

¡Hagamos comunidad!

Estrategias de apoyo pedagógico

Orientaciones didácticas para el desarrollo del proyecto **Siento, pienso y actúo**



Profesoras y profesores:

En este material encontrarán orientaciones didácticas para coordinar y acompañar el desarrollo del proyecto *Siento, pienso y actúo*. Con ellas podrán organizar actividades, tiempos y espacios; revisar y preparar fuentes bibliográficas, materiales y recursos que permitan incorporar contenidos curriculares; así como adecuar el proyecto propuesto para responder a las necesidades y los intereses de sus estudiantes.

¿Por qué realizar el proyecto?

Este proyecto puede ayudar a mejorar varios aspectos de la vida de los estudiantes, entre ellos la parte emocional, mental, física y psicológica. Muchos han optado por dejar sus estudios debido a eso o a problemas económicos. Es atractiva la idea de realizar trabajos y actividades que tengan que ver con las artes y la cultura, ya que éstas sirven para transmitir distintas emociones que el alumno siente.

JOHAN, estudiante del Estado de México, julio de 2021

Generar espacios en la educación media superior orientados a la identificación y expresión de los sentimientos, ideas y emociones experimentados por adolescentes y jóvenes de este tipo educativo es fundamental para su formación integral. Si bien, en los últimos años, los planes y programas de estudio han puesto en el centro la necesidad e importancia de abordar diferentes aspectos sociales y afectivos como parte del desarrollo personal y social, hoy, más que nunca, el contexto de pandemia permite reconsiderar su trabajo e incorporación en los espacios educativos mediante propuestas que vayan más allá de un formato escolar basado en horas o clases específicas para su abordaje o con el único fin de recibir una calificación.

Implica generar espacios transversales y estratégicos en los que adolescentes y jóvenes convivan a la par de compartir sus experiencias, sentimientos y emociones de manera creativa y constructiva, con el fin de reconocer y vivir la escuela como un espacio seguro de socialización. Hoy es preciso reconocer-nos, docentes y estudiantes, como sujetos completos, racionales y emocionales, capaces de mejorar el mundo, de aprender unos de otros, como seres sociales, empáticos y solidarios que somos o podemos llegar a ser.

¿Qué hacer?

ANTES DEL DESARROLLO DEL PROYECTO: PREPARARSE

- Revise el proyecto de manera individual o en colectivo –si el plantel cuenta con más de un docente–. En el último caso, asignen al personal encargado de su coordinación y seguimiento. El personal de tutoría puede ser clave, sin embargo, conviene que, otros docentes, independientemente de la asignatura impartida, sean quienes realicen esta labor; así, las y los estudiantes valorarán su importancia. El proyecto hace énfasis en campos disciplinares como Comunicación y Humanidades, sin embargo, pueden abordarse aspectos relacionados con otras áreas, por ejemplo, Matemáticas.
- Acuerden si el proyecto será implementado por algunos grupos escolares o intervendrá todo el plantel. En el segundo caso, pueden coordinar una campaña escolar en la cual cada grupo contribuya con una o varias acciones de acuerdo con sus intereses y motivaciones, así como con aquellas donde se favorezcan conocimientos y habilidades relacionados con el trayecto formativo en el que se encuentran. Otra propuesta consiste en que, cada ciclo escolar, un grupo diferente diseñe y coordine la campaña mientras el resto difunde y participa de las acciones propuestas.
- Consulten los recursos sugeridos en este material y busquen o compartan otros con el propósito de contar con mayores referentes enfocados en coordinar y acompañar el proyecto. Consideren que éste no tiene la intención de atender de forma psicológica o terapéutica a sus estudiantes, sin embargo, puede contribuir a su bienestar emocional durante sus trayectorias escolares.

Punto de partida

- Importa el reconocimiento de sus estudiantes respecto a que no es necesario estar en situaciones de emergencia para realizar este tipo de proyectos a favor del bienestar propio y de quienes les rodean. Sin embargo, dadas las condiciones del inicio de este ciclo escolar, pueden ajustar las frases propuestas en el punto 1 de este momento por las siguientes:
 - Cuando cerraron las escuelas pensé...
 - Una vivencia significativa para mí fue cuando...
 - Sentí miedo e incertidumbre cuando...
 - Recuerdo que...
 - Me sentí bien cuando...
 - En este tiempo he aprendido...

Lo anterior posibilita que sus estudiantes y ustedes reconozcan las experiencias y emociones vividas durante el último año, así como que identifiquen que cuando las personas enfrenten la misma situación o momento histórico, cada una lo hace de forma particular. Compartir las respuestas a los cuestionamientos sugeridos siempre será una decisión personal, así como hacerlo con quien elijan y en el momento deseado.

Si trabajan con las frases propuestas en el proyecto, es suficiente con preguntar a las y los estudiantes, de manera grupal o individual, regularmente: *cómo les ha ido con el ejercicio, qué han descubierto, qué actividades hacen cuando se sienten de una manera, cómo se sienten al realizarlas, si cambian o son las mismas.*

- Independientemente del ciclo escolar o periodo de implementación del proyecto, realizar las actividades incluidas en este primer momento de trabajo, permite que sus estudiantes se motiven con él mediante una ruta que inicia con la identificación y expresión de sus propias emociones y avanza hacia el reconocimiento y valoración de las vivencias y emociones de otras personas que les rodean a nivel familiar, escolar, comunitario o, incluso, global. La empatía generada les permite colocarse como sujetos capaces de actuar a favor de su bienestar como el de las personas que les rodean. En este sentido, importa que reconozcan que nadie es responsable de las emociones, pensamientos y acciones de otras personas, pero cada una puede hacer mucho por las suyas, así como por generar lazos e interacciones basadas en el respeto, la escucha y la empatía para un bien común.

¡Hagamos un plan!

- Acompañen a los equipos a que construyan sus planes de acción. Sus integrantes decidirán las acciones a implementar durante la vigencia de la campaña o por el periodo de coordinación de cada equipo, no obstante, orienten a sus integrantes a generar ideas creativas basadas en cualquier forma de expresión artística, recreativa o deportiva que puedan poner en marcha. Asimismo, a que sean pertinentes con la información obtenida de su público objetivo, pues ésta permite a sus estudiantes generar un sentido de empatía y solidaridad.
- Promuevan la colaboración de cada integrante de los equipos en el diseño de su plan de acción y observen que sientan motivación con la acción que emprenderán. Será importante que las acciones emprendidas beneficien a su público objetivo, pero también generen interés y entusiasmo de sus estudiantes por realizarlas, a fin de que sus estudiantes las disfruten.
- Invítenles a pensar en acciones que puedan promoverse a distancia; también consideren algunas enfocadas en reencontrarse presencialmente con otros integrantes de la comunidad escolar o de la localidad, –cuando sea posible y con las medidas de sana distancia necesarias–.
- Expliquen que los planes de acción guían los procesos de preparación y ejecución de las acciones a realizar en equipo o de manera grupal. Por ejemplo, si todos los equipos emprenden la acción Contador@s de cuentos el plan que elabore un equipo al respecto servirá para el resto cuando sea su turno realizarla.
- Tomen nota de todas las ideas surgidas durante el desarrollo de los planes de acción, no descarten las propuestas de ningún estudiante, pues pueden considerarlas como acciones individuales a emprender en la misma campaña.

En acción

- Participen en la ejecución de todas las acciones definidas para la campaña como cualquier otro integrante de los equipos, con objeto de que sus estudiantes se sientan acompañados durante las mismas y puedan reconocerse como personas más allá de sus distintos roles escolares.
- Aprovechen las acciones propuestas con objeto de favorecer habilidades, actitudes y conocimientos relacionados con sus campos disciplinares mediante diferentes modalidades de trabajo: talleres, círculos de estudio y tertulias, por ejemplo. Otorguen el tiempo pertinente para que los equipos planifiquen y ejecuten sus acciones. Seguir el programa de trabajo planeado es importante, pero lo es más que sus estudiantes se sientan preparados al realizar sus acciones.

- Si eligen difundir las acciones por redes sociales, orienten a las y los estudiantes sobre su uso. Generen cuentas especiales en las aplicaciones, las cuales utilizarán únicamente con estos fines; eviten emplear cuentas personales y sigan las medidas de seguridad recomendadas para estos medios: abstenerse de publicar datos personales e imágenes sin autorización de las familias o los tutores.

¿Qué aprendimos?

- Realicen las actividades de valoración con sus estudiantes para compartirles sus reflexiones respecto a esta experiencia desde su función docente.
- Reflexionen en grupo sobre la importancia de realizar este tipo de campañas a favor del bienestar emocional de todas y todos, pues permiten expresar emociones y sentimientos mediante actividades artísticas, recreativas o deportivas, independientemente del contexto que se viva, además de disfrutar el aquí y el ahora.
- Inviten a sus estudiantes a continuar con la realización de este tipo de acciones de manera individual, más allá del marco de la campaña, y, si es posible, generen espacios para compartir las experiencias. Si deciden dar continuidad a su campaña con las mismas acciones o con el diseño de nuevas, hacia el mismo u otro público objetivo, consideren la experiencia de esta primera implementación para mejorar aspectos relacionados con su planificación o ejecución.
- De acuerdo con el contexto en que implementen el proyecto, entreguen o lean con sus estudiantes el poema propuesto en el punto 5, uno similar o cualquier otro recurso (canción, pintura, etcétera). Lo anterior permite cerrar el ciclo del proyecto con un acto relacionado con el mismo, pero, en este caso, las y los estudiantes son su público objetivo.
- Consideren apoyar a sus estudiantes con la difusión de los resultados de su experiencia a otros grupos escolares o comunidades de diferentes escuelas o planteles, con el propósito de que valoren la posibilidad de llevar a cabo el proyecto.

En la siguiente caja se enlistan recursos de apoyo enfocados en planear y desarrollar el proyecto junto con sus estudiantes y colegas, así como para ampliar la información y el conocimiento respecto al contenido propuesto. Explórenlos y conversen entre ustedes sobre ellos. También compartan recursos propios que tengan a la mano, sean o no de su autoría.



CAJA DE HERRAMIENTAS

- *Con corazón y cerebro*. <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.heartandbrain_01&hl=es_MX&gl=US>.
- *Cuida tu Ánimo*. <<https://imhay.org/cuidatuanimoy/>>.

Utilicen las aplicaciones y valoren compartirlas con sus estudiantes al inicio o durante la ejecución del proyecto, para el uso completo o parcial de sus recursos.

- Espinosa-Fernández, L., García-López, L. y Muela Martínez, J. (coords.) (2018). Promoción de la salud y bienestar emocional en los adolescentes: panorama actual, recursos y propuestas. *Revista de estudios de juventud*, (121). Instituto de la Juventud. <http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/injuve_121_web.pdf>.
- Orejudo, S., Royo, F., Soler, J. y Aparicio, L. (coords.) (2014). Inteligencia emocional y bienestar. *Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*. Universidad de Zaragoza. <https://www.psicoaragon.es/sites/default/files/libro_inteligenciareducido.pdf>.
- Soler, J., Aparicio, L., Díaz, O., Escolano, E. y Rodríguez, A. (coords.) (2016). *Inteligencia emocional y bienestar II. Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*. Ediciones Universidad San Jorge. <<https://dialnet.unirioja.es/descarga/libro/655308.pdf>>.
- UNESCO Perú (2020, 26 de agosto). *Webinar 22. Sector Educación. Acompañamiento y contención emocional de las y los estudiantes ante el duelo por Covid-19*. <<https://es.unesco.org/news/acompanamiento-y-contencion-emocional-y-estudiantes-duelo-covid-19-webinar>>.



Algunas instituciones a las que se pueden acercar con el fin de recibir información, asesoría y apoyo psicológico para ustedes y sus estudiantes son:

- Locatel. Teléfono 55-5658-1111. Servicio gratuito de apoyo psicológico dirigido a habitantes de todas las entidades federativas, las 24 horas del día, los 365 días del año.
- Línea de Atención Psicológica de la UNAM. Teléfono 55-5025-0855. Servicio gratuito para toda la república, en un horario de lunes a viernes de 8 a 16 horas.
- Dirección General de Incorporación y Revalidación de Estudios (DGIRE), a través del micrositio Bienestar emocional en tiempos de Covid-19. <https://www.dgire.unam.mx/contenido_wp/documentos/bienestar-emocional/meta.html>.
- Línea de la vida. Centro de atención ciudadana. Teléfono 800-911-2000, correo electrónico: lalineadelavida@salud.gob.mx. Asesoría especializada gratuita enfocada en prevenir y atender en toda la república los problemas relacionados con el consumo de sustancias adictivas, las 24 horas del día, los 365 días del año.
- Educatel SEP. Teléfonos 55-3601-7599 y 800-288-6688, en un horario de lunes a viernes de 8 a 20 horas (tiempo del centro del país). Orienta e informa acerca de servicios, programas y actividades dirigidos al sector educativo de las entidades federativas.
- Accedan a la página Salud mental, del Gobierno de México, para conocer otras instancias: <<https://coronavirus.gob.mx/salud-mental/>>.

Para conocer más sobre esta serie y los proyectos que la integran, ingresen en estas ligas: *[¡Hagamos comunidad! Estrategias de apoyo pedagógico para la educación media superior y ¡Hagamos comunidad! Pautas para la implementación](#)*

Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación

Área de Apoyo y Seguimiento a la Mejora Continua e Innovación Educativa (AASMCIE)

DIRECTORIO

Etelvina Sandoval Flores, presidenta; **María del Coral González Rendón**, comisionada; **Silvia Valle Tépatl**, comisionada; **Florentino Castro López**, comisionado; **Oscar Daniel del Río Serrano**, comisionado.

Armando de Luna, Secretaría Ejecutiva; **Laura Jessica Cortázar Morán**, Órgano Interno de Control; **Francisco Miranda López**, Evaluación Diagnóstica; **Gabriela Begonia Naranjo Flores**, Apoyo y Seguimiento a la Mejora Continua e Innovación Educativa; **Susana Justo Garza**, Vinculación e Integralidad del Aprendizaje; **Miguel Ángel de Jesús López Reyes**, Administración.

Coordinación general: Gabriela Begonia Naranjo Flores y Juan Jacinto Silva Ibarra.

Coordinación académica: Rosa Mónica García Orozco, Brenda Peña Barragán y Arturo Ayala Mendoza.

Redacción: Brenda Peña Barragán.

Cómo citar este documento

Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación (2021).

Orientaciones didácticas para el desarrollo del proyecto Siento, pienso y actúo.