.
2. **Sistema escolar.** Desde los colegios se pueden ofrecer un conjunto de programas educativos que promueven el pensamiento crítico y la reflexión sobre

los efectos negativos de los medios de comunicación, la publicidad y el mundo digital, especialmente los de las redes sociales:

- Programas de alfabetización mediática. En un mundo donde las imágenes omnipresentes de los medios y las redes sociales alimentan expectativas poco realistas sobre cómo debemos lucir, y la insatisfacción si no logramos alcanzarlas, es de vital importancia que a los menores de edad y a los adolescentes se les enseñe las habilidades de alfabetización mediática que necesitan para involucrarse críticamente con las representaciones mediáticas de cuerpos masculinos y femeninos, y de visiones alternativas a la belleza, el éxito y los modelos de vida. Existe evidencia significativa de que la educación en medios puede contrarrestar las representaciones mediáticas poco realistas de los cuerpos de hombres y mujeres. La habilidad de pensamiento crítico, el cuestionamiento y la participación ayuda a los adolescentes a desarrollar escepticismo y comprender cómo

usar correctamente el mundo digital.

- Programas para construir una autoestima y una percepción positiva de la imagen corporal.

3. Sistema familiar. Sin poder ser exhaustivos, los padres pueden ser uno de los principales actores para la construcción de una autoestima y una imagen corporal positiva. Los padres pueden:

- Dar un buen ejemplo en la construcción de la autoestima y la imagen corporal de sus hijos, promoviendo la valía, la confianza y la aceptación física, mental y emocional.
- Detectar cuando sus hijos están desarrollando una baja autoestima o una imagen corporal disfuncional (desórdenes alimenticios, bajo desempeño escolar, problemas sociales, etc.) y

tomar medidas para solucionar el problema.

- Utilizar un lenguaje positivo sobre los atributos físicos de sus hijos/as, destacando otras características de personalidad.
- Enseñar a hacer un uso responsable y crítico de las redes sociales, el mundo mediático y la publicidad. Y establecer normas, horarios y criterios para utilizar estos espacios virtuales y mediáticos.
- Establecer hábitos alimentarios saludables.
- Elogiar, esfuerzos, habilidades y logros versus el aspecto físico de sus hijos.
- Fomentar la actividad física.
- Motivar las amistades positivas y presenciales que acepten y apoyen un desarrollo mental y emocional positivo del adolescente. 🍷

Charo Gutiérrez Gea.

Maestra en Periodismo y Comunicación.
Directora de Educación Digital, Mediática
e Innovación Educativa en Educalia22.

Villa educación

Una **plataforma** dinámica, interesante y completamente

GRATIS

WWW.VILLAEDUCACION.MX

Vocación de servicio: El sello indeleble del maestro en función

Gladys Edith Pérez Robles



La vocación de servicio y las implicaciones que conlleva ejercerla en las diversas profesiones ofertadas en las Universidades o Institutos es algo que ha venido prevaleciendo y que cobra vital importancia en la sociedad.

Según la real academia de la lengua la palabra vocación viene del latín vocatio, onis "acción de llamar" es decir dedicarse a algo para lo cual se tiene disposición o inclinación para una profesión o carrera.

¿Pero qué pasa si se ejerce una profesión sin vocación? Muchos jóvenes de escasos recursos ven truncada su vocación al no contar con los recursos económicos suficientes para estudiar la carrera de su predilección en otra ciudad dentro del estado o fuera del mismo teniendo que conformarse

estudiando una carrera que no tiene ninguna relación con su vocación, tal como ocurre en la Región Carbonífera en donde se ofertan muy pocas carreras Universitarias entre ellas de ingenierías y la de maestros de educación preescolar y básica.

Podemos confirmar que muchos son los llamados a practicar la profesión de maestros, pero muy pocos los escogidos para llevarla a cabo y algunos se aventuran a desarrollarla, aunque no se detienen a pensar las implicaciones que esto conlleva al culminar una carrera que no es de su agrado, pero la eligieron así debido a otras circunstancias entre las que se encuentran la economía familiar de sus padres debido al desempleo, hogares fracturados, abandono, etc.

Quien verdaderamente lleva esa vocación se plantea un accionar

desinteresado y solidario defendiendo una causa humanitaria con la comunidad, para mejorar la vida de los demás, requiriendo para ello convencimiento y pasión.

Como es de esperarse cuando una escuela abre por primera vez sus puertas, recluta alumnos sin importar la edad ni la vocación, tal como ocurrió hace algunos años en una escuela para maestros de educación básica; cuando recién culminaba mi educación secundaria, fue así como dio inicio esta escuela con abundantes alumnos, que se enlistaron para formar parte de la primera generación de maestros, a mi corta edad podía percibir que a la mayor parte los movía el interés de contar en un futuro con una entrada económica que los ayudara a sobrevivir.

Cuando recién egresé de secundaria, se presentó la oportunidad de estudiar la carrera de Profesora de Educación Primaria, en la Escuela de Maestros en mi pueblo natal, era un gran orgullo haber pasado el examen de ingreso, de nueve personas había sido una persona privilegiada; me esperaban grandes retos, pero mi destino se truncó, ya que dejándome influenciar por un miembro de la familia hice a un lado mis sueños, pues su perspectiva de la carrera de maestros era quizás de poco prestigio, al ser comparada con otra de mayor rango como la medicina o ingeniería; no pude evitarlo y me dejé llevar malentendiendo que quizás no había nacido para eso; pues como decía William Shakespeare “No está en las estrellas mantener nuestro destino sino en nosotros mismos.” Y si no lo estaba manteniendo era quizás porque faltaba esa chispa interna que me moviera a conservar lo que a través de un examen había ganado”.

Steve Jobs decía que: “No podemos conectar los puntos mirando hacia adelante; solo podemos conectarlos mirando hacia atrás. Entonces debemos confiar en que los puntos se conectarán de alguna manera en el futuro. Tenemos que confiar en algo: el instinto, el destino, la vida, el karma, lo que sea. Esta perspectiva nunca debe decepcionarnos, ya que hará toda la diferencia en nuestra vida.”

¡Y sí! se hizo necesario conectarme un poco con el pasado para entender que me había equivocado de rumbo, tratando de elegir una nueva dirección, solo bastaron tres años después para entender que no hay mayor satisfacción que el servicio a la humanidad y que mejor que sea a través de la bonita profesión de maestro.

Se vuelve a retomar el rumbo cuando te das cuenta de que los mejores años de tu vida son; cuando decides tomar las riendas y de esta forma ejercitar el control de tu destino. Y sí me equivoqué, pero no me arrepiento ya que en lugar de ser maestra de educación primaria, se me presentó tiempo después la gran oportunidad de ser maestra de educación preescolar.



Fue así como años después tomé la decisión de empezar la carrera de Lic. en Educación Preescolar, de esa forma inicié desde el principio con examen de admisión a experimentar en mi interior emociones nunca sentidas, empezando a amar lo que ahora soy, aunque ya estudiaba la carrera de Ing. Geólogo; mi madre me hizo prometer que no abandonaría dicha carrera, ya que si todo saliese bien en un futuro terminaría ambas carreras en el mismo ciclo escolar.

No puedo negar que a partir de ese ciclo escolar fueron días de lucha, sacrificio y lágrimas, pues el adaptarse a ese ritmo de estudio era bastante complicado, ya que es allí cuando se empieza a anhelar un poco de tiempo para descansar o bien para divertirse a esa edad; pero es quizás la situación económica en la que vives la que te hace sacar la casta y más cuando tienes a tu lado un excelente apoyo como lo es tu mamá que siempre está echándote porras y diciéndote “claro que puedes”, “cifro en ti mi confianza”. Y sí... ella fue el motor de impulso que hizo posible todos los logros, pues en

tiempos de prácticas no le importaba desvelarse, apoyando con el aporte de ideas y ayudándome a elaborar el material.

Es allí cuando entiendes que tu deber es estudiar, buscando ejercer la profesión y poder ayudar a tu familia. Es así como en vida aprendes a valorar el apoyo de tus padres, asumiendo su postura de enseñanza: **“defender su legado o herencia” a través de la bendita profesión de “Maestro”.**

Hoy sus palabras siguen resonando en mi mente, pues ellos me dieron el mejor regalo que una persona puede dar: “creyeron en mí”, quizás porque nunca me quejé de ellos, por eso siempre recibí: su amor incondicional y su estímulo para que fuera maestra.

La vocación no es un acto que se vaya moldeando, es algo con lo que se nace, algo interno que te hace llenar de

emoción cuando algo te motiva, te interesa y no te importa cuánto sacrificio te implica para lograr tus anhelos. Y sí...cómo olvidar que para llegar a ser lo que eres tuviste carencia: de útiles, uniformes e incluso del pago de inscripciones y cuotas escolares.

“

No está en las estrellas mantener nuestro destino sino en nosotros mismos”.

Somos una familia de nueve hermanos, pero algo que siempre admiré de mis padres fue la preocupación constante para que cada uno estudiáramos una carrera. Ellos nos dieron las mismas oportunidades a todos, solo que, de los nueve, dos de ellos no quisieron estudiar, quizás porque creían que nuestros padres serían eternos.

Cuando uno entiende que los padres algún día tendrán que partir, se adquiere una conciencia plena, asumiéndose responsabilidades individuales y es que eso no lo enseñan los padres, la vida misma te va diciendo qué hacer y cómo actuar ante un momento determinado, ellos nos dan los elementos suficientes; está en cada persona saberlos aprovechar o desaprovechar según sean las circunstancias.

Decía la madre Teresa de Calcuta que "Si no se vive para los demás, la vida carece de sentido" ya que la verdadera vocación de servicio deja a un lado pasiones, idealismos y colores, para dar paso a un verdadero sentido de inclusión lo que se traduce a ejercer la profesión brindando atención con los mismos protocolos independientemente del rango, nivel, raza, credo, edad o inclinación sexual. Debemos de entender que estudiamos no para acumular conocimientos, certificados y títulos para ser guardados como un tesoro personal, sino más bien para utilizar lo aprendido al servicio de los demás.

Durante los casi ya 34 años de servicio la vida me ha permitido trabajar en lugares semimarginados

en donde como maestros tenemos que brindar apoyo a niñas y niños con necesidades de ser incluidos dentro de ambientes educativos propicios, a pesar de la falta de oportunidades que ellos tienen dentro de sus hogares; actualmente desde una función diferente observo al supervisar las instituciones a mi cargo, la gran entrega que existe en los colectivos escolares, pues no solo se preocupan por el mejoramiento de las condiciones físicas y de infraestructura, sino también de brindar los conocimientos adecuados para que los alumnos afronten las diversas problemáticas del diario vivir, forjando un espíritu crítico y reflexivo.

Mucha influencia tiene la educación en valores en la vocación de servicio, ya que, si hemos sido educados dentro de una familia que nos inculcó valores desde la infancia, esos mismos valores harán reafirmar nuestra vocación.

Pero no solo es importante tener vocación de maestros sino también fomentar en los padres de las instituciones que pongan atención a los juegos de sus hijos; ya que de ellos dependen la elección que harán en un futuro profesional, eso lo observé cuando mis hijos eran pequeños; a la mayor le gustaba jugar a ser maestra y apoyaba a sus hermanos en sus tareas teniendo como recursos materiales un escritorio y un pintarrón; actualmente ejercita la carrera de maestra, pero de vez en cuando comenta que le hubiera gustado ser dentista; pero su vocación como

maestra lo lleva en la sangre, ya que día a día se le puede observar el gran amor que profesa en la carrera que eligió.

Otra hija siempre buscaba la forma de que se le regalaran maletines de juego de doctora que contuvieran el estetoscopio, termómetro, tensiómetro, jeringas, gasas y otros aparatos médicos porque su sueño era ser doctora, actualmente está a unos cuantos pasos de lograrlo y como familia siempre se busca la manera de alentarla, ya que es una carrera muy bonita, pero bastante difícil, que implica mucho estudio, desvelos y malpasadas.

Es importante que como padres de familia respetemos la vocación de nuestros hijos, al momento que ellos elijan la carrera a estudiar; ya que, de esta forma, en un futuro no nos culparán de sus fracasos y su vida será un éxito. Si respetamos a nuestros hijos reforzaremos su autoestima haciendo que crezcan con mayor seguridad para la toma de decisiones y su actuar día con día.

Mucho me hubiera gustado que todos mis hijos fueran maestros, pero es una profesión a la cual no los quise forzar, ya que esta carrera implica mucha vocación, pues el maestro es el forjador de todas las demás profesiones, por ello debemos tatuarnos internamente con ese sello indeleble la palabra "educación" independientemente de los beneficios de seguridad que de la misma se obtengan: remuneración, horario y vacaciones.



El buen maestro ha sido llamado para ser competente identificando las competencias o habilidades de sus alumnos; así como también debe procurar conocer sus carencias reconociendo logros y dificultades con la finalidad de alimentar en ellos un espíritu crítico de análisis y de reflexión que pueda permitir su accionar en la sociedad.

Cuando fui estudiante dentro de la escuela se emitieron diversas convocatorias donde se nos invitaba a participar en el concurso del lema y logo. No puedo negar que siempre fui temerosa para participar de manera individual, pues la mayor parte de la preparación de tareas se nos pedían por equipo, aún recuerdo el día que alguien me preguntó: ¿y tú no piensas participar para el lema de la escuela? Y faltando 15 minutos para cerrarse el concurso: dije ¿por qué no? Y empecé a escribir lo que hasta el día de hoy es el lema de la escuela: **“Análisis, reflexión, acción para mejorar la educación”**; muchos pensarán análisis para qué o para quién? Pues nada menos que para conocer nuestras características o cualidades que nos definen como personas, así como de los alumnos; que sirvan de apoyo para llegar a conclusiones acertadas en el ámbito educativo.

Reflexión: que nos haga tener pensamientos o consideraciones para entender y comprender a nuestros alumnos, haciendo de ellos personas razonables y útiles a la sociedad.

Acción: porque no podemos quedarnos paralizados ante este devenir cambiante y debemos estar en constante transformación a través de la actualización y así contribuir para mejorar la educación, pues no podemos criticar, cuando no tenemos la iniciativa para hacer cambios positivos.

Un buen maestro no es un facilitador de respuestas, sino más bien debe ser un generador de cuestionamientos y debates que ayuden a la transformación de mentes productivas, pues no podemos cumplir con nuestra profesión, sin contar con vocación ya que esta es indispensable para:

- Mejorar los sistemas educativos de manera ilimitada.
- Contribuir al mejoramiento físico de las instituciones educativas y no esperar que el Gobierno lo haga, ya que contamos con autonomía de gestión.
- Fortalecer las técnicas de enseñanza a través del trabajo colaborativo de los colectivos.
- Participar en el reforzamiento de nuestras capacidades a través de la actualización permanente.
- Fomentar el diagnóstico y evaluación de nuestros alumnos a través de diversos métodos.
- Tomar decisiones educativas considerando el contexto con sus particularidades y peculiaridades.

Un buen maestro no solo debe ser competente en su nivel básico o materia de especialidad sino también debe tener conocimientos prioritarios en Psicología y gran desenvolvimiento en habilidades comunicativas tanto de lenguaje como de escritura; así como una gran habilidad para establecer parámetros de evaluación.

Cifrar los cimientos educativos desde una edad temprana en los alumnos no es una tarea fácil, pero esta no debe ser considerada imposible, cuando se tiene una

verdadera vocación de maestro.

El artículo 3º de la CPEUM en su párrafo 3 dice:

- La educación se basará en el respeto irrestricto de la dignidad de las personas, con un enfoque de derechos humanos y de igualdad sustantiva.
- Tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano y fomentará en él, a la vez, el amor a la Patria, el respeto a todos los derechos, las libertades, la cultura de paz y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia.
- Promoverá la honestidad, los valores y la mejora continua del proceso de enseñanza-aprendizaje.

La vocación de servicio debe constituir el sello indeleble del maestro en función ya que ésta no se podrá borrar o quitar de quienes en pleno uso de sus facultades han elegido la bella profesión de maestros, lo cual queda sustentado en el artículo 3º. **Párrafo VII y VIII de la CPEUM** los cuales fundamentan que:

- “La admisión, promoción y reconocimiento del personal que ejerza la función docente, directiva o de supervisión, se realizará a través de procesos de selección a los que concurren los aspirantes en igualdad de condiciones y establecidos en **la Ley General del Sistema para la Carrera de las Maestras y los Maestros** los cuales serán públicos, transparentes, equitativos e imparciales y considerarán los conocimientos, aptitudes y experiencia necesarios para el aprendizaje y el desarrollo integral de los educandos. Los nombramientos derivados de estos procesos sólo se otorgarán en términos de dicha ley”.
- “El Estado fortalecerá a las instituciones públicas de formación docente, de manera especial a las escuelas normales, en los términos que disponga la ley”.





Y si bien el presentar un examen es un requisito para ser admitido como docente o maestro, es un hecho que nadie puede arriesgarse a presentar sin contar con una verdadera vocación de servicio poniendo al descubierto sus conocimientos y aptitudes para el desarrollo integral de quienes serán sus alumnos. Debido a esto las escuelas formadoras de maestros han adquirido en los tiempos actuales mayor compromiso para mejorar el perfil de quienes en un futuro formarán parte de la planta de maestros en las instituciones de educación pública y privada.

Pues si bien el artículo 5º. De la CPEUM nos dice que:

- A ninguna persona podrá impedirse que se dedique a la profesión, industria, comercio o trabajo que le acomode, siendo lícitos.

De acuerdo con el anterior párrafo, a nadie se le puede negar el derecho de ser maestro, las oportunidades se presentan de manera particular en cada persona, en ellas estará el aceptar de manera consciente que esta profesión debe ser ejercida con mucha vocación que lleve implícito el verdadero sentimiento del amor hacia el prójimo.

Es de suma importancia que exista la vocación de servicio, ya que si esta no existe se pueden cometer actos ilícitos que priven la libertad de ejercicio del maestro y más cuando por error o equivocación se constituye en autor que vulnera los derechos humanos de los niños, ofendiendo con ello los derechos de la sociedad lo cual se tiene que resolver a través de una resolución judicial.

Por eso si como maestros queremos contribuir a mejorar la educación lo primero que tenemos que hacer es generar riqueza en nuestro interior y esta solo se da si hemos sido educados en valores.

El escritor Alfonso Reyes

decía que para que una persona pueda aliviar la sed de un sediento no basta con un buen corazón, se necesita compasión ¡y agua!, **por la sencilla razón de que nadie puede dar lo que no tiene.**

Como dijo **Antoine de Saint Exupéry** Novelista y aviador francés: "Si queremos un mundo de paz y

de justicia hay que poner decididamente la inteligencia al servicio del amor".

Pero de nada servirá si no poseemos la vocación de servicio como un sello indeleble ya que como dijo Osler William médico canadiense muy admirado en su época por las contribuciones a la medicina: "La felicidad consiste en abrazar alguna vocación que satisfaga al alma".

Recordemos las palabras de **San Francisco de Asís**: "Cuando abandones esta tierra, no podrás llevar contigo nada de lo que has recibido, solamente lo que has dado: **un corazón enriquecido por el servicio honesto, el amor, el sacrificio y el valor**".

Como afirmó **Antoine de Saint Exupéry**: "Conocemos lo que es nuestra vocación y es a nosotros a quien desfiguramos; pero sabemos que nuestra verdad se hará lentamente, porque es nacimiento de árbol y no hallazgo de una fórmula".

"Porque el fruto del amor es el servicio". 🍷

“

**La felicidad
consiste
en abrazar
alguna
vocación
que
satisfaga al
alma”.**

Gladys Edith Pérez Robles.

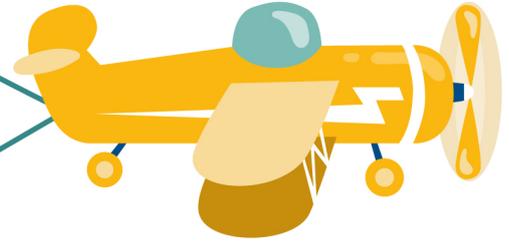
Doctora en Ciencias de la Educación.
Jefa de Sector 30 de Educación Preescolar.



Convocan al

I Concurso Literario Infantil y Juvenil

ESCRIBE UN CUENTO



Bases del concurso:

1. Podrán participar todos los alumnos(as) de 4° a 6° de primaria, de los tres grados de secundaria y todos los semestres de bachillerato que estén plenamente inscritos en alguna de las unidades o campus de SEV o ML.

2. Quedarán excluidos todos los cuentos publicados, premiados en otros certámenes o que se encuentren participando en otros concursos en espera de dictamen.

3. El concurso se dividirá en tres categorías a las cuales se les han asignado un mínimo de cuartillas a presentar:

- Categoría Primaria Mayor: 3 a 4 cuartillas de extensión.
- Categoría secundaria: 5 a 7 cuartillas de extensión.
- Categoría bachillerato: 8 a 9 cuartillas.

4. El tema es de libre elección.

5. El cuento deberá enviarse impreso en español, engargolado, por cuadruplicado en papel tamaño carta color blanco, escrito en computadora a doble espacio, por una sola cara, tipografía Times New Roman 12 puntos, con los márgenes superior e inferior de 2.5 cm, y derecho e izquierdo de 3 cm.

6. Cada trabajo deberá ser adjuntado en un sobre, rotulado con el nombre de la obra, género y seudónimo del autor, y dentro un texto con los siguientes datos: título de la obra, nombre completo del autor(a), unidad o campus al que pertenece, nivel y grado que cursa, dirección, teléfono y/o celular, así como correo electrónico. Cada una de las copias deberá mostrar en la portada el título de la obra y el seudónimo del autor(a) (en ningún caso debe incluirse el nombre ni referencias que revelen su identidad).

7. Los cuentos deberán ser entregados en la Dirección General del colegio, quien se encargará de enviarlo por vía postal al domicilio de la Coordinación General de SEV y ML, en Calle 21 de marzo No. 503, Col. Centro, Mazatlán, Sinaloa, México. C.P. 82000, con atención a: "Escribe un cuento"; Profa. Olga Margarita Aroch Punte: Coordinación Nacional de Arte y Cultura; correo: olga.aroch@sistemavalladolid.com, teléfono: 669-981-21-06 extensión 162.

8. El plazo de recepción finaliza el 31 de enero de 2023.

9. El jurado será externo al sistema, y estará integrado por personas reconocidas en el ambiente de la literatura y cultura de Mazatlán, Sinaloa, o de algún otro lugar del país que la Coordinación General de SEV y ML elija. Después de emitido el veredicto, se procederá, ante autoridades de SEV y ML, a la apertura de las plicas de identificación de los ganadores y será divulgado a través de las páginas www.sistemavalladolid.com y www.multiversidad.com.mx, el día 22 de abril de 2023.

10. Se premiará a los tres mejores cuentos a nivel nacional:

- Con galardón y diploma al primer lugar.
- Con medalla y diploma al segundo y tercer lugar.

11. Los casos no previstos en la presente convocatoria serán resueltos por el comité organizador y autoridades de SEV y ML.



COMUNICACIÓN EDUCATIVA:

una reflexión desde los modelos pedagógicos

María Rosa Alfonso García

Los acelerados cambios impuestos por la globalización y la sociedad del conocimiento hacen necesaria una reflexión y actuación sobre los procesos de enseñanza-aprendizaje. Si cambian los modelos educativos y cambia también la manera de comunicarse alumnos y profesores es conveniente una reflexión sobre la comunicación educativa, porque, aunque existen nuevos retos, aún la comunicación en el aula sigue siendo en muchas ocasiones de carácter tradicional.

La educación se enfoca como un proceso de comunicación y actividad, debido a que la generación y construcción de los aprendizajes solo puede lograrse desde adecuados procesos comunicativos entre el profesor y los alumnos con un código compartido y mediados por el contexto. Por ello es que no debe ser una comunicación unidireccional en que el profesor expone y el alumno recibe, sino horizontal o dialogada, con un continuado intercambio de roles, para una interlocución sostenida.

Lograr estos atributos de la comunicación educativa implica revisar los modelos pedagógicos que subyacen en la actuación del profesor, pues es sabido que desde modelos tradicionales de docencia existe el dominio del profesor, que



se considera la autoridad indiscutible sobre los alumnos que son entes pasivo receptores, así la educación dialógica requerida, solo se puede lograr desde modelos alternativos de carácter sociocrítico y constructivista que prestigian el protagonismo del alumno en la construcción de sus aprendizajes.

Analizar la relación existente entre los modelos pedagógicos y los modelos comunicativos, valorar los mejores estilos comunicativos para el desarrollo de la docencia contemporánea, y establecer el carácter de contenido transversal de la comunicación oral y escrita, son los objetivos centrales del presente artículo.

Desarrollo

Guerrero-Aragón, Antalis-Santa Cruz, & González-Fernández, (2018) afirman que la comunicación educativa, se dirige al intercambio recíproco de conocimientos, procedimientos y actitudes que constituyen la finalidad de la educación y se produce en el espacio educativo. Establecen con claridad que la comunicación implica la habilitación de vías horizontales de interlocución, con lo que coincidimos, asumiendo la necesidad de comunicación horizontal o dialogada y la tesis central de que el enfoque de la comunicación dependerá de los modelos pedagógicos de partida.

Kaplun (2002) afirma la existencia de tres modelos pedagógicos esenciales asociados a diversos modelos comunicativos: el modelo del énfasis en los contenidos, del énfasis en los efectos y del énfasis en los procesos, asociados respectivamente a la educación tradicional, al conductismo y a la Pedagogía Crítica.

En el primero se otorga prioridad al profesor y a los contenidos, la comunicación es unidireccional del profesor al alumno y no existe verdadera retroalimentación.

El modelo de énfasis en los efectos se basa en el conductismo, y se trata de ofrecer un estímulo persuasivo para generar la retroalimentación, se corresponde con el modelo clásico de comunicación, en el cual existe un emisor que emite un mensaje persuasivo hacia un receptor, quien a partir del estímulo del mensaje retroalimenta al emisor original del mensaje.

El modelo de énfasis en los procesos: según la denominación de Freire, se corresponde con una concepción de "educación liberadora o transformadora", el educando es el centro del proceso, la participación e interrelación entre los actores es esencial, se parte de lo que se conoce y se reflexiona sobre ello para nuevamente llevarlo a la práctica (acción-reflexión-acción). Este modelo de educación se considera el más óptimo, por su carácter dialógico y se asocia al modelo participativo de comunicación en el

Guerrero-Aragón, Antalis-Santa Cruz, & González-Fernández, (2018) afirman que la comunicación educativa, se dirige al intercambio recíproco de conocimientos, procedimientos y actitudes que constituyen la finalidad de la educación y se produce en el espacio educativo.



que hay un continuado intercambio de roles entre emisores y receptores en igualdad de condiciones. (Kaplan, 2002).

La importancia del diálogo en la construcción conjunta de los saberes no es nueva, ni propia de la sociedad del conocimiento, pues uno de los métodos de enseñanza más poderoso aparece desde Sócrates que con su mayéutica, dialogaba e interrogaba a sus alumnos, haciéndolos argumentar, replicar, explicar con el llamado arte de “parir las ideas” que es el significado original de la palabra mayéutica.

Rabelo, Morris, & Padua, (2022) expresan que muchos autores coinciden en el sentido dialógico que debe poseer la educación, con mención especial a la obra de Freire, con su teoría de la acción dialógica en que se supera la idea del sujeto objeto de la educación, porque educar no es una mera transferencia de saberes, sino un diálogo sostenido entre interlocutores: educadores y educandos y toda la comunidad participante. Esto tributa a la idea de apreciar la educación como proceso de comunicación y actividad.

Lograr adecuados procesos de formación con una buena comunicación implica el tratamiento de diversas habilidades, entre estas Núñez, Pérez, & Izquierdo, (2018) destacan un alto nivel de lenguaje, fuertes capacidades interpersonales y de comunicación, deseo de aprender y motivación para enseñar en un sentido más general, mientras que de modo más específico afirman la necesidad de escucha activa, empatía, validación emocional, lenguaje no verbal, resolución de conflictos, negociación, lectura, escritura, respeto, capacidad de persuasión, credibilidad.

Los estudiantes deben perfeccionar sus habilidades comunicativas o lingüísticas: hablar, escuchar, leer y escribir porque son las cuatro habilidades que el usuario de una lengua debe dominar para comunicarse con eficacia en todas las situaciones posibles; pero la comunicación es tan compleja y diversa como la actividad humana misma y las relaciones sociales. (Gurrero-Aragón, Antalis-Santa Cruz, & González-Fernández, 2018).

La escucha atenta es de gran importancia porque en el inter del

juego del diálogo para decodificar los mensajes y argumentar, es necesario un interlocutor atento, pero también, el respeto y la tolerancia por las opiniones y puntos de vista diversos que surgen en clases, todo lo cual se engloba en la asertividad y la empatía consideradas también habilidades comunicativas porque para generar buenos aprendizajes, debemos ser empáticos, lograr adecuados ambientes y, sobre todo, trabajar desde la comunicación asertiva en contraposición a la pasiva y a la agresiva, más asociadas a los modelos pedagógicos tradicionales por el rol pasivo que a los alumnos corresponde desempeñar.

Los estudiantes deben perfeccionar sus habilidades comunicativas o lingüísticas: hablar, escuchar, leer y escribir porque son las cuatro habilidades que el usuario de una lengua debe dominar para comunicarse con eficacia en todas las situaciones posibles.



En diversas interacciones sostenidas en cursos de comunicación y más recientemente en un congreso en que participé, aparecieron algunas preguntas interesantes para caracterizar la comunicación educativa. Una de ellas indagaba mediante qué técnicas podían mejorar la comunicación educativa y yo respondí que la comunicación es algo más que el manejo de técnicas, es preciso conocer bien las características de los modelos pedagógicos, la base epistemológica de la disciplina que se imparte, la decisiva importancia del trabajo colaborativo en unión del trabajo independiente y la necesidad de diversificar las situaciones de aprendizaje, con lo que se requiere asumir con motivación y responsabilidad la práctica pedagógica, porque la idea esencial es que no se trata de mejorar solo la comunicación, sino toda la práctica pedagógica, puesto que comunicación y actividad son criterios claves en la docencia actual.

Resumiendo, la idea de cómo mejorar la comunicación pedagógica, se necesita explorar los saberes previos de los alumnos, establecer consensuadamente las reglas de las dinámicas grupales para desde el inicio ir sentando las bases actitudinales de la construcción conjunta, la colaboración y el diálogo respetuoso entre los pares. También es necesario tratar la nueva materia con diversidad de actividades de aprendizaje, porque la comunicación horizontal o dialogada se cumple desde métodos activos como el estudio de casos, el completamiento de relatos y el seminario.

Así al inicio y también en el transcurso de una materia, se necesita

de evaluaciones diagnósticas formativas, no crediticias, para conocer en qué aspectos comunicativos debemos enfatizar, sin olvidar las cuatro habilidades comunicativas básicas: lectura, escritura, habla y escucha. El diagnóstico debe ser con variedad de instrumentos cuantitativos y cualitativos, y sobre todo explotando la motivación intrínseca por el acto comunicativo.

Otras preguntas fueron ¿por qué la comunicación es un contenido transversal en la docencia?, y también ¿cómo trabajar la comunicación con programas oficiales sobrecargados de contenido, donde el tiempo no alcanza? La argumentación que ofrecí expresaba que son contenidos transversales porque deben abordarse en todas las materias cuando en el curso de la interacción así se requiera.

En la formación profesional es decisiva la importancia de la comunicación como contenido transversal, así Mendieta, Menéndez, Casanova, Saltos, & Saltos, (2016) afirman la necesidad de la comunicación como eje transversal en cualquier carrera, lo cual obedece a la necesidad de comunicación eficaz durante la actuación profesional como instrumento articulador entre procesos internos y externos, pese a que sigue considerándose como un proceso espontáneo que no implica planeación y evaluación.

En un estudio de la revista Forbes (2015) citado por Mendieta, Menéndez, Casanova, Saltos, & Saltos, (2016) se establece que entre las competencias buscadas por los reclutadores para seleccionar a los profesionales están: trabajo en equipo, resolución de problemas, comunicación eficaz,

organización, análisis y procesamiento de información, destacándose que las habilidades comunicativas son las más ponderadas en la contratación de personal.

Trabajar la comunicación como contenido transversal implica que estemos atentos al lenguaje oral y escrito de nuestros alumnos, para establecer la corrección oportuna. Nos percataremos en una respuesta determinada, no solo del contenido disciplinar, sino de su timbre, tono, fluidez, manejo léxico, si tiene alguna muletilla o vicio del lenguaje, y vuelvo a señalar la función de la evaluación formativa para tratar este contenido transversal, de lo que puede inferirse que en las rúbricas evaluativas deberán aparecer criterios de desempeño relacionados con la comunicación, independientemente de la materia de que se trate. En mis cursos de Investigación, por ejemplo, suelo colocar criterios como este: "Se expresa oralmente y por escrito con claridad, coherencia y fluidez", y "Argumenta sus puntos de vista desde actitudes respetuosas con los pares".

Para desarrollar una educación dialógica el profesor ha de estar atento a matizar alguna idea, hacer una aclaración o enrumbar los análisis. Un maestro que conozca a sus alumnos, a su grupo, también sabrá manejar con tacto a aquellos alumnos que acaparan las intervenciones para que los participantes quebranten progresivamente esos vacíos comunicativos que suelen producirse en las dinámicas insuficientemente dirigidas por el profesor. De manera que serían acciones de rigor: encuadrar para explorar, tratar la nueva materia, sistematizar y evaluar.





Conclusiones

Para lograr el diálogo y la construcción de los saberes, es decir, mejores procesos de comunicación y actividad en la docencia contemporánea, el profesor debe dominar con profundidad su disciplina, los principios pedagógicos de los diferentes modelos, para la toma de posición por los constructivos y críticos, además de ser él mismo un buen comunicador.

La comunicación debe tratarse como un contenido transversal porque las cuatro habilidades básicas de leer, escribir, hablar y escuchar nos acompañarán en toda nuestra vida personal y profesional.

La comunicación educativa debe basarse en modelos socio-constructivistas y críticos que privilegian el aprendizaje autónomo y la importancia de los símbolos compartidos a partir del contexto que rodea la formación.

Ubicar el aprendizaje en un marco interactivo de acción, diálogo y reflexión implica reconocer que el estilo de comunicación pasivo y agresivo se asocia a los modelos tradicionales de docencia, mientras que el estilo asertivo, a los modelos socio-constructivistas de carácter crítico y a las mejores prácticas pedagógicas. 🌀

María Rosa Alfonso García.

Doctora en Ciencias Pedagógicas.

Directora Académica del Instituto Superior de Especialidades de Monterrey.

Referencias bibliográficas:

Freire P. *La educación como práctica de la libertad.* (1997) México Ed: Siglo XXI.

Guerrero-Aragón, Y., Antalis-Santa Cruz, A., & González-Fernández, Z. (2018). La participación protagónica de los estudiantes desde la comunicación educativa. *Maestro y Sociedad*, 15(2), 302-312.

Kaplun M. *Una pedagogía de la comunicación (el comunicador popular).* (2002) La Habana: Editorial Caminos.

Mendieta, I. D. L. B., Menéndez, M. M., Casanova, W. A. C., Saltos, R. P., & Saltos, G. P. (2016). La comunicación, eje transversal en la formación del estudiante universitario en el siglo XXI. *Dudas@ Lía: Didáctica y Educación*, 7(6), 173-182.

Núñez, A. M., Pérez, R. M., & Izquierdo, N. V. (2018). La Comunicación entre profesores y estudiantes universitarios durante el desarrollo del Proceso Docente Educativo. *Revista Cubana de Educación Médica Superior*, 32(2), 1-10.

Rabelo, S. A., Morris, R. B., & Padua, S. R. (2022). Apuntes teóricos sobre la comunicación educativa mediada por las redes sociales. *Revista Referencia Pedagógica*, 10(Especial), 25-40p.

BACHILLERATO **MULTIVERSIDAD** VIRTUAL

TERMINA TU BACHILLERATO EN SÓLO **2 AÑOS**

BENEFICIOS DE ESTUDIAR CON NOSOTROS



Desarrollas tu capacidad de auto-aprendizaje.



Sin problemas de horario.



Económicamente representa un gran ahorro al tener **costos accesibles**.



Aprendizaje individual y **retroalimentación constante** a tu propio ritmo.



Puedes **trabajar y estudiar** al mismo tiempo.



Clases interactivas asesoradas por **profesores altamente capacitados**.



Tendrás **acceso a nuestra plataforma virtual** durante las 24 horas del día.

REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN

- **Acta de nacimiento**
- **Curp**
- **1 Fotografía digital**
- **Certificado de secundaria**

Estamos incorporados a la **DGB** y avalados por la **SEP**

Acuerdo de incorporación:
número 16/1165 del 26 de enero del 2016.

TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN ELECTRÓNICA [TIC]

¿AMIGOS O ENEMIGOS DE LA EDUCACIÓN?

Segunda de dos partes

Martha Eugenia Serrano Limón

El nombre de estos artículos nos invita a reflexionar si para la educación tanto medio de comunicación electrónica ha sido benéfico o perjudicial.

Es innegable que la aparición, el desarrollo y el consumo de las TIC, sin importar edad o cultura, ha modificado la forma de vida, y, como todo cambio, ha traído bastantes consecuencias.

No es posible oponerse a los cambios ni permanecer fuera de ellos; pero quizá conociendo las consecuencias negativas, al menos podamos paliarlas un poco.

En el campo de la educación, sin ir muy lejos ni ser muy profundos, quien se dedica a la enseñanza ha tenido que entrar al conocimiento de la computación, aunque, apenas unos años atrás ni siquiera contara con un celular; ya que, en casi todos los planteles, solicitan a los maestros “subir al sistema las calificaciones”.

Con lo que respecta a enseñanza, las TIC ni benefician ni perjudican. Son “neutrales”. Los beneficios o perjuicios que le produzcan al maestro dependen del uso que el docente haga de ellas.

Es necesario explicitar que la educación “moderna” no se define por el uso de materiales “modernos” lo que diferencia la educación moderna de la tradicional es el concepto que el verdadero aprendizaje solo se logra con la participación del alumno. (aprendizaje significativo). Si el maestro es el único que interviene en la enseñanza y considera al alumno como receptor, “memorizador” y repetidor de los contenidos que imparte, está siendo un maestro de la época obscurantista o muy primitiva, así imparta su clase con los más avanzados videos interactivos o tridimensionales. La enseñanza basada en



Solo podemos hablar de modernidad pedagógica cuando el alumno es quien toma la parte activa de su propio aprendizaje. Corresponde al maestro propiciar los medios, organizar las actividades, planear las estrategias didácticas para que este aprendizaje se logre.

la exposición exclusivamente se encuentra en la etapa del medioevo: magister dixit ergo verum est (lo dice el maestro, luego es verdad). Suelo decir con ironía que en esta época diremos: Google dixit ergo verum ist.

Solo podemos hablar de modernidad pedagógica cuando el alumno es quien toma la parte activa de su propio aprendizaje. Corresponde al maestro propiciar los medios, organizar las actividades, planear las estrategias didácticas para que este aprendizaje se logre.

El uso de los materiales didácticos es tan sólo una parte de las estrategias de enseñanza-aprendizaje y las TIC caen en este campo. Son auxiliares. No substituyen al maestro ni logran por sí mismos el aprendizaje de los alumnos.

Diferente es, el auto-aprendizaje por medio de videos. Ahí el alumno toma el rol de maestro y realiza los dos papeles: Maestro y alumno. No niego que a ello llegaremos; pero en la

actualidad, en las clases presenciales y aún en las virtuales, el maestro sigue siendo quien determina el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Si consideramos que las TIC son un instrumento de apoyo al proceso enseñanza-aprendizaje, su empleo tiene beneficios que no hemos alcanzado a medir. Ahora bien, paralelo a este empleo, todo maestro que haya estado en contacto con alumnos sabe que el mayor competidor y a veces obstaculizador de nuestra actividad en el aula es el celular.

Volviendo a ser irónica diré que la excelencia en la enseñanza se definirá como **“lograr que el alumno se olvide del celular para participar en clase”.**

Sin pretender lograr tal excelencia educativa, me permito presentar al lector unas recomendaciones generales para el uso de las TIC en la enseñanza, así como algunas para cada nivel educativo.

RECOMENDACIONES GENERALES PARA EL USO DE LAS TIC EN LA ENSEÑANZA

Como inicio daré unas recomendaciones no solo generales, sino limitadas a esta temporada post pandemia:

- ▶ Limite al máximo el uso de las TIC al menos algunos meses posteriores a la pandemia, en los cuales el alumno estuvo confinado en su hogar y obligado a estudiar de manera virtual.
- ▶ Considere que los alumnos están sobresaturados de las clases virtuales. Haga contrapeso usando otro tipo de materiales y de técnicas. Aun empleando la técnica expositiva, use usted el pizarrón, y desplácese de un lugar del aula a otro al exponer. Este simple desplazamiento hará sentir al alumno cercano con el maestro.
- ▶ Haga preguntas durante la exposición. Esto permitirá al alumno sentir que participa en clase y no solo es un espectador.
- ▶ Propicie el movimiento físico de los alumnos. Un simple ejercicio como: "Póngase de pie el que esté de acuerdo con lo expuesto"; "Pase al frente a explicar lo que ha entendido"; "Muevan los brazos en alto para felicitar a quien tuvo una buena argumentación". Aún en los niveles superiores, un ligero movimiento físico será bien recibido por los alumnos.

Obviamente en los niveles elementales o en algunas asignaturas específicas habrá más oportunidades de mayor movimiento.

- ▶ Recorra a las estrategias de participación grupal. El alumno ha estado aislado mucho tiempo. El trabajo en equipos será benéfico para los alumnos.
- ▶ Culmine la clase, de ser posible, con alguna actividad diferente a la expositiva. Algo plástico, una dramatización, canto, por decir algunas actividades para los niveles elementales. Un cuadro sinóptico, un mapa conceptual, una síntesis, en los niveles superiores.

Además de estas recomendaciones para los tiempos pos-pandemia, presento las siguientes recomendaciones generales:

- ▶ Planee su clase. Considere que las estrategias participativas toman más tiempo que las expositivas.
- ▶ No use videos ni películas como sustituto de dar la clase.
- ▶ No emplee las TIC como único medio de enseñanza.
- ▶ Revise previamente los materiales que expondrá. En ocasiones los

videos traen vocabulario o escenas inconvenientes para los alumnos; incluso hay algunos videos que traen equivocados los conceptos o bien, no responden a la realidad educativa de México. Me tocó ver un video que comenzaba diciendo "¿Te has preguntado por qué no hay flores en diciembre? También he encontrado materiales obsoletos. "Reflexiona un poco sobre cómo es la vida de los alemanes con la existencia del muro de Berlín".



No quiero decir que se desechen los materiales; pero el maestro debe aclarar estas discrepancias antes de proyectarlas con sus alumnos. Si un video es muy adecuado y quiere emplearlo, antes de proyectarlo haga las aclaraciones pertinentes: por ejemplo, con el video de las flores, aclarar que es un video de un país en que diciembre es un mes de mucho frío, con un invierno muy crudo y por lo tanto no hay flores como las hay en México. Aclarar antes de proyectar el video sobre el muro de Berlín, "Este video está hecho en 1979. Aún existía el Muro de Berlín. Actualmente ya no existe ese muro". Puede usted editar y cortar lo que no le parezca adecuado pero no tenga sorpresas desagradables al presentar un video o material que usted desconoce.

Revise los aspectos materiales o físicos antes de empezar la clase. Si

lo alcanzan a ver todos los alumnos, si se oye bien. Si es compatible el programa de la computadora de la escuela con el material que se lleve, etc. También en este rubro yo recomiendo a los maestros llevar los materiales listos en una USB o cualquier medio que se emplee; pero no buscarlo y bajarlo ya estando en clase y en presencia de los alumnos. Con frecuencia falla el internet. Otra recomendación dentro de este campo es que use una pantalla de tamaño adecuado al grupo. Pasar un material en una laptop a un grupo de 40 o más alumnos deja sin la posibilidad de verlo a un gran número de alumnos.

Quiero señalar, que las anteriores recomendaciones son válidas para casi cualquier material didáctico. (Lea usted los textos que recomienda a los alumnos. Ejecute los experimentos de Ciencias Naturales antes de llevarlos

al grupo). Recuerde: las clases se planean NO se improvisan.

En este punto hay una recomendación que quiero hacer: Cuando usted encuentre un material que le parezca bueno: GUÁRDELO o conserve el link. Generalmente los maestros impartimos la misma materia a diversos grupos o en diversas escuelas y durante varios años. No desperdicie tiempo buscando materiales si ya encontró alguno adecuado.

Es importante también recordar que, hasta hace apenas unos años, se exigía a los alumnos la ficha bibliográfica. Sigue siendo válida esta recomendación. Solamente que ahora es electrónica. Cumpla usted con esa norma y agregue la bibliografía electrónica a sus trabajos o haga un archivo de links, pero tenga concentrados los materiales que emplea o le sirven en algún sitio o con alguna modalidad que le acomode.

USO DIDÁCTICO DE LAS TIC PARA QUE EL DOCENTE LAS EMPLEE CON SUS ALUMNOS

Perdón por ser reiterativa: Planee sus clases y en la planeación considere el uso de las TIC. Tiempo, estrategia y forma de evaluar.

Yo sugiero que la planeación se realice días antes del inicio de clases. Usted debe enlistar los objetivos, contenidos o aprendizajes esperados anuales o semestrales, según el sistema con el que se trabaje.

Divida los objetivos en bloques o meses, según sea el sistema con el que se trabaje. En casi todos los niveles, el maestro recibe el programa escolar ya dosificados estos contenidos por bloques o tiempos (meses, bimestres, semestres).

Señale en los contenidos los materiales con los que piensa trabajar. Asegúrese de que el desarrollo de cada tema incluya la participación de todos los alumnos. Tenga presente las estrategias con las que evaluará el contenido.

Recuerde que, con el uso de un material electrónico como única estrategia, no conduce al logro del aprendizaje. Planee otras actividades que le ayuden al logro de los aprendizajes esperados.

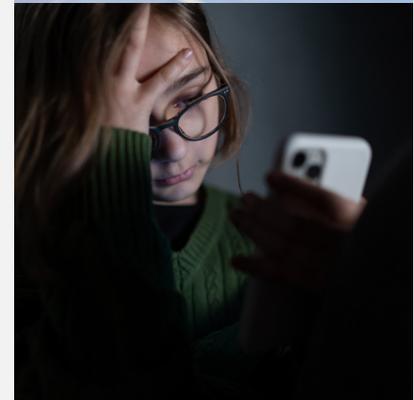
En los niveles elementales, recomendaría yo al maestro propiciar más la educación real a la electrónica. Más al movimiento físico que a la observación visual.

El niño apenas se está desarrollando. Está creciendo y requiere movimiento. Necesita de objetos físicos que le ejerciten todos los sentidos.

Algunos expertos señalan que el cerebro se desarrolla más lento con el uso excesivo de la computadora y que, además el niño pierde capacidad de autorregularse. Los niños tienen menos disciplina y capacidad de atención.

El uso de las TIC debe ser limitado en estos niveles.

El maestro debe considerar que no todos los niños de estos niveles tienen acceso a la computadora y yo espero que, salvo en casos extremos de necesidad, ningún padre de familia le compre un aparato de comunicación electrónica a un niño pequeño. El abuso infantil sí existe y el celular es un medio muy frecuente de ejercer violencia sexual en los niños (y adolescentes y adultos).



Estas son algunas recomendaciones que ofrezco a los docentes de los niveles elementales sin que pierdan validez en los niveles superiores:

- ▶ Planee sus actividades y seleccione los materiales que va emplear.
- ▶ Pondere las actividades plásticas, manuales y físicas sobre la actividad de solamente ver un material.
- ▶ Prepare al grupo antes de hacer uso de algún material electrónico. Narre algo sobre el tema, dialogue con sus alumnos, lleve material natural para que los alumnos manipulen, palpén, huelan, pesen, ANTES DE EMPEZAR a ver un video.
- ▶ Recuerde que la atención de los alumnos de preescolar, y de 1° y 2° grado de primaria dura escasamente 20 minutos. No proyecte todo el material a la vez a menos que sea de pocos minutos. Interrumpa la proyección y comente o haga preguntas y después continúe con la proyección.
- ▶ Culmine siempre con alguna actividad motora, plástica o musical.
- ▶ Observe a sus alumnos mientras proyecta el material y mida la intensidad con la que están viendo los materiales.

En general las recomendaciones que se dan para preescolar siguen siendo válidas en primaria, aunque la capacidad de atención, si ha habido un desarrollo normal en los grados anteriores, va en aumento. El niño ya puede estar atento por más tiempo. Quizá en este nivel no sea necesario para tantas veces una proyección, pero durante ella, el maestro puede hacer comentarios rápidos y cortos que estimulen la atención del niño, por ejemplo: "Fíjense que la casa está en medio del desierto" o "Ése es Miguel Hidalgo" o "Vean que frágil está el hielo".

- ▶ Sea muy cuidadoso en la selección de materiales. Hay muchos videos en el mercado. Pueden ser agradables, pueden no tener nada inapropiado; pero no ser útiles para lograr los aprendizajes esperados.
- ▶ Si el material que eligió tiene muchos contenidos, fraccínelo en etapas para proyectarlo en varios días.
- ▶ Usted puede emplear un material como motivación para introducir el tema o bien como culminación. Si es antes, no exija ni espere que el alumno retenga los contenidos. Las proyecciones como inicio del tema son únicamente para

motivar al alumno. Si lo emplea al final, el alumno ya habrá alcanzado los objetivos y será un magnífico repaso y cierre. Un mismo material puede servirle para varias etapas del proceso de enseñanza.

- ▶ Por agradable que le resulte al niño, no use materiales de caricatura en los temas de contenidos escolares. Por ejemplo, no use animales que hablan o usan vestimenta humana en los temas de ciencias naturales, ni personajes históricos caricaturizados.
- ▶ Verifique si los aprendizajes esperados se lograron después de la proyección y refuerce aquéllos que no se lograron.
- ▶ Indique a sus alumnos en qué aspecto o parte de la proyección deberán poner mayor atención. Por ejemplo, si se habla de los accidentes geográficos decirles "En el video van a observar un río. Presten atención como corre el río hasta llegar al mar" o bien "Recuerden que el hombre ya había descubierto el fuego cuando llegó a América. Pongan cuidado cuando este hecho se proyecte".
- ▶ Al igual que en preescolar, culmine el tema con una actividad plástica, motora o manual.



Para la enseñanza media y media superior estas serían algunas sugerencias:

En este nivel el maestro ya puede solicitar trabajos de investigación para los que el alumno deba consultar en internet.

- ▶ Use materiales de corta duración. A partir del nivel medio, el maestro solamente es responsable de una asignatura cuya clase generalmente no excede de 90 minutos promedio, por lo cual, el uso de un video debe ser de corta duración. No es adecuado que como inicio se proyecte algo sin preparación o sin introducción al tema ni que se termine la clase al terminar el video y ya no se comente nada. O bien, fraccione el material en partes y proyéctelo en varias sesiones.
- ▶ No deje un trabajo diciendo solamente "investiguen". Dé lineamientos para realizar la investigación.
- ▶ Use un cuestionario para guía.
- ▶ Verifique usted mismo los materiales de consulta que recomienda a los alumnos. En este nivel, es muy conveniente que el maestro sugiera a los alumnos links de dos o tres sitios.
- ▶ Sea usted quien copie los materiales y difúndaselos a los alumnos con indicaciones para que trabajen con ellos. "Escribe cinco ideas principales; haz un mapa conceptual, explica lo que más te impactó, etc.
- ▶ Si va a proyectar un video, introduzca un tema antes de la proyección y haga un cierre al terminarlo. Un video sin ninguna indicación no siempre ayuda a los alumnos. Si no les interesa, simplemente no le prestan atención. El alumno debe estar motivado para recibir los videos.
- ▶ No deje trabajos de investigación que usted no vaya a revisar. Preferible dar instrucciones para que el alumno haga un trabajo corto que usted revise profundamente y de manera completa a dejar un trabajo que usted solo miró a la ligera. Si usted revisa

profunda y completamente trabajos muy largos, pues reciba mi felicitación. Los alumnos detectarán si usted revisa o no los trabajos.

En los niveles superiores, el alumno (en teoría) ya aprendió a investigar y el uso de las TIC le facilitará el trabajo ya que los alumnos acceden a la biblioteca desde el celular.

En el nivel superior usted debe compartir con sus alumnos los objetivos que espera de cada trabajo y especificar los puntos indispensables, la extensión de este, etc. Lo que cambió fue el medio de investigar. Hasta hace pocos años se iba

a la biblioteca a consultar. Ahora se da clic a un sitio de internet. Las recomendaciones didácticas siguen siendo las mismas. Dar instrucciones precisas, explicitar qué se desea y cómo se va a evaluar y ¿Por qué no? Quizá usted pueda diseñar una actividad plástica, motora o musical para un tema determinado.

Para finalizar diré que NO permita el uso de celular en clase. (como se solicita en el cine: Apáguenlo); pero NO luche contra él. Va usted a perder. Tenga acuerdos con los alumnos y, sobre todo, haga su clase más interesante que el chateo. De verdad, de verdad, le deseo mucha suerte. 🍀



Martha Eugenia Serrano Limón.

Maestra normalista con especialización en Didáctica. Estudios de posgrado en enseñanza del proceso de lecto-escritura en la Universidad de München, Alemania.

¡Ya está disponible NUESTRA NUEVA EDICIÓN!



Ingresa a:

<http://revista.ciinsev.com>



DIAGNÓSTICO DE LAS RELACIONES DE CONFIANZA

porque su mejora impacta en la permanencia escolar

María de Lourdes González Peña

Las relaciones de confianza presentes en las escuelas son un tema que se necesita conversar en la academia con mayor profundidad, ante el reto que tenemos las figuras educativas en las escuelas de lograr progresos en aspectos como son la permanencia escolar, el desarrollo profesional e integral, la revalorización docente y el bienestar de toda la comunidad de aprendizaje. Y por lo tanto, en el presente texto se aborda la naturaleza y el significado de la confianza, así como también, algunas facetas que deben considerarse en las relaciones de confianza. De igual manera, el texto ofrece algunas técnicas con experiencias que se implementaron con las facetas de la confianza y que fueron aprobadas por grupos científicos para su publicación en revistas arbitradas, lo que implica que la problemática y las soluciones al tema cobran relevancia para la difusión y para la aplicación. Y me parece que podemos rescatar esto, porque es importante cuando se trata de argumentar los resultados de la población escolar o para realizar ajustes en las gestiones escolares.

Ante lo dicho, resulta de importancia detectar el estado en que se encuentran las relaciones de confianza entre directores y académicos, entre pares docentes, entre el cuerpo académico con estudiantes y con padres para que en su caso en las instituciones educativas el cuerpo docente y



directivos posean información sobre los puntos de quiebre en la confianza y planeen las acciones y las técnicas que permitan realizar las reparaciones por la vinculación con el logro de las metas de aprendizaje y la retención de la población de estudiantes y planta docente a manera de aliviar el problema en las escuelas.

En virtud de lo dicho se hace necesario verificar el lenguaje compartido que tiene la comunidad académica sobre el tema. Pues bien, a finales de la década de los noventa, algunos de los estudiosos de la educación enfocan su atención en el tema de las relaciones de confianza porque manifiestan que para una escuela se traduce en una mejoría escolar (Razeto, 2017). Las publicaciones en torno al tema de la confianza no se hicieron esperar y además de publicar definiciones, también se difundieron algunas características, esto para posicionar entre el gremio académico un lenguaje compartido.

Resultado de importancia detectar el estado en que se encuentran las relaciones de confianza entre directores y académicos, entre pares docentes, entre el cuerpo académico con estudiantes y con padres para que en su caso en las instituciones educativas el cuerpo docente y directivos posean información sobre los puntos de quiebre en la confianza y planeen las acciones y las técnicas que permitan realizar las reparaciones por la vinculación.

Al respecto, en un artículo de fecha reciente, Peña et al. (2018) publican algunas características presentes en un cuerpo académico donde la confianza entre los directivos y la comunidad educativa regularmente es visible y asumen que poseen "un carácter dinámico, suelen ser benévolos, honestos, flexibles, se anticipan y están felices" (p. 1).

Sin embargo, también surgen los estudios centrados en hacer alertas para detectar las tensiones por motivo de bajas relaciones de confianza, es decir cuando ocurre lo contrario, ya que la consecuencia es la ansiedad del grupo por alcanzar los objetivos de mejora escolar o para trabajar como red de apoyo al estudiante y entre el grupo aumentan los rumores y se plantean cambios de trabajo.

Ahora bien, querido/a lector/a es oportuno examinar qué es **la confianza** y de acuerdo, al diccionario de la real academia española (RAE, s.f.) **es la esperanza firme que se tiene de alguien o algo. Es el ánimo, aliento o vigor para obrar.** La narrativa de la confianza ha sido recuperada por estudiosos como Durkheim (1893) en su texto de división de trabajo o por Luhmann (1996) en su texto titulado, la confianza.

La confianza se encuentra en una dimensión subjetiva que involucra el acercamiento entre las personas para conservar o para romper sus relaciones interpersonales. Como puede notarse el tema de la confianza no es nuevo y otro estudioso como Hargreaves (2007) destaca que existe un gran beneficio entre los integrantes cuando se ha construido un clima de confianza porque les invita a ser proclives a la cooperación, también se genera un desarrollo y crecimiento profesional entre las figuras docentes porque entre los integrantes se ofrecen consejos y se apoyan entre sí para mejorar. También, cabe agregar que el contexto cultural, social y en ocasiones el organizacional motivan que se disminuya o suspenda la confianza.

En virtud de lo dicho, es necesario que, entre las figuras educativas, sean los directivos de las escuelas y toda la comunidad de aprendizaje se centren en construir espacios de confianza porque es una condición que sugiere un ambiente de mejora continua, además de sinceras ganas por permanecer tanto por parte de los profesores, como de los estudiantes.

Preocupa así también, que los líderes pedagógicos carezcan de los recursos o de las estrategias didácticas que les permitan resolver y orientar a la comunidad educativa. A continuación, se



exponen cinco facetas de la confianza detectadas por Tschannen-Moran y Hoy (2000) y que los estudiosos publicaron en una revista arbitrada a modo de que pueda implementarse y sirva para que la comunidad educativa examine sus relaciones de confianza, entre los directores y los docentes, entre los pares académicos, entre los docentes y directivos con los estudiantes y padres por el beneficio de la permanencia, de la colaboración y la mejora continua.

Una faceta es la benevolencia, a la que Hoy y Tschannen-Moran (2000) y Peña et al. (2018) explican como la creencia de que una persona quiere el bien para sí y para otra persona o grupos de personas. Por lo tanto, se relaciona con evitar a toda costa que las acciones dañen a los integrantes.

Una segunda faceta es la honestidad, a la que Tschannen-Moran (2014) y Peña et al. (2018) puntualizan que se refiere a examinar la consistencia entre lo que una persona declara, lo que hace y las acciones por las que acepta su responsabilidad y participación.

Una tercera faceta es la apertura a la que Van et al. (2014) y Peña et al. (2018) explican como el manejo que las personas hacen de la información

Es necesario que, entre las figuras educativas, sean los directivos de las escuelas y toda la comunidad de aprendizaje se centren en construir espacios de confianza porque es una condición que sugiere un ambiente de mejora continua, además de sinceras ganas por permanecer tanto por parte de los profesores, como de los estudiantes.

y en la medida en la que están dispuestas a compartir lo que saben, sin ocultar, pero también a no difundir información confidencial.

La cuarta faceta es la previsibilidad que de acuerdo con lo que exponen Butler y Cantrell (1984) y Peña et al. (2018) se relaciona con acciones y reacciones muy predecibles del otro en su actuar.

La quinta faceta es la de la competencia que se refiere de acuerdo con Micha (1996) y con Peña et al. (2018) a la forma de ser, de actuar y al nivel de conocimientos factuales y de vida que posee una persona o grupo de ellas, es decir, el nivel de actuación integral el cual se vincula con la facilidad o dificultad para cumplir con metas y estándares acordados en un rol.



Posteriormente, después de casi 15 años de publicar las facetas, Tschannen-Moran (2014) sostiene que se pueden emplear para implementarlas y reconocer un estado de las relaciones de confianza. Ante ello, fue que el propósito del presente texto también es compartir una de las formas de aplicación usando las facetas de la confianza y los resultados reportados por Peña et al. (2018) a manera de ofrecer experiencias que pueden recuperarse en el interior de las instituciones educativas para tomar acciones, que se relacionen con permanecer en la institución, con el desarrollo y crecimiento profesional y con el bienestar de la comunidad de aprendizaje. Fue así, que Peña et al. (2018) usa la entrevista a profundidad con 34 profesores para que narrasen alguna vivencia que tuvieron con sus directivos y con sus colegas, fuera buena o mala, lo dejaba a su criterio, rescatando información y clasificándola en las 5 facetas de la confianza. Al respecto, obtuvo lo siguiente:

En relación a los resultados con la faceta de benevolencia en una gran mayoría de los docentes entrevistados/as de su narración rescataron que la pérdida de la confianza en los directivos la relacionaban cuando sentían que recibían malos tratos, o incluso que recurrían a infundirles temor (Peña et al., 2018). Así también, otra cantidad de los relatos de los docentes entrevistados que recaen en la faceta de benevolencia es porque señalaban que sentían que los directivos poco les reconocen por su

labor. De igual manera, expresaron que cuando hay calumnias o difamaciones que los envuelven les hacen sentir que no los protegen (Peña et al., 2018).

En torno a las narrativas que recaen en la faceta de apertura de parte de los docentes, manifiestan que pierden la confianza en los directores/as ante el tratamiento que dan a la información o en que toman medidas, decisiones o solucionan conflictos estudiantes, padres y madres, sin tomarles en cuenta (Peña et al., 2018).

En referencia a la faceta de previsibilidad, entre los relatos de los docentes entrevistados en el tema de que disminuye o pierden la confianza en los directores/as es cuando notan que olvidan los acuerdos que se tomaron en las juntas de academia o porque su comportamiento con ellos/as es variable (Peña et al., 2018).

Relativo a la faceta de competencia, una gran mayoría de docentes entrevistados relataron situaciones donde se debilitaba la confianza en los directores/as cuando les delegaban responsabilidades propias de ellos, o cuando era evidente su falta de experiencia en la labor docente o cuando les llamaban la atención por hacer caso a rumores (Peña et al., 2018).

En lo que respecta a la faceta de honestidad, los relatos de los docentes en su entrevista señalaban que bajaba la confianza en sus directivos cuando se trata de que comprometen sus ingresos.

Usar las facetas de la confianza y la técnica de la entrevista a profundidad puede emplearse para obtener resultados entre otras figuras educativas

a través de la narración de situaciones experimentadas sin hacer uso de preguntas evidentes. Esta primera aproximación a obtener resultados de ejercicios de confianza abona al marco de la investigación y a las prácticas pedagógicas, y paralelamente ofrece pistas para seguimiento, para atender el desarrollo y estado actual del talento profesional y al deseo de permanencia en el plantel educativo.

Entonces, un aspecto a colocar en la mesa de análisis se relaciona con que es posible añadir otras dimensiones a las detecciones, es decir adecuar la técnica o usar otras técnicas para tener un abanico de diagnósticos que determinen el estado actual de las relaciones de confianza o releven áreas donde es necesario reconstruir la confianza, cabe agregar que lleva un tiempo el lograrlo y sobre todo, cuando está por quebrarse o se han quebrado las relaciones de confianza. Y ante lo mencionado, resulta oportuno compartir lo que menciona el exministro de Educación de Francia Jean Michel Blanquer, quien es impulsor de las "escuelas de confianza" y que recientemente realizó unas recomendaciones a los sistemas educativos en una entrevista que concedió a un programa de radio de Argentina, y de lo que dijo porque abona al tema y me gustaría rescatarlo, es lo siguiente:

W **HAY QUE GENERAR CONFIANZA DENTRO DEL SISTEMA ESCOLAR, CONFIANZA EN LOS DOCENTES, DE LOS DOCENTES CON LA INSTITUCIÓN Y CON LOS PADRES DE FAMILIA, Y VICEVERSA, Y DE LOS DOCENTES HACIA LOS ALUMNOS Y DE LOS ALUMNOS HACIA LOS DOCENTES. FINALMENTE, CONFIANZA DE LOS ALUMNOS EN SÍ MISMOS, PARA ALCANZAR LOS OBJETIVOS. EL CLIMA ESCOLAR ES FUNDAMENTAL".**

Ahora bien, siguiendo con el hilo conductor respecto al tema de las relaciones de confianza también por ejemplo la confianza es evidente cuando se trata de la aplicación de exámenes donde se presenta el hecho de sorprender o detectar malas prácticas que puedan presentar algunos estudiantes y que sin duda, en algunos docentes, sobre todo en los que se encuentran concentrados en que los estudiantes no les engañen en las evaluaciones los pone en tensión. Si la evaluación fuese continua, habría menos posibilidades de distorsión y mucha más confianza en que todo transcurriría de forma confiada y transparente. Y de hecho, queridos lectores/as hay una historia muy significativa al respecto, de autoría de Miguel Ángel Santos Guerra, titulada, *Te pillé*, que encierra algunas interesantes enseñanzas.

Y en el tema de la confianza es así que todo esto repercute a nivel físico, emocional y psicológico, por lo que es necesario examinar con profundidad si se tienen problemas en las relaciones de confianza. Y creo que a todos/as nos preocupa como pedagogos, padres, madres, sociedad en general, la formación del carácter de los hijos y de las hijas, de los alumnos y de las alumnas ¿Estamos formando personas que rehúyen a las relaciones de confianza? ¿Por qué no soportan el más mínimo fracaso? Por supuesto, estamos ante un tema complejo, pero que debemos afrontar de forma progresiva porque si no las consecuencias afectan en la experiencia de vida. Y por supuesto, que el estrés es un ingrediente inmerso, y hay otros temas que se articulan por motivo de la confianza. Por ejemplo, Orlandini (1999) un estudioso en el tema del estrés, hace más de 20 años escribió un libro que lleva por título, *El estrés, qué es y cómo evitarlo*. Texto en el que ofrece una definición de estrés académico al que denomina así, cuando un estudiante, sin importar el nivel que cursa, es decir sea de pre-escolar o de pregrado, experimenta tensión durante su estudio individual o con el grupo en el aula.

Hasta aquí, me gustaría hacer dos salvedades. La primera que debemos desmarcarnos de un planteamiento y experiencia peligrosa y podemos



enfrentar el desafío de aplicar algunos cambios a manera de conocer el estado actual de la confianza y no desde la sospecha. Y la segunda es la de implementar y buscar medidas de respuesta ya que el tema importa porque se relaciona incluso con la idea de redes de apoyo, donde después de transcurrida más de una década centrada en contar con un lenguaje común sobre la aceptación de definiciones y características, ahora los estudiosos ya se ocupan de poner en el centro que la atención transita en identificar los procesos que generan mayor estrés académico ante las bajas relaciones de confianza y sus efectos en la permanencia, a manera de ofrecer a las instituciones educativas medidas preventivas (Pulido et al., 2011). 



María de Lourdes González Peña.

Profesor investigador independiente. Experiencia en servicio en todos los niveles educativos.

Referencias bibliográficas:

Conte, G. y Montiveros, S. (Anfitriones). (20 de Agosto de 2022). Jean Michel Blanquer en "Tormenta de Ideas" [Audio podcast] En radio Nihuil.

Durkheim, E. (2019). *The division of labor in society* (G. Simpson Trad.). Digireads.com (Obra original publicada en 1893)

Hargreaves, A. (2007). Sustainable professional learning communities. En L. Stoll, & K. S. Louis (Eds), *Professional learning communities: Divergence, depth and dilemmas* (pp. 181-195). Open University Press.

Luhmann, N. (1996). *Confianza*. Anthropos

Orlandini A. (1999). *El estrés, qué es y cómo evitarlo*. Fondo de Cultura Económica

Peña, J., Weinstein, J., & Raczynski, D. (2018). Construcción y pérdida de la confianza de docentes: Un análisis de incidentes críticos. *Psicoperspectivas*, 17(1), 78-90.

Pulido, M., Serrano, M., Valdés, E., Chávez, M., Hidalgo, P., y Vera, F. (2011). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y salud*, 21(1), 31-37.

Razeto, A. (2017). Más confianza para una mejor escuela: el valor de las relaciones interpersonales entre profesores y director. *Cuadernos de Investigación Educativa*, 8(1), 61-76.

Real Academia Española (RAE) (s.f.). *Definición de confianza*. Autor

Santos, M. (2018). *Te pillé*. El adarve, 1, 1.

Tschannen-Moran, M. (2014). *Trust matters: Leadership for successful schools* (2nd ed). Jossey-Bass.

Tschannen-Moran, M. y Hoy, W. (2000). A multidisciplinary analysis of the nature, meaning, and measurement of trust. *Review of Educational Research*, 70(4), 547-593

Van, D., Forsyth, P. B., & Van Houtte, M. (Eds.). (2014). *Trust and school life: The role of trust for learning, teaching, leading, and bridging*. Dordrecht, Netherlands: Springer Verlag



MULTIVERSIDAD

#TuUniversidad

CONOCE NUESTRAS
LICENCIATURAS
100% EN LÍNEA

RVOE
EDUCACIÓN SUPERIOR

DURACIÓN:
3 AÑOS Y 8 MESES

**SIGUE PREPARÁNDOTE A
TU TIEMPO Y A TU RITMO**



**COMERCIO INTERNACIONAL
Y ADUANAS**

RVOE L.050-19



MERCADOTECNIA

RVOE L.002-2020



**ADMINISTRACIÓN Y GESTIÓN
DE EMPRESAS**

RVOE L.051-19



SISTEMAS COMPUTACIONALES

RVOE L.019-2020



CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

RVOE L.054-19



CONTABILIDAD Y FINANZAS

RVOE L.018-2020



Escanea este
código QR y
solicita más
información vía

 WhatsApp

www.multiversidad.com.mx



800 506 5227 EXT. 206-212

La motivación como recurso para propiciar el aprendizaje en estudiantes de primaria.

El caso de una escuela en el estado de Guerrero

Irving Donovan Hernández Eugenio

La motivación es un proceso psicológico de gran importancia para el desarrollo integral de los seres humanos que se encuentra íntimamente relacionado con otros como la sensorialidad, la atención, el autoconcepto e incluso con las emociones.

El presente artículo plantea un estudio de caso realizado en una escuela primaria del estado de Guerrero, donde se buscó identificar en qué medida la motivación incide de manera positiva en el aprendizaje de los estudiantes.

La motivación y el aprendizaje.

Para autores como Castañeda (2004), Feldman (2005) y Schunk (1991), el aprendizaje se define como los cambios permanentes en el comportamiento de los seres humanos, lo que se refleja en la adquisición de conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes o valores a partir de experiencias significativas donde se incluyen el estudio, la instrucción, la observación o la práctica.

Con frecuencia en todas las instituciones educativas surgen interrogantes tales como: ¿por qué

los alumnos no aprenden igual y al mismo tiempo?; ¿de qué dependen estos aprendizajes?; ¿qué papel o rol juegan los profesores en éstos?, entre otras. Estas preguntas dan cuenta de la necesidad constante de reflexionar la manera en que ocurre el aprendizaje así como éste puede ser potenciado en los seres humanos; investigaciones como la de Woolfolk (s/f), evidencian que la motivación es el motor del aprendizaje, por lo que la considera como "algo que energiza y dirige la conducta" (s/p).



Como puede identificarse en el último párrafo, las investigaciones acerca de la relación entre la motivación y el aprendizaje de los estudiantes se han centrado en las últimas cuatro décadas al menos en los siguientes tópicos:

1. **La definición de la motivación y el aprendizaje;**
2. **Los factores directos e indirectos que inciden en ellos;**
3. **La importancia que tienen; y**
4. **Sus relaciones (haciendo foco en diferentes etapas del desarrollo humano y niveles educativos).**

Los problemas frecuentes a los que se enfrentan las escuelas respecto al aprendizaje

Como se señaló en el apartado anterior, una pregunta recurrente en cualquier institución educativa de cualquier nivel es ¿cómo logramos condiciones para que los estudiantes aprendan?, dicho cuestionamiento parece lógico, sin embargo, requiere de una contextualización que todas las escuelas tienen que realizar para reconocer en qué medida pueden mejorarse estas condiciones que los autores han señalado como imprescindibles para favorecer el aprendizaje. En el estudio de caso, se identificaron tres problemáticas que a continuación se señalan:

1. **Falta de claridad conceptual que facilite la comprensión de la motivación y el aprendizaje como elementos que se relacionan.**
2. **Desconexión entre profesores, estudiantes, padres y madres de familia.**
3. **Resistencia a la transformación de prácticas didácticas.**

Dichas problemáticas merecieron un análisis y estudio a profundidad con la finalidad de contar con evidencias que permitieran el establecimiento de una ruta de atención prioritaria que presentará en la segunda parte del artículo.

La literatura actual acerca de motivación y aprendizaje

De acuerdo con Schunk (1996), la motivación puede definirse como la fuerza que moviliza a los seres humanos para alcanzar determinadas metas, generando o aumentando el impulso para hacer o dejar de hacer algo según determinadas necesidades. Ésta representa un estado interno que activa, dirige y mantiene las conductas.

En el caso del aprendizaje, se relaciona a la motivación innata que presentan los seres humanos para acceder a nuevos conocimientos

que permitan la comprensión de su entorno. Lo anterior, implica de acuerdo con Woolfolk (1996), que los seres humanos por naturaleza tienen motivación por aprender, siendo ejemplo de ello cuando los niños hacen un esfuerzo por alcanzar un juguete, caminar o comer sin ayuda.

La falta de motivación para aprender se presenta cuando existe alguna interferencia en la motivación natural. En el diagrama siguiente se manifiesta este proceso:

Diagrama 1. Ejemplo de un alumno desmotivado



Fuente: Tomado de Schunk (1996)

Las diferentes teorías que tratan de explicar el proceso enunciado anteriormente enfocan sus preceptos a identificar diferentes dimensiones del concepto "motivación". Si bien éstas pueden presentar bases que en ocasiones se contraponen, el hecho de considerar a la motivación como un constructo multifactorial ayuda a entender cómo una o varias dimensiones del concepto pueden influir en el éxito o fracaso en el aprendizaje.

Las acciones que realizan los seres humanos para lograr sus objetivos provienen de una fuerza interna que gesta, da la energía necesaria y dirige las conductas. Entre los principales incentivos que facilitan o limitan la realización de las acciones destacan: metas, presión social, confianza en sí

mismo, creencias, valores, curiosidad, intereses, expectativas, entre otras.

De acuerdo con Ryan (1991), las corrientes psicológicas explican la motivación en términos de cualidades personales o características individuales. Estas teorías han permitido identificar que los seres humanos tienen a la vez una marcada necesidad de logro, un temor al fracaso, además de un interés permanente por hacer las cosas.

Independientemente de mencionar cualquier corriente psicológica, éstas explican que la motivación apunta hacia los factores internos de los seres humanos como pueden ser la necesidad, el interés, la curiosidad o el placer. Toda esta gama de factores se articula en lo que Ryan (1991),

denomina motivación intrínseca, entendida como “la tendencia natural a procurar los intereses personales y ejercer las capacidades y habilidades con miras a conquistar desafíos” (s/p).

Por otra parte, la presencia de factores externos que actúan como desencadenantes de las acciones para el logro de objetivos, ya sea en forma de recompensa, incentivo o supresión del algún castigo, representan la motivación extrínseca.

El estado que representa a la motivación intrínseca por un lado y a la extrínseca por otro, va desde las acciones derivadas de autodeterminaciones personales hasta aquellas que están marcadas por otros. En el proceso de enseñanza-aprendizaje ambas motivaciones son importantes y nunca excluyentes, por lo que tareas como la lectura o la escritura, pueden ser más interesantes que otras tales como la resolución de problemas matemáticos o el despeje de ecuaciones para unos u otros alumnos.

Pese a lo anterior, autores como Brophy (1986), señalan que esto no sucederá siempre, ya que habrá momentos durante el proceso donde se requieran incentivos y estímulos externos, lo que implica que si bien lo ideal es nutrir la motivación intrínseca, es deseable asegurar también un nivel de motivación extrínseca correcto.

Muchas son las teorías de aprendizaje que tratan de dar una explicación acerca del constructo de la motivación. Algunas de éstas fueron postuladas basándose en las observaciones realizadas en las conductas de los animales, otras en las conclusiones derivadas de investigaciones en humanos y un tercer bloque, sustentadas en estudios de psicología clínica e industrial, entre las que destacan:

- **Conductuales**
- **Sociales**
- **De atribución**

De acuerdo con Reimers (2016), la discusión sobre la pedagogía escolar ofrece un amplio registro de opciones pedagógicas así como la cultura que prevalece en muchas aulas, ésta se centra fundamentalmente en la

exposición de temas por parte de los docentes, lo cual limita en la mayoría de los casos la motivación para una participación de los aprendices.

Los estudios recientes y la ciencia cognitiva han evidenciado que estas prácticas pedagógicas tienen limitaciones graves cuando lo que se busca es el desarrollo del pensamiento crítico de los educandos así como su capacidad para aprender a lo largo de su vida (SEP, 2017). A decir por expertos como Fernando Reimers si no se transforma la cultura pedagógica, ningún proceso de enseñanza-aprendizaje rendirá frutos, de ahí que un factor clave del cambio sea la transformación de esta pedagogía tradicional por otra que se centre en generar aprendizajes

activos, creativos, interesados por aprender y por lograr los aprendizajes de calidad que demandan las sociedades actuales.

Transformar esta pedagogía imperante exige también alinear la formación continua con la inicial de los profesores. El éxito en la implementación de un plan y un programa de estudios está en manos de los maestros (SEP, 2017), por lo que experiencias nacionales e internacionales evidencian que la inversión en la actualización, la formación continua así como la profesionalización de los docentes redundará no solo en tener mejores profesionales de la educación, sino que también se alcancen los fines de la educación que se han trazado.

El caso de estudio y la investigación del problema

Ubicada en el municipio de Ayutla de los Libres, Guerrero, la escuela primaria “Justo Sierra” es la más grande del municipio y cuenta con una antigüedad de 30 años brindando el servicio educativo a los estudiantes de esta localidad. Dicha escuela está situada en el centro del municipio en la Colonia La Villa y por ende es una de las de mayor demanda. Durante el ciclo escolar 2021-2022,

la escuela tuvo una matrícula de 402 estudiantes, de los cuales 202 fueron mujeres y 200 hombres, quienes fueron atendidos por 14 profesores distribuidos en los seis grados que componen la educación primaria.

La escuela contó con un director, personal administrativo y de apoyo quienes complementan la plantilla de 18 personas. La distribución de grupos y responsables fue la siguiente:

Tabla 1. Distribución de alumnos y profesores por grado

Grado	Número de alumnos	Profesores que atienden al grado
1º	25	1
2º	28	1
3º	30	1
4º	30	1
5º	30	1
6º	28	1
Totales	171	6

Fuente: Elaboración propia

Como se describió en el apartado anterior, el interés por este problema surge de una experiencia propia de una profesora, pero también, de procesos de observación e intercambio de experiencias con otros colegas, lo que permitió delimitar la problemática

en un contexto específico con las siguientes características:

- La mayoría de los profesores coincidieron en señalar que cada grado supone un reto tanto para generar como mantener el interés

de los estudiantes. Asimismo, señalan que esto depende de las asignaturas a las cuales se haga referencia.

- En este sentido, la mayoría también reconoce que existen mitos arraigados en los propios estudiantes, lo que se evidencia en predisposiciones hacia asignaturas y temas específicos (por ejemplo la mayoría habló de Matemáticas).
- Si bien cada profesor compartió de manera inicial lo que suele realizar en el aula, resultó interesante el hecho de que al solicitarles algunos referentes teóricos acerca de la motivación, solamente un par de profesores

mencionaron tanto autores como lo sugerido en el programa de estudios del nivel educativo, lo cual evidencia la necesidad de potenciar más la formación continua.

- Por otra parte, el uso de recursos variados fue reconocido como una forma efectiva de propiciar tanto el interés como la motivación en los alumnos, para ello señalaron que la escuela por sí misma desafortunadamente no cuenta con las condiciones adecuadas para desarrollar prácticas que serían valiosas para dicho fin, por ejemplo, un profesor señaló que a él le interesa que los alumnos

interactúen a través de videos e imágenes proyectadas, sin embargo, estos recursos no están disponibles en la escuela, por lo que tiene que sustituirlos.

Como puede identificarse en los puntos anteriores, la problemática queda de manifiesto en este contexto de manera específica, con lo cual se buscó generar evidencias que permitieran comprender tanto la problemática como identificar formas de intervención propicias para su atención.

Con la finalidad de conocer qué prácticas motivadoras realizan las y los profesores en esta escuela, se diseñó y aplicó el siguiente guión de observación:

Tabla 2. Dimensiones e indicadores del guión de observación

Dimensión	Indicador	Observación
1. Curiosidad	1.1. Sucesos, episodios o situaciones familiares para el estudiante. 1.2. Recursos para propiciar el interés.	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Menciona sucesos, episodios o situaciones que son familiares para el estudiante? • ¿Utiliza recursos para propiciar el interés?
2. Sentimiento de competencia	2.1. Importancia y la relevancia del tema. 2.2. Beneficios del desarrollo de los aprendizajes.	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Presenta la importancia y relevancia del tema? • ¿Da a conocer los beneficios del desarrollo de los aprendizajes que se pretende desarrollar?
3. Incentivos y estímulos	3.1. Incentivos y estímulos para generar la participación. 3.2. Impacto de los incentivos y estímulos.	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué incentivos y estímulos utiliza? • ¿Los incentivos y estímulos utilizados generan interés en los estudiantes?
4. Didáctica	4.1. Estrategias y actividades relacionadas con el tema. 4.2. Recursos acordes a las características de los estudiantes.	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué estrategias y actividades relacionadas con el tema utiliza? • ¿Los recursos utilizados están acordes a las características de los estudiantes?
5. Ambiente de trabajo	5.1. Ambiente de trabajo pertinente.	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué tipo de ambiente de trabajo (armónico, de participación, entre otros) se establece durante la sesión?

Fuente: Elaboración propia

Las prácticas motivadoras de las y los profesores de la escuela primaria “Justo Sierra”

La intención de aplicar el guión de observación fue caracterizar las prácticas motivadoras que los profesores del nivel primaria implementan para favorecer el aprendizaje de sus estudiantes.

Para ello estas prácticas fueron estructuradas en observaciones directas de dimensiones relacionadas con la motivación, las cuales se mencionaron en la tabla.

A continuación, se presentan algunas de estas observaciones:

Dimensión: Curiosidad

¿Qué hacen los profesores para captar el interés y la curiosidad de sus estudiantes?

Al empezar la jornada, los alumnos saludan al maestro, éste les hace algunos chistes, buscando generar con ellos una interacción inicial (docente de 1er. grado – 8:05 horas).

A diferencia de otros docentes observados, éste no inicia con un orden su sesión, sin embargo, establece una plática con los estudiantes acerca de lo que realizaron el día anterior fuera de la escuela (docente de 6º. Grado – 8:10 horas).

El profesor a la par de interactuar con los alumnos les realiza preguntas sobre un tema que vieron días pasados y que serviría como referencia para el que estaban por iniciar (docente de 2º. grado – 8:15 horas).

A la par de pedirles que saquen sus libros y cuaderno así como materiales, el docente dibuja un objeto en el pizarrón y los alumnos comienzan a deducir qué tema será abordado (mostrando sorpresa por el dibujo) (docente de 4º. Grado – 8:20 horas).

En este sentido, aunque el instrumento utilizado fue un guión de observación, al finalizar éste fue posible establecer



algunos diálogos con los profesores observados a quienes se les plantearon algunas preguntas, destacando lo relacionado a cómo inician su clase y cómo buscan propiciar y generar el interés de los estudiantes. Al respecto éstos señalaron:

“Mira para mí resulta un reto diariamente porque tengo que pensar qué les gusta a los estudiantes, a veces me fijo en canciones, videos o música que está de moda (sic)” (docente de 1er. grado).

“Me gusta pensar como mis estudiantes, en ocasiones es como realizar un juego de roles donde tengo que jugar a ser alumno nuevamente, cada día se complica más generar la curiosidad con los niños porque ya no se sorprenden con nada” (docente de 3er. grado).

Para Bazarra (2005), todo proceso educativo se articula en el juego de sus elementos didácticos, los cuales se forman en un sistema coherente que tiene que interactuar y favorecer el logro de objetivos de aprendizaje. Lo anterior se hizo explícito en algunas de las observaciones realizadas:

El maestro inicia su clase de manera muy seria con los alumnos, tal vez sea porque está siendo observado o incluso porque pareciera no tiene preparada la

clase (docente de 2º. grado – 8:30 horas).

El profesor plantea de inicio una actividad que implica escuchar un cuento a través de un audio, se observa a los alumnos con profundo interés ya que quien lo narra caracteriza hasta los sonidos del ambiente (docente de 4º. grado – 8:30 horas).

En este sentido, Nérici (2005), plantea en su mirada de Didáctica General algunas recomendaciones entre las que destacan: a) partir de lo próximo a lo remoto; b) partir de lo concreto a lo abstracto; c) partir de lo conocido a lo desconocido, las cuales son evidentes en las observaciones realizadas:

El docente realiza durante la sesión algunos chistes con sus 28 estudiantes, siendo el contenido de estos elementos asociados al tema que va a desarrollar (docente de 1er. grado – 9:00 horas).

Inicia la clase solicitando a los alumnos abran su libro de Español en la página 118, solo se brinda indicaciones de lo que tienen que responder y no se observa ningún elemento introductorio” (docente de 2º. grado – 8:30 horas).

Dimensión: Sentimiento de competencia

¿Qué temas se abordan durante la sesión y por qué es benéfico que los estudiantes los conozcan?

El maestro presenta unos títeres, esto capta la atención de los alumnos y los invita a establecer un diálogo donde les da a conocer qué trabajarán durante el día y por qué son importantes estos temas (docente de 1er. grado – 8:30 horas).

El maestro inicia pidiendo las tareas de un día anterior; posteriormente les pide abrir su libro de Español y comienza a indicarles lo que tienen que hacer; cuando observa que los estudiantes tardan en contestar, tiende a desesperarse y les da las respuestas (docente 2º. grado – 8:35 horas).

Aunque no se observó que la maestra iniciara con alguna dinámica la jornada, se identifica que sus alumnos la respetan ya que tienden a levantar la mano para solicitar la palabra. Una vez que comienzan a trabajar estos actúan casi mecánicamente preguntando situaciones tales como: ¿cuánto tiempo nos falta para concluir lo de Español?; ¿Ya iniciamos matemáticas?” (docente de 4º. grado – 9:30 horas).

La motivación permite que los estudiantes asuman sus tareas de aprendizaje con deleite e interés (Rotgans y Schmidt, 2010). Desde esta perspectiva se reconoce que en ocasiones éstos desde el inicio de las sesiones suelen anticipar lo que va a ocurrir durante la clase, situación que detona su interés y agrado por participar en la misma, ya sea por alguna actividad o tema específico que será abordado:

Durante la sesión observada, la actitud de los estudiantes fue siempre de mucha disposición, ya fuese para trabajar en equipos o cuando les correspondió trabajar en la elaboración de carteles donde incluyeron algunas fotografías (docente de 4º. grado – 9:35 horas).

La sesión se centró en el desarrollo de exposiciones donde los alumnos presentaron su árbol

genealógico, incluso antes de que el profesor les pidiera realizar esta actividad, varios de los estudiantes le preguntaban en qué momento iban a realizarla (docente de 3er. grado – 9:00 horas).

Dimensión: Incentivos y estímulos
¿Qué incentivos y estímulos implementan los profesores para captar el interés de los estudiantes y qué impacto tienen?

Autores como Skinner (1953), encontraron en sus investigaciones que es recurrente que los seres humanos necesitemos de estímulos externos a nosotros para conducir la ejecución de una tarea. Dichos estímulos para este autor refuerzan o extinguen la conducta, la cual puede tener lugar a manera de refuerzos positivos (recompensas) o negativos (castigos); esto último solía ser muy evidente en las actividades escolares, aunque con el paso del tiempo se han reorientado y hoy son más visibles en niveles educativos determinados:

Una estrategia que tiene la responsable del grupo para regular su conducta y comportamiento durante la clase es comprometerse con llevar a cabo durante la jornada algunas actividades que son del interés del estudiante, por ejemplo, contarles un cuento de su agrado, a partir de ello se observó que son los mismos estudiantes quienes tienden a buscar su autorregulación y las de los demás” (docente de 4º. grado – 8:35 horas).

La principal manera de motivar a los alumnos que implementa el profesor son las palabras dirigiéndose a ellos de manera cálida para reconocerles su buen comportamiento o haber concluido una actividad; no se observó en ningún momento que fuera necesaria alguna llamada de atención” (docente de 4º. grado – 11:30).

De acuerdo con Biggs (1987), estos refuerzos son necesarios aunque tienen que regularse con la finalidad de que no pierdan su efectividad. A continuación se presenta una clasificación sugerida por este autor:

- **Positivo;**
- **Negativo;**
- **Castigo;**
- **Compuesto; y**
- **Concurrente.**

En el caso de los tres primeros son comunes de observarse en las jornadas educativas, lo que no implica que durante éstas puedan integrarse (compuesto y concurrente), lo que puede generar impactos diferentes:

El grupo se está preparando para un concurso, por lo que el profesor los pone a estudiar para lo cual sacan una guía y éste suele decirles que si no obtienen un buen lugar, todos serán reprobados (docente de 6º. grado – 10:00 horas).

Lo anterior, es una muestra clara del impacto que puede tener el uso de estos refuerzos, por lo que es importante que los profesores conozcan sus implicaciones, para lo cual en los diálogos informales sostenidos con los docentes observados, algunos manifestaron:

“Mira, conforme vas avanzando en cada grado los incentivos y estímulos van adquiriendo un significado distinto, por ejemplo, cuando tengo a mi cargo un primer grado, hasta con estrellitas en la frente se motivan y ésa es su meta durante el día, sin embargo, esto ya no es funcional con grupos mayores (sic) porque sus prioridades e interés son otras” (docente de 5º. grado).

“Coincido con mi compañero, hay que tener cuidado con el uso de esos estímulos, por ejemplo, yo conocí un maestro que utilizaba dulces para todo lo “bueno” que hacían sus alumnos, sin embargo, ¿qué sucedía cuando no tenía dulces?, por eso te digo que hay que tener cuidado” (docente de 6º. grado).



Dimensión: Didáctica

¿Qué estrategias implementan los profesores?; ¿En qué recursos se apoyan?; ¿Guardan ambos una relación?

El docente sacó unos títeres con los cuales realizó una lectura, al finalizar éste les realizó algunas preguntas acerca del contenido del texto, siendo del interés de los estudiantes responder ya que estaban interactuando con los títeres (docente de 1er. grado – 8:55 horas).

La docente desarrolló su clase de matemáticas en la cual los estudiantes tenían que resolver las multiplicaciones y divisiones utilizando un juego que ésta les planteaba. Algo que llamó la atención es que todos los estudiantes comenzaron a responder las preguntas que se les hacían, lo que evidencia su interés y el dominio de estos temas (docente de 5º. grado – 9:55 horas).

Las estrategias indirectas son aquellas que se asocian con la capacidad de éstos para regular su propio aprendizaje, utilizando para ello recursos cognitivos como la planificación y la regulación, guardando relación también con su parte emotiva, favoreciendo así sus capacidades para relacionarse con los demás (Oxford, 1990). Evidentemente estas estrategias apuestan por capacidades cuyo desarrollo es mayor en los estudiantes, aunque no exenta que puedan adaptarse según el grado que éstos cursen:

Los alumnos trabajan en el libro de Español pero lo hacen de manera rutinaria, es decir, no hay una explicación previa del profesor, limitándose a darles las indicaciones sin dejar margen a que algunos externen o manifiesten alguna pregunta (docente de 2º. grado – 9:00 horas).

Se llevan a cabo exposiciones donde los alumnos presentan su árbol genealógico, éste lo elaboraron de manera creativa y les resulta de interés conocer la historia de vida de algunos de sus

pares, particularmente quién es su mamá o papá, así como el número de hermanos que tienen. Suelen incluso interactuar con quien expone preguntándole: ¿Y cuántos años tienen tus hermanos? (docente de 3er. grado – 10:45 horas).

De acuerdo con Sancho (2006), la educación ha evolucionado a partir del espacio y tiempo en el que se desarrolla hasta los métodos de enseñanza que se utilizan; por ello, se puede afirmar que lo ideal en un mundo tan globalizado, es que la educación a la par de no perder su propósito se reconozca que cada vez resulta complejo propiciar el aprendizaje de los estudiantes, considerando en esta ecuación el nivel de desarrollo y su edad.

En este sentido, las Tecnologías de la Información y de la Comunicación (TIC) se han convertido en herramientas útiles en el ámbito educativo, resultado importante que los docentes gradualmente y en la medida de sus posibilidades, incorporen las TIC a su práctica (Eurydice, 2001):

Observando la sesión, el único recurso asociado a las TIC que utiliza la profesora es su teléfono móvil con el cual reproduce el audio cuyo contenido es el cuento que llama la atención de los estudiantes (docente de 4º. grado – 9:45 horas).

Durante la sesión no se observa el uso de recursos adicionales más allá de una guía de trabajo con la cual se identifica que los estudiantes están plenamente familiarizados (docente de 6º. grado – 8:35 horas).

En este sentido las observaciones realizadas dan cuenta de dos situaciones importantes: la primera de la importancia que los docentes tengan acceso en sus espacios a las TIC, y la segunda, asociada al uso que éstos pueden darles a las mismas en beneficio de su práctica. Al respecto los profesores opinaron:

“Te comento que suena bonito el discurso de la tecnología y hacerles a los alumnos proyecciones,

que vean videos, qué sé yo (sic), sin embargo, mira la realidad de cada salón, no hay luz en algunos, mucho menos internet, entonces de qué serviría una computadora aquí” (docente de 6º. grado).

“Muchos de los recursos que utilizo en mi práctica son míos, es curioso que en pleno siglo XXI los títeres que viste sigan vigentes, pero para mí es una manera sencilla de llamar su atención, sé que los videos nos darían más posibilidades, pero no me gusta limitarme a decir: “no los tengo”, hay que hacer algo” (docente de 2º. grado).

La evolución de los recursos para propiciar el aprendizaje de los estudiantes va de la mano de la evolución de la didáctica.

Aprovechando una pausa en las actividades del grupo, se observó a un par de niños que hablan señalando: “el profe siempre nos habla de mala manera, como enojado” (docente de 6º. grado – 11:35 horas).

Lo anterior, evidencia la necesidad que tienen los docentes de evolucionar en su manera de llevar a cabo su práctica, siendo la formación continua una excelente herramienta para propiciar este cambio. Al respecto en los diálogos informales con los profesores reconocieron:

“El último curso que tomé fue en pandemia y observé cómo utilizar el Classroom, pero me es poco funcional en este momento ya que primero tendría que garantizar que los estudiantes tuvieran el dispositivo y el acceso a internet” (docente de 3er. grado).

“Tienes razón en lo que comentas, las prácticas que realizamos no van a cambiar por decreto, pero también tenemos que reconocer que no todo lo que vemos en un manual o libro funciona, en mi caso, trato de combinar lo que he aprendido con mi experiencia, con lo que leo o reflexiono de vez en cuando en los cursos que me inscribo” (docente de 4º. grado).

Dimensión: Ambiente de trabajo
¿Se propicia la interacción e integración de todos los alumnos del grupo?
¿Cuál es la relación que se observa entre el profesor y los alumnos?

Durante una plática informal en el receso se les preguntó a los alumnos cuál es su trato con su profesor, destacando el hecho de que éstos afirmaron que en ocasiones el docente no se dirige a ellos con respeto, lo que les incomoda al sentirse señalados por apodos (docente de 6º. grado – 10:30 horas).

Desde el inicio de la sesión se observa la disposición e interés de los alumnos por participar en la clase. Todos levantan la mano y respetan el turno de los demás lo que facilita reconocer que hay reglas que se han promovido en el aula y los alumnos las han asumido como propias para mantener el orden y el buen trato entre los integrantes del grupo (docente de 5º grado – 11:30 horas)

Para Jaramillo (2007), en el ambiente que se establece en un salón de clase es esencial el favorecimiento del desarrollo en diferentes áreas y/o ámbitos de los estudiantes. De esta manera el ambiente es concebido como los aspectos físicos, sociales y humanos que configuran un espacio-tiempo, donde los seres humanos viven experiencias que les facilita generar aprendizajes (Romo, 2012);

en este sentido tanto Jaramillo como Romo mencionan al ambiente como algo real pero a la vez, necesario de construir desde las interacciones que ocurren en un espacio físico:

Durante la sesión se observa que los alumnos no solamente reconocen al profesor por su rol, sino también lo reconocen como alguien a quien tienen que seguir y del cual aprenden por la manera en que éste los trata (docente 1er. grado – 11:35 horas).

Se observa una relación muy “fría” entre la profesora y su grupo, no se identifica mucha interacción y por el contrario, en ciertos lapsos de la clase los niños manifiestan desesperación y estrés durante el desarrollo de sus actividades (profesor 2º. grado – 12:00 horas).

Cuando la docente tiene que realizar alguna intervención con los estudiantes lo hace utilizando un tono de voz alto, a veces parece enojada y maneja un ritmo de trabajo muy rápido generando poca interacción entre los alumnos (profesor 3er. grado).

Para Bonell (2003), los entornos físicos tienen dos elementos principales: la instalación arquitectónica y el ambiente. En el caso de este último está compuesto por elementos como el espacio, la comunicación, la atención así como una mirada clara y compartida de sus objetivos. Aunque las aulas de la escuela donde se lle-

varon a cabo las observaciones están en lo general en buenas condiciones, por sí mismas no garantizan el establecimiento del ambiente sugerido por Bonell, por el contrario, esta afirmación da cuenta de que el ambiente se construye desde las relaciones mismas que se establecen en el aula, donde los estudiantes y el profesor tengan claro su rol pero también, lo que aportan a los procesos que se llevan a cabo:

Los alumnos se reían en todo momento durante la jornada, entre ellos y cuando el profesor les hacía un comentario. Generalmente éste venía de manera improvisada y particularmente, cuando los alumnos estaban trabajando (docente de 4º. grado – 11:45 horas).

Durante la jornada observada llamó mucho la atención la manera en que el profesor se comunica con sus alumnos, ya que generalmente lo hace dirigiéndose con apodos, controlando su comportamiento en el aula con amenazas tales como: “el que no se siente lo repruebo” (docente 6º. grado – 11:55 horas).

En la siguiente entrega se contempla presentar algunas discusiones a partir de las observaciones obtenidas y la literatura seleccionada, lo que sirvió de fundamento para las recomendaciones emitidas para esta institución educativa.

Continuará... 



Irving Donovan Hernández Eugenio.

Asesor Técnico Pedagógico y
 Docente Universitario.

Doctor en Educación y Especialista
 en Política y Gestión de la Evaluación
 Educativa.

Referencias bibliográficas:

Bazarra, L. (2005). Ser profesor y dirigir profesores en tiempos de cambio. Madrid: Narcea Ediciones.

Biggs, J.B. (1987). Approaches to the enhancement of tertiary teaching. *Review Higher Education Research and Development*, 8 (1), 7-25.

Bonell, M. P. (2003). El aula escolar, escenario propicio para gestionar una cultura para prevención de desastres. Bogotá: Alcaldía Mayor y Dirección de Prevención y Atención de Emergencias Secretaría de Gobierno.

Brophy, J. (1986). Teacher Behavior and Student Achievement. En M. Wittrock (Ed.), *Handbook of Research Teaching*. New York: Macmillan.

Eurydice (2001). Indicadores básicos de la incorporación de las TIC a los sistemas educativos europeos. España: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.

Jaramillo, L. (2007). Planta física a nivel interno y externo. Disposición del ambiente en el aula. Universidad del Norte. Instituto de Estudios Superiores en Educación.

Néreci, I. (2005). *Hacia una didáctica general dinámica*. Argentina: Kapelusz.

Oxford, R. (1990). *Language Learning Strategies: What Every Teacher Should Know*. Nueva York: Newbury House.

Reimers, F. (2016). Introducción. Estudio comparativo de los propósitos de la educación en el siglo XXI", en Fernando Reimers y Connie K. Chung (eds.), *Enseñanza y aprendizaje en el siglo XXI. Metas, políticas educativas y currículo en seis países* (pp. 13-38). México, Fondo de Cultura Económica.

Romo, V. (2012). Espacios educativos desafiantes en educación Infantil. En V.

Peralta y L. Hernández (Coords.), *Antología de experiencias de la educación inicial iberoamericana* (pp. 141-145). OEI y UNICEF.

Rotgans, J. y Schmidt, H. (2010). The Motivate Strategies for Learning Questionnaire: A measure for student's general motivational beliefs and learning strategies?. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 19(2), 357-369.

Ryan, R. (1991). Representations of relationships to teachers, parents, and friends as predictors of academic motivation and self-esteem. *Journal of Early Adolescence*, 14, 226-249.

Sancho, J. (2006). *Tecnologías para transformar la educación*. Madrid: Akal.

Schunk, D. H. (1991). The self-efficacy perspective on achievement behavior. *Educational Psychologist*, 19, 199-218.

Schunk, D. H. (1996). The self-efficacy perspective on achievement behavior. *Educational Psychologist*, 19, 199-218.

Secretaría de Educación Pública (SEP) (2017). *Plan de estudios 2017*. México: SEP.

Skinner, B. (1953). *Etimología de enseñanza*. Tecnología de la enseñanza. Barcelona: Labor.

Woolfolk, A. (s/f). *Psicología educativa* (6ª edición). México: Prentice Hall.

Woolfolk, A. (1996) *Psicología educativa* (7ª edición). México: Prentice Hall.





SISTEMA EDUCATIVO VALLADOLID

MÁS DE 70 COLEGIOS EN 25 ESTADOS DEL PAÍS

OFRECEMOS

EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

- Preparatoria
- Presencial
- Virtual



EDUCACIÓN BÁSICA

- Preescolar
- Primaria
- Secundaria



EDUCACIÓN SUPERIOR

- Licenciaturas
- 6 presenciales
- 9 En línea



POSGRADOS

- Maestría en Educación
- Doctorado en Investigación Educativa
- En línea



APRENDIZAJE Y DESARROLLO EN LA EMPRESA,

MUERTE POR INANICIÓN O COMA POR SOBREDOSIS...

Sergio Arturo Jaime Mendoza

Para quienes estamos en el ámbito de la Capacitación y Desarrollo, o tal vez solo para algunos de nosotros, estos extremos a que se refiere el incipiente título nos pueden resultar demasiado familiares, mucho más de lo que sería deseable esperar, pero tan frecuentes que no es de extrañar. Ni tanto que queme al santo ni tanto que no le alumbre, como dirían los abuelos...

Últimamente, he vivido muy de cerca estos extremos tanto en entornos similares como en situaciones distintas, quizá pensaríamos que influidas por la pandemia unas, o por un fervor de recuperar lo perdido otras...pero en realidad, cuando analizamos el trasfondo, resulta ser más por cuestiones acerca de malos enfoques y una visión miope de las cosas. Lo cierto es que cuando trabajamos en los extremos, por un lado, se dejan a criterio los esfuerzos de capacitación, pero también puede obligarse a realizar dicho esfuerzo. Esto es similar a lo que sucede con los niños a los que se les pide ir a la escuela cuando quieran ir, o por el contrario, hacerlo de manera obligada y llevarlos de la mano para que asistan.

La capacitación sigue siendo para algunos un mal necesario, lo cual la aleja de ser considerada una estrategia de desarrollo. En contraste para otros, la capacitación se vuelve el estandarte de una visión de futuro, con el que la empresa afrontará los desafíos y saldrá fortalecida.

La capacitación sigue siendo para algunos un mal necesario, lo cual la aleja de ser considerada una estrategia de desarrollo. En contraste para otros, la capacitación se vuelve el estandarte de una visión de futuro, con el que la empresa afrontará los desafíos y saldrá fortalecida. Pienso que los extremos terminan por evidenciar más debilidades que fortalezas, y entonces buscar el justo medio se convierte en la mejor estrategia. Y es que pasar de una sequía de opciones a un diluvio de oportunidades de aprendizaje, trae como resultado algo similar a lo que expresaba Platón en su Alegoría de la Caverna... o estamos atados o nos quedamos deslumbrados.

Maxwell afirma que podremos ser prescindibles en la medida que una máquina pueda suplir nuestras habilidades, y aunque Seth Godin coincide en esa visión de futuro, él nos comenta que si queremos ser imprescindibles debemos desarrollar conocimientos y habilidades no fácilmente prescindibles. Hace poco tiempo estuve laborando en una compañía donde comenzaban a integrar procesos automatizados, y ello representó para mí una oportunidad de mostrarle a la gente cómo se podía convivir con los avances tecnológicos en el propio lugar de trabajo. Así, mientras se capacitaba a unos para realizar el proceso con el apoyo de la tecnología, a otros les hacía ver qué habilidades requerían fortalecer para que esa misma tecnología no les supiera en sus funciones en un futuro inmediato. Entiéndase que no estoy en contra de la integración tecnológica pues de hecho la apoyo y la fomento, más bien creo que una de las implicaciones de la "capacitación" es poner en evidencia lo que la tecnología puede hacer y lo que debemos mejorar en conocimiento y habilidades...

La Capacitación y el Desarrollo en las empresas debe ser un esfuerzo

Capacitar para desarrollar debe ser un medio, pero no un fin por sí mismo, porque debemos recordar que si las empresas son entes vivos es por la gente que habita en ellas, y para que una empresa se mantenga viva debe también hacer que su gente siga aprendiendo.



metódico y continuo, debe ser planteado, analizado y planeado, pero siempre es un esfuerzo conjunto, más de todos que de solo uno.

Capacitar al personal es una función tanto específica como especializada, y como tal debe ser encargada a quienes tengan la formación y conocimiento para hacerlo. Muchos delegan estos esfuerzos a entes externos, que lejos de tener el conocimiento preciso de lo que la empresa necesita, se ocupan más por integrar planes y programas que puedan justificar y vender. Otros, por el contrario, minimizan tanto la importancia del tema, que solo se preocupan por tener a alguien que se encargue de estas actividades al interior de los centros de trabajo, cumpliendo así un rol secundario. Es entonces que surgen algunos cuestionamientos respecto a **¿Cuándo y por qué capacitar?**, ¿Solo cuando se requiera?... En este sentido pienso que lo tradicional, lo de siempre, debe evolucionar, y para ello deberíamos pensar con enfoques menos reactivos y sí mucho más proactivos. Deberíamos adelantarnos un poco a los tiempos porque los tiempos, cuando menos se espera, nos alcanzan. Capacitar para desarrollar debe ser un medio, pero no un fin por sí mismo, porque debemos recordar que si las empresas son entes vivos es por la gente que habita en ellas, y para que una empresa se mantenga viva debe también hacer que su gente siga aprendiendo.

En todo caso, y reforzando el comentario anterior, las acciones, momentos y tiempos de capacitación, siempre pueden ser vistos como una catarsis, como un bálsamo ante los entornos tóxicos



Estar en un área o departamento de Capacitación es como llevar una carreta: a veces tiras de ella en terreno plano, otras la empujas cuando te encuentras en una pendiente, y otras veces te montas en ella tratando de que no vuelque cuando encuentras un camino de bajada.

y los espacios de trabajo contaminados. Piense usted por un momento en cuánto puede estar degradado su lugar de trabajo, a manera de símil igual que si estuviéramos en un laboratorio donde se manejan sustancias químicas contaminantes, que, aunque no las manipulamos directamente, sufrimos los efectos de inhalar sus vapores a lo largo del tiempo. Así puede apoyarnos la capacitación bien enfocada, y no solo pensando en aspectos técnicos... ¿Acaso alguien está pensando en teams building o algo parecido? Yo no lo considero así necesariamente, y más bien creo que este enfoque puede ser limitante, pues a veces nos restringe a considerar que un par de eventos de este tipo al año solventan la situación.

Comenté en un principio que vivimos en extremos los que nos dedicamos al tema de capacitación, pero en atención a los lectores, cabe mencionar a manera de ejemplo, o mejor dicho de analogía, que estar en un área o departamento de capacitación es como llevar una carreta: a veces tiras de ella en terreno plano, otras la empujas cuando te encuentras en una pendiente, y otras veces te montas en ella tratando de que no vuelque cuando encuentras un camino de bajada. Para mi así ha sido la experiencia, plantear ideas y propuestas que terminan sin concretarse, armar y lanzar programas a diestra y siniestra para cumplir con requerimientos obligatorios, o simplemente mantener la carreta en pie, lista para andar por caminos pedregosos.

Hablando desde la perspectiva de capacitación, además comentar que puedo decir por semanas y meses de trabajo con la gente beneficiada directamente por ella, que pretender aplicar el principio de los "Tres Mosqueteros" simplemente no funciona...ni toda capacitación es para todos, ni la misma les es aplicable a todos, ni tampoco todos ven con buenos ojos las capacitaciones gratuitas y luego entonces se abstienen de recibirlas. Por ello no hablemos ya sobre querer hacer más o hacer menos, esa no es la cuestión. A veces, nuestros esfuerzos deben ser como en una competencia de tiro, donde no gana quien dispara más

sino quien es más preciso... creo que a fin de cuentas nuestro enfoque debe ser ese.

Finalmente, puedo concluir que al interior de las empresas debemos priorizar el "educere" sobre el "educare", pues como ya lo he comentado en anteriores intervenciones, trabajamos mayoritariamente con gente adulta que lleva consigo un bagaje adquirido en el camino. Para comprender mejor esta afirmación considero nos viene a bien conocer lo que afirmaba Miguel Ángel, cuando se le preguntó acerca de la magnificencia de su obra y como es que podía concebirla, él simplemente se concretó en decir "solo vi lo que estaba atrapado en la roca y le permití salir". En dicho sentido, hablando de aprovechar lo que ya está ahí, una opción que me ha funcionado bien es utilizar el análisis de la conocida matriz "sé que no se"/ "no sé qué se" para fomentar la conciencia entre los colaboradores y personal involucrado, pero sobre todo me resulta más útil para trabajar con quienes tienen personal a su cargo, apoyando con ello a la tarea de que conozcan lo que hace su gente, lo que sabe y lo que debería saber...pienso que esa es la clave para el desarrollo de nuestras funciones con el personal.

Ahora, solo nos queda a quienes somos responsables, hacer que quien necesite aprender algo se interese por hacerlo... 🍷

Sergio Arturo Jaime Mendoza.

Docente y Gestor de Proyectos.
Posgrado en Gestión del
Conocimiento.
Coordinador de Instructores en
el Sector Industrial.



Estudia tu
**Maestría y
Doctorado**
100% en línea



* **Beca del**
30%
de descuento
en
INSCRIPCIÓN y
MENSUALIDADES



*Aplica para el que hace su registro y pago del 14 al 21 de noviembre.

La beca en las mensualidades es para todo su posgrado.

RVOE
EDUCACIÓN SUPERIOR

LO QUE LA PANDEMIA NOS HA TRAÍDO

Aprendiendo
sobre nuestras
herramientas
emocionales

Susana Cajiga González

Terminaba el año 2019 y se vislumbraba el inicio de una nueva década en el siglo XXI, algo por demás interesante para todos los que vivimos el arranque del siglo y del milenio allá en el 2000. Nadie, o casi nadie, se imaginaba que el 2020 traería consigo una de las revoluciones más impactantes para la vida humana: la pandemia por la COVID-19; ¿te acuerdas de quién eras cuando todo comenzó?, ¿eres la misma persona hoy? Seguramente no, porque por principio de cuentas evolucionamos constantemente, a menor escala, casi imperceptible, pero lo hacemos. Además de esto, la pandemia vino a cambiar muchas de nuestras costumbres y hábitos de vida y trajo consigo nuevos estilos e ideas para vivir “mejor”. Si bien los cambios se dieron básicamente en todas las áreas como la economía, la educación y por supuesto la salud física, en esta ocasión vamos a mirar hacia nuestra vida emocional, que ha sido, sin lugar a duda, la parte que más golpes ha recibido en estos últimos 2 años.

No se trata de dar cifras, porque si algo nos ha dejado la pandemia es un hartazgo por las estadísticas, así que dejando de lado los porcentajes y las comparaciones numéricas, simplemente vamos a conocer y reconocer cómo es y cómo ha cambiado la vida emocional. Primeramente, identificando trastornos y enfermedades mentales que se dieron al alza: ansiedad y depresión, con todas sus manifestaciones sintomatológicas, como lo son cambios en el estado de ánimo, en los hábitos alimenticios, de sueño e higiene, en la sexualidad y en la comunicación intra e interpersonal.

De inicios de 2020 a la fecha, cada vez más se reportan casos de personas que presentan ataques de pánico (panic attack), llanto irrefrenable, irritabilidad y agresividad excesiva e intentos de suicidio, lamentablemente no todos fallidos. ¿Por qué?, ¿qué relación tiene la pandemia con la salud mental?

Por un lado, aunque todavía no se sabe todo lo que la COVID-19 puede dejar como secuelas en el cuerpo, se ha demostrado que las personas que han tenido esta enfermedad presentan síntomas emocionales como sensación de tristeza profunda sin explicación aparente, desgano y mucha ansiedad; por

otro lado, habiendo o no tenido la enfermedad, el impacto de los medios de información, la carencia de certeza ante lo que ocurría durante todo el 2020 y cómo no cesaba en los años siguientes, generó una sensación de desconfianza, desamparo y desesperanza que llevó a muchos a actuar negativamente, buscando la protección de sí mismos y sus seres queridos, hubo quienes se tornaron incluso violentos. La explicación a todo esto es más sencilla de lo que parece, no hacemos buen uso de nuestras herramientas emocionales, quizá muchos ni siquiera saben que las tienen o no las han desarrollado adecuadamente.



Los seres humanos contamos con un sistema emocional bastante complejo, en el sentido de que una situación nos lleva a reaccionar de formas diversas tanto si nos comparamos con otras personas, como si nos observamos a nosotros mismos en diferentes contextos. Por ejemplo, lo que para unos es un factor de riesgo y causa miedo, para otros es excitante y los motiva a interactuar, no hay un patrón definitivo de cómo vamos a reaccionar ante cada circunstancia. A diferencia de otros animales, los humanos tenemos un abanico muy amplio de emociones, sentimientos, actitudes, pensamientos y acciones.

La pandemia también nos regaló una cuarentena, un aislamiento casi absoluto, una reducción de la interacción con el exterior, y, en países como México, la interacción social es sumamente importante para la vida cotidiana. Necesitamos platicar, convivir, socializar y en la cuarentena eso era casi imposible. No obstante que era muy difícil vivir “encerrados” para no contagiarnos, hubo quien no se pudo dar ese lujo: el personal de salud, de seguridad, de atención al cliente, de transporte, de aseo... todos ellos estaban siempre en riesgo e iban cayendo uno tras otro, víctimas de contagio por la irresponsabilidad de los que no



atendían las medidas preventivas. ¡Vaya!, podríamos hacer un texto bien amplio sólo comparando las dos caras de la cuarentena, así de intenso fue eso, así de complejo.

La cuarentena representó soledad para muchos, lo cual ya de por sí puede ser difícil, para otros fue quedarse en casa con su depredador con su agresor; ¿te has puesto a pensar lo que representó para muchos niños tener que quedarse encerrados en casa con la persona que los abusa física y sexualmente?, siendo la escuela su único espacio seguro lejos del dolor y sufrimiento que esto representa; o adultos que viven en una relación de

violencia constante; familias que están sumergidas en la vorágine de las adicciones de uno de sus miembros, para quienes salir de casa a estudiar o trabajar es el momento de relajarse y ser felices. La cuarentena también fue el periodo de quitarse las máscaras y mostrarnos cómo somos en familia y pareja, porque en la vida cotidiana pasamos demasiado tiempo lejos de casa sin una verdadera oportunidad de convivencia y conocimiento mutuo; para muchas personas representó tomar la decisión de divorciarse, de replantear su relación de pareja, porque honestamente no se conocían.

Los seres humanos contamos con un sistema emocional bastante complejo, en el sentido de que una situación nos lleva a reaccionar de formas diversas tanto si nos comparamos con otras personas, como si nos observamos a nosotros mismos en diferentes contextos.



De acuerdo, no todo puede ser malo, la pandemia y la cuarentena nos pusieron en la mesa retos que muchos decidieron enfrentar con alegría, amor y astucia, como aquellos docentes que lo dieron todo para que sus alumnos no dejaran de aprender, las familias que se unieron más y limaron sus asperezas, las parejas que concibieron un hijo como fruto del amor y la consolidación de su relación, las personas que vieron esto como una oportunidad y emprendieron nuevos negocios mejorando su economía. Entonces, ¿qué podemos aprender de la pandemia para ser emocionalmente más sanos?

Anteriormente mencioné que la razón de todo este caos fue el no saber usar nuestras herramientas emocionales, ¿sabes qué son y para qué sirven? Imagina que tú eres una caja de herramientas, como esas que usan los carpinteros o electricistas, en donde hay clavos, tornillos, martillo, desarmadores, lijas, cinta, llaves y algunas otras cosas; en tu caso, lo que hay en ti, **tu propia caja de herramientas, son tus valores y creencias** (los principios por lo que te riges para decidir si algo es adecuado para ti o no), tu personalidad (es tu manera natural y auténtica de ser), tus

experiencias (es todo lo que has vivido), y tus relaciones (las interacciones que tienes con todos a tu alrededor, cercanos, íntimos o distantes).

El carpintero y el electricista tuvieron que observar a otros o tomar lecciones para aprender a usar su caja de herramientas, porque solas no sirven: un tornillo suelto no hace nada, hay que colocarlo en su lugar y ajustarlo hasta que cumpla su función. Lo mismo con nuestras herramientas emocionales, lo primero es el *autoconocimiento*, porque sabiendo quién eres y cómo eres, podrás dar pauta a la *comunicación*, que te permitirá decir lo que piensas, pedir lo que necesitas, hablar de lo que sientes; a la par de lo anterior está la *empatía*, que te permite entender que el otro no necesariamente es igual a ti y te ayuda a establecer relaciones interpersonales más funcionales, sanas. Para usar adecuadamente nuestras herramientas requerimos *autenticidad*, ser como somos, sin falsedades, pero con *asertividad*, porque no se trata de decir todo lo que pensamos sin filtros ni ajustes al contexto. Otra lección de oro para usar las herramientas emocionales es la *aceptación incondicional*, porque finalmente cada uno es como es y no tenemos el poder ni el derecho de

mutilar la naturaleza de quienes nos rodean, toca aceptar y respetar; desde luego, no es obligatorio quedarnos en una relación que no nos brinda lo que requerimos, así que otra lección para la caja de herramientas es saber estar, es decir, en toda relación, darle su lugar a las personas y a nosotros mismos. Sin importar qué te ha pasado, de todo se puede obtener un aprendizaje y es justo de eso de lo que te puedes agarrar para poner en marcha tu sistema de creencias y valores, porque el haber experimentado algo doloroso te puede motivar a cerrarte o a crecer, eso lo decides tú.

La pandemia no ha terminado, hay quienes dicen que faltan unos años, ¿cuándo volveremos a lo que éramos?, nadie lo sabe, posiblemente nunca. La realidad es que la vida siempre marcha en una sola dirección: hacia adelante, y no tenemos más realidad que el presente, así que estarnos asomando a la ventana del pasado puede ser frustrante y triste, lo mismo que anhelar un futuro incierto puede causarnos estrés, ansiedad y desesperación. No es sencillo, lo sé, pero si algo nos debería haber dejado la pandemia es la dicha de estar aquí y ahora, supervivientes de una guerra que se veía perdida. ¿Ya sabes qué te ha traído la pandemia? 🍀

Susana Cajiga González

Psicoterapeuta en Fundación MAPA Renacer



- **COLEGIO MOTOLINÍA**
- **COLEGIO VALLADOLID**
- **COLEGIO DE OBREGÓN**
- **COLEGIO DE OCCIDENTE**
- **INSTITUTO VALLADOLID**
- **COLEGIO REGIONAL DE MÉXICO**



Colegio Motolinía San Juan del Río, Qro.



Colegio Regional de México Obregón



Colegio Valladolid Guadalajara



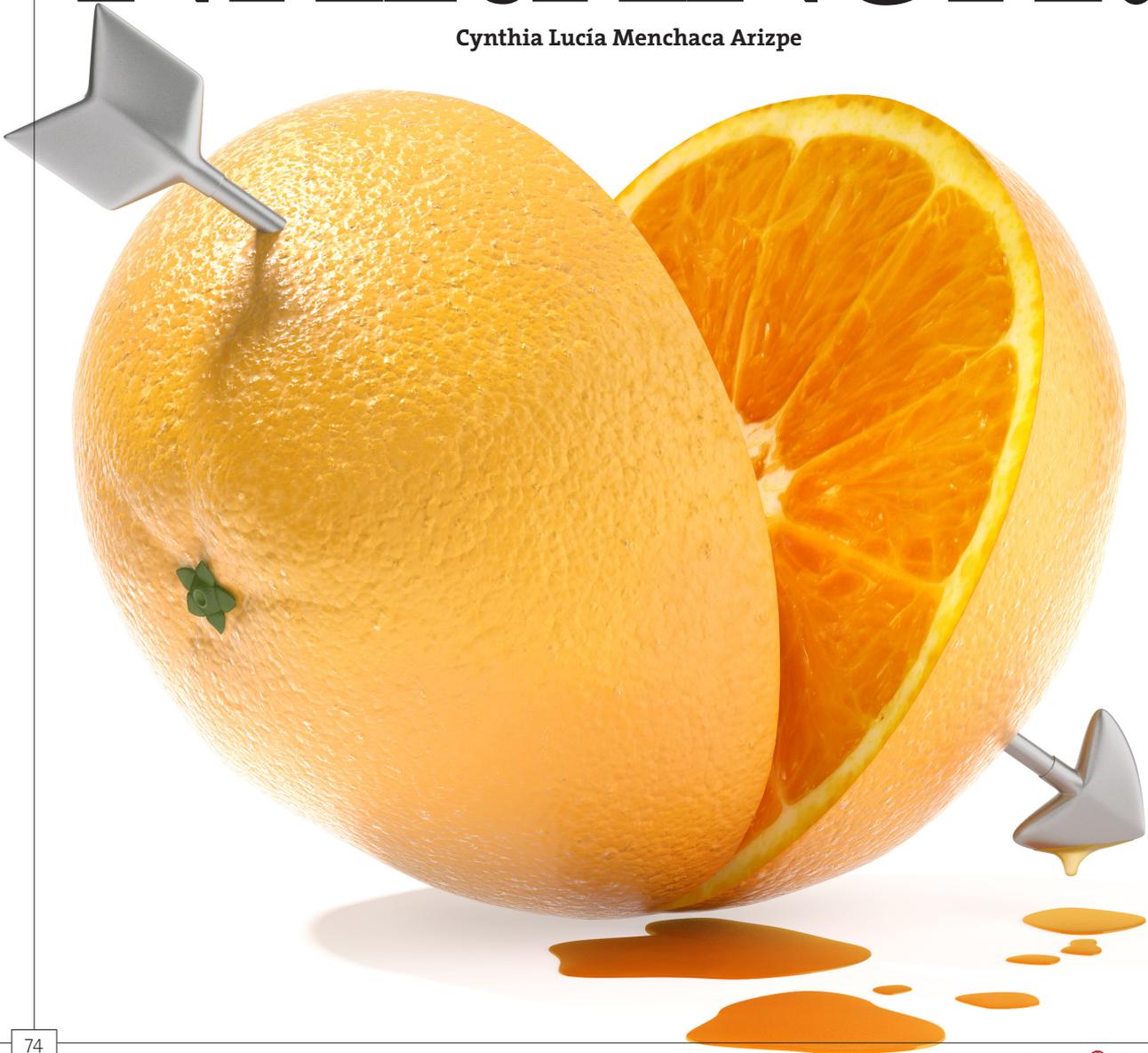
Colegio de Occidente Tijuana Colinas



JUNTOS SOMOS
SISTEMA EDUCATIVO
VALLADOLID
¡CONOCENOS!

¿Dónde está mi **MEDIA** **NARANJA?**

Cynthia Lucía Menchaca Arizpe





Todos hemos escuchado alguna vez la expresión de la media naranja, es decir esa persona perfecta que debo encontrar para sentirme completo o completa. Pero ¿Dónde surge el mito de la media naranja? Pues la respuesta es muy simple: en una borrachera.

Pero no en cualquier borrachera, ocurrió en Grecia, entre los años 370 - 385 A. C. y uno de los borrachos era nada más y nada menos que uno de los más reconocidos filósofos de todos los tiempos: Sócrates. Y fue el famosísimo Platón quien hizo las veces de cámara de video, que en aquel tiempo sería las veces de secretario y escribió lo que los asistentes al banquete decían. Y cómo ya dejamos claro no era un simposio o una conferencia, no llegaron y comenzaron a hablar frente a un público. No, esta fue una parranda, sus discursos se dieron después de la comida, la música y el baile y después de haber tomado vino, aunque se dice que en aquellas reuniones acordaban no tomar demasiado para que estuvieran en condiciones de poder hablar de un tema, pero en realidad no podemos saber con exactitud qué tan embriagados estaban porque no sabemos a ciencia cierta qué es lo que en la antigua Grecia consideraban "demasiado" así que no es una exageración decir que esta idea fue expuesta y documentada durante una borrachera.



El anfitrión del banquete fue el poeta Agatón y fue también uno de los que hablaron.

Y durante el evento fue Erixímaco quien propuso que cada uno de los presentes, hiciera un elogio o alabanza al amor:

Los siete asistentes hablaron en el siguiente orden: 1.- Fedro. 2.- Pausanias. 3.- Erixímaco 4.- Aristófanes 5.- Agatón 6.- Sócrates. 7.- Alcibiades. Pero el que nos interesa por ahora para hablar de la idea de la media naranja es quien habló en cuarto lugar: Aristófanes quien no solo se abocó a expresar sus ideas, sino que inventó un mito muy interesante. Bueno se cree que él lo inventó porque antes de esta reunión no hay registro de dicho mito. Por cierto, que Platón nos dice que a Aristófanes le tocaba hablar en el tercer turno, pero le cedió su lugar a Erixímaco porque le dió un tremendo ataque de hipo (tal como les pasa a quienes beben moderadamente) y es por eso por lo que participó en cuarto lugar.

Entonces, cuando le tocó hablar se explayó explicando a detalle un mito según el cual originalmente los primeros seres humanos eran seres redondos como una naranja, tenían no dos, sino cuatro piernas, cuatro brazos, una sola cabeza con dos caras y cuatro orejas, es decir tenían el doble de todo. Cuando querían correr hacían ruedas de carro como las gimnastas, y como tenía 8 extremidades no perdían el equilibrio así que eran muy rápidos. Podían hacer muchas cosas a la vez porque con sus cuatro manos podían realizar diversas tareas, si bien no tenían ocho

brazos como los pulpos, pero cuatro ya es decir bastante, podían estar preparando la cena y escribiendo una poesía al mismo tiempo, porque además eran también el doble de inteligentes. Entonces eran seres superiores, rápidos, capaces e inteligentes. Y literal tenían ojos en la espalda, bueno en realidad no tenían espalda, pero si podían ver al norte y al sur al mismo tiempo, es decir tenían una visión de 360 grados.

Algunos de ellos eran hombres, otras mujeres y otros andróginos, es decir una mitad era hombre y la otra mujer, los hombres eran hijos del sol, las mujeres hijas de la tierra y los andróginos eran hijos de la luna porque la luna es parte del sol y de la tierra. No existía la reproducción a través de ellos, sino que todos estos seres brotaban de la tierra.

Según el cuento de Aristófanes (porque un mito es precisamente eso, un cuento) estos seres perfectos eran muy arrogantes y en un momento dado tuvieron la magnífica idea de combatir contra los dioses, su plan era sacarlos del Olimpo y ser ellos los nuevos habitantes de este lugar tan maravilloso. Entonces los dioses griegos, que como ya sabemos no les gustaba la competencia, pensaron que necesitaban hacer algo para evitar ser derrotados por estos humanos superiores, pero no se decidían qué hacer con ellos. Porque por una parte si los mataban se podrían deshacer del problema de una vez por todas, pero por la otra, si lo hacían ya no tendrían quién realizara sacrificios para ellos y en realidad les



encantaban los sacrificios en su nombre. Así que Zeus decidió que la mejor idea era, no destruirlos como habían hecho con los gigantes, sino debilitarlos y para esto los partirían por la mitad. Así ya no serían tan rápidos, inteligentes, capaces etc., y los dioses podrían tolerar su existencia, es decir nuestra existencia.

Entonces Zeus los partió por la mitad con un fino hilo y encargó a Apolo que volteara la cabeza de estos seres para que su cara estuviera sobre la herida y que al bajar la mirada pudieran ver el corte que les habían hecho y así viendo su fragilidad fueran más modestos. Después Apolo recibió la instrucción de estirar la piel para cubrir la herida y después de que la piel estirada hubiera cubierto toda la herida la atara con un nudo en el centro creando así el ombligo, y este quedaría ahí para siempre para que recordaran lo sucedido y no se les ocurriera sublevarse de nuevo. Pero para estar seguros de que no tendrían otra revolución, Zeus los amenazó con volverlos a partir en dos si se volvían a atrever a desafiar a los dioses, y de este modo quedarían con una sola pierna y un solo brazo y tendrían que ir brincando de un lugar a otro. No detalla exactamente qué pasaría con la cabeza, si tuvieran un ojo y media boca. Pero de que quedarían peor no había duda.

Después de la cirugía, aquellos seres antes plenos y felices, se sintieron desdichados e incompletos. Y es por eso que comenzaron a buscar desesperadamente su otra mitad. Su media naranja. Para volver a ser redondos y felices.

Sabemos, gracias a Platón que en ese banquete se expusieron otras ideas muy sobre el amor, que además de tener argumentos sólidos y análisis profundos mostraban a los seres humanos desde una óptica más positiva.

1.- El primero en hablar Fedro (fabulista) en su discurso habló de como el amor conduce a la virtud, debido a que las personas enamoradas intentan obrar bien frente a la mirada de sus amados.

2.- Cuando le tocó el turno a Pausanias (geógrafo e historiador) habló de las formas buenas y celestiales y las formas malas y vulgares de expresar el amor. También expuso que existe una relación entre el amor y las leyes, y eso lleva a los seres humanos a buscar la justicia.

3.- Erixímaco(médico) quién tomó el tercer turno, debido al Hipo de Aristófanes. Dijo que el amor busca la armonía y el equilibrio en la naturaleza y en el ser humano, y eso lo relacionó con la buena salud y obvio con la medicina que era su especialidad.

4.- Aristófanes (poeta cómico) además de presentar el mito sobre los seres redondos del cual ya hablamos, ofreció una alabanza a Eros.

5.- Agatón, (poeta trágico) y además anfitrión de la fiesta quien por cierto mencionan que la noche anterior acababa de recibir un premio no aportó mucho al tema, solo hizo un compendio de lo dicho hasta el momento.

6.- Sócrates (filósofo) habló de cómo Diotima, una filósofa de la cual hay poca información escrita, le enseñó todo lo que sabía sobre el amor. Y dilucidó en su turno sobre el amor por lo bello, pero no solamente la belleza física sino también la belleza espiritual y señaló que el amor es la búsqueda de esta belleza.

7.- Alcibiades(rico aristócrata) que llegó tarde y muy borracho (aquí si se aclara que no estaba moderadamente alcoholizado) solo se dedicó a alabar a Sócrates.

El relato termina diciendo que todos excepto Sócrates se quedaron dormidos. Si consideramos que entre los oradores había, un fabulista, un geógrafo e historiador, un médico, un poeta cómico, un poeta trágico, un gran filósofo y un rico aristócrata. Es increíble que la historia que ha trascendido sea precisamente la del poeta cómico, no sabemos si su intención era solamente entretener a los presentes, y tal vez fue por eso que inventó o relató este cuento tan inverosímil. Tal vez los otros asistentes comprendieron de inmediato que se trataba de algo ridículo pero divertido, sin embargo, por increíble que parezca muchas personas lo siguen considerando algo capaz de regir sus vidas.

Entonces, es como decía, interesante que el discurso que ha perdurado hasta nuestros días sea el del poeta cómico Aristófanes, precisamente ese que expone al ser humano como un ser mutilado, incompleto y desdichado. Los discursos que los otros filósofos exponen en el banquete retratan a un ser pleno que sintiéndose completo busca a otro ser humano con quien compartir su vida, por decisión no por desolación. Que busca la belleza no solo material sino espiritual y que intenta obrar bien ante las personas amadas y busca el amor en la justicia.

Sin embargo, es la historia de Aristófanes la que alimenta, desde hace tiempo, a la industria del entretenimiento con sus incontables títulos románticos, que se centran en la búsqueda desesperada de una persona ideal que solucione todos nuestros problemas. Y en muchas ocasiones el personaje de la novela, obra de teatro o película, que busca desesperadamente a esa persona ideal, cuando cree haberla encontrado, la acosa y hostiga hasta conseguir que sea su pareja y esto se muestra como algo, no solo positivo, sino deseable. Se plantea como si fuera el logro de una meta, sin considerar que requiere que otra persona esté de acuerdo en ayudar al buscador a lograr sus metas personales.

Sería bueno, deseable y esperanzador que los seres humanos nos supiéramos seres completos y en desarrollo. Que buscáramos en el otro a un compañero y no un bastón. Tal vez el concentrarnos en la búsqueda de nuestra otra mitad no nos permite ver lo mucho que estamos perdiendo en el camino, no nos permite ver todas las expresiones de amor que existen como la amistad, el amor fraterno; el amor sincero (no tóxico ni codependiente) por nuestra pareja, el amor a la humanidad; a la belleza; a la naturaleza; a la justicia, etc. Tal vez sea momento de leer **El banquete de Platón** y analizar los otros discursos ahí mencionados. Darles una oportunidad a las reflexiones ahí expuestas, a las que exigen más de nosotros mismos y no nos proponen salir a buscar fuera lo que llevamos dentro.

En conclusión ¿Cuál es la respuesta a la pregunta de dónde está mi media naranja? La respuesta es: el mito de la media naranja es solamente eso: un mito. Es un cuento que nos han contado tantas veces que hemos llegado a creer que es verdad y es un cuento paralizante que nos mantiene ocupados buscando a una persona ideal y no nos permite vernos como lo que somos: seres humanos completos. 🌀

Cynthia Lucía Menchaca Arizpe.
Máster en Desarrollo Humano.
Universidad Iberoamericana.

¿Cuál es la respuesta a la pregunta de dónde está mi media naranja? La respuesta es: el mito de la media naranja es solamente eso: un mito. Es un cuento que nos han contado tantas veces que hemos llegado a creer que es verdad y es un cuento paralizante que nos mantiene ocupados buscando a una persona ideal y no nos permite vernos como lo que somos: seres humanos completos.



TE INVITAMOS A ESCRIBIR EN REVISTA MULTIVERSIDAD

Revista Multiversidad cordialmente le invita a formar parte de su equipo de colaboradores, a sabiendas de su capacidad y experiencia en el ámbito profesional.

Con el firme propósito de constituirse en un referente en la divulgación de contenidos electrónicos en temas de **Educación, Investigación, Innovación y Emprendimiento**.

Cada número editorial de la revista se publica con un alto estándar de calidad ya que combinamos el producto final con la calidad de los contenidos revisados por un comité especializado y la calidad del diseño editorial.

LINEAMIENTOS:

- El artículo debe estar compuesto en un rango máximo de 2,000 palabras.
- Puede ser en coautoría.
- Usar un lenguaje ágil y ameno, dirigido a un público no especializado.
- El artículo se acompañará con los datos del autor (**preparación académica y/o nombramiento profesional**).
- Enviar la colaboración en formato artículo, NO como ensayo, tesina, etcétera.
- El pago por colaboración es de \$1.40 MXN por palabra y se realizará cuando el Consejo Editorial apruebe el artículo para su publicación.
- El pago se hará sobre el conteo de palabras, resultado de la última edición que realiza el equipo de editores de Multiversidad Management.
- Toda la colaboración se rastreará por internet para evitar clonaciones. Tema detectado con 20% de clonación será devuelto para su reedición.
- Las citas o apoyos intelectuales deben especificar su procedencia y autenticidad.

Para más información, comuníquese al teléfono: **800 506 5227** extensión **163**
o escribe un correo a

revista@multiversidadlatinoamericana.edu.mx



LA REVISTA DE CONTENIDO INTELIGENTE



CIINSEV

Investigar para educar con calidad



DOCTORADO EN INVESTIGACIÓN EDUCATIVA EN LÍNEA

PREGUNTA POR
NUESTRO PLAN DE
BECAS DE HASTA EL

50%
de dto.

ESTUDIOS **100%** *en línea*



DURACIÓN
**2 AÑOS
6 MESES**



AL ESTUDIAR EL DOCTORADO CON NOSOTROS TENDRÁS HABILIDADES PARA:

- ✓ Proyectar, implementar y evaluar investigaciones científicas en los diversos niveles del Sistema Educativo Mexicano.
- ✓ Diseñar y desarrollar proyectos de innovación educativa para mejorar la calidad de la educación escolar.
- ✓ Autoevaluar los resultados de su labor profesional como base para el automejoramiento continuo.
- ✓ Diagnosticar, caracterizar y resolver problemas educacionales con un criterio científico, crítico e interdisciplinario.
- ✓ Perfeccionar su labor educativa profesional de forma independiente y creativa desde la integración de la teoría y la práctica; la instrucción y la educación; la ciencia y la cultura.
- ✓ Dirigir el proceso educativo a nivel de aula, institución educativa u otras instancias.

RVOE
EDUCACIÓN SUPERIOR
D.025-2020

CONSULTA NUESTRO
PLAN CURRICULAR Y REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN EN
www.ciinsev.com