

Soy porque somos:

**Diseño e implementación de una propuesta pedagógica en educación emocional,
enfocada en la competencia personal de autoconciencia, junto a diez NNA de ciclo 3 y 4,
en la Fundación San Antonio, Centro Redes Lucero**

**María Camila López Rojas
Alisson Juliette Rodríguez Hurtado**

**Trabajo de grado para optar al título de
Licenciadas en Educación Comunitaria con Énfasis en Derechos Humanos**

**Tutor
Mg. Luis Javier Hurtado Rodríguez**

**Universidad Pedagógica Nacional
Facultad de Educación
Departamento de Psicopedagogía
Licenciatura en Educación Comunitaria con Énfasis en Derechos Humanos
Bogotá, D.C.
2023**

Notas aclaratorias

Consideramos pertinente realizar algunas aclaraciones para quienes se acerquen a este documento:

1. Elegimos hablar en primera persona en la mayor parte del proyecto de grado, puesto que el proceso lo vivimos y compartimos junto a los/as participantes.
2. Hicimos uso en mayor medida de la sigla NNA, en conciencia de que, aun cuando puede llegar a invisibilizar a quienes hacen parte del proceso. Fue necesario en términos de facilidad, debido a que hicimos mención a ellos/as en demasiadas ocasiones, aun así, también los/as nombramos como “participantes” o “chicos/as”.
3. Decidimos emplear lenguaje inclusivo, en este caso haciendo alusión a: “los/las” “el/la”, etc. con el fin de que todos/as aquellos/as que participaron se sintieran recogidos/as. Es importante aclarar que no hicimos uso del “les”, “elles”, etc., ya que ningún/a participante manifestó identificarse con este.
4. Con el fin de respetar la intimidad de los/as chicos/as determinamos necesario reemplazar sus nombres por seudónimos.

Agradecimientos

Queremos agradecer al profesor Luis Javier Hurtado por acompañarnos durante todo este proceso, por su paciencia, constancia y entrega en su labor docente. También, por ser una persona amable y empática, siempre dispuesta a ayudar y a regalar una sonrisa. Su presencia en el desarrollo de este proyecto de grado fue fundamental para que se lograra llevar a cabo.

Agradecemos a los chicos y chicas que decidieron participar de este proceso, por enseñarnos nuevas formas de ser y estar en el mundo, asimismo, por brindarnos tantos ratos de felicidad, confianza y complicidad.

Gracias a todas aquellas personas que nos ayudaron de la forma más amorosa y desinteresada a que esto fuera posible: Profesores, amigos y conocidos. Sus aportes fueron muy valiosos.

A la Fundación San Antonio, Centro Redes Lucero, les agradecemos por permitirnos implementar allí nuestra propuesta pedagógica.

Por último, sentimos que también es oportuno realizar una mención a nosotras mismas. Nos agradecemos por todo el empeño y entrega que pusimos para culminar, pese a todas aquellas cosas que pasaron en medio. También, por darnos la oportunidad de hacer algo que realmente nos apasiona.

Resumen

Palabras clave: Educación emocional, autoconciencia, cuidado y vínculo

El presente documento pretende dar evidencia de lo ocurrido durante la caracterización, creación e implementación de la propuesta pedagógica "Soy porque somos", la cual, se desarrolló a partir de lineamientos que brinda la educación emocional, abordando varias competencias socioemocionales y dando prioridad a la autoconciencia. Se llevó a cabo en la Fundación San Antonio en el Centro Redes Lucero con diez NNA de 12 a 15 años. El análisis se realizó a partir de cuatro categorías: educación emocional, autoconciencia, cuidado y vínculo; estas, además de ser parte del marco teórico, también fundamentaron cada una de las sesiones de la propuesta pedagógica. El presente proyecto de grado se desarrolló a partir de una investigación acción, con enfoque cualitativo y haciendo uso de distintas técnicas, como: observación, entrevista, talleres y corpografías.

Como producto final se elaboró un cuento ilustrado, con base en las historias de los/as NNA y hechos ocurridos en el desarrollo de la propuesta pedagógica; además, se pretende que sirva como insumo pedagógico para quien quiera abordar temas sobre educación emocional, autoconciencia y cuidado.

Abstract

Key words: Emotional education, self-awareness, care and bond.

This document aims to provide evidence of what happened during the characterization, creation, implementation, and development of the pedagogic proposal "I am because we are", which was developed based on the guidelines provided by emotional education, addressing several socio-emotional competencies and giving priority to self-awareness. It takes place at the San Antonio Foundation in the Redes Lucero Center with children and adolescents between 12 and 15 years of age. The analysis was based on four categories: emotional education, Soy porque somosself-awareness, care, and bonding; these, in addition to being part of the theoretical framework, also supported each of the sessions of the pedagogical proposal. This degree project was developed from research-action, using a qualitative approach and different techniques, such as observation, interviews, workshops, and corpographies.

Like final product we made an illustrative tale with base in the histories of the youths and events that occurred in the pedagogical proposal. And we can use it as pedagogical support for those who want talk about emotional education, self awareness and care.

Tabla de contenido

| | |
|---|----|
| Introducción | 9 |
| Contextualización..... | 12 |
| Primeros acercamientos a la comunidad: el preámbulo de la experiencia | 15 |
| Características identificadas en los/as NN de Ciclos 1 y 2..... | 15 |
| Características identificadas en los/as NNA de Ciclo 3 y 4 | 16 |
| Los vínculos: Profe... mejor un partidito de fútbol..... | 17 |
| Grupo focal..... | 18 |
| Planteamiento del problema..... | 21 |
| Antecedentes Investigativos..... | 23 |
| Justificación | 27 |
| Objetivos..... | 29 |
| Objetivo general | 29 |
| Objetivos específicos..... | 29 |
| Marco Teórico..... | 30 |
| Educación emocional | 30 |
| Conciencia emocional | 33 |
| Cuidado..... | 38 |
| Vínculo..... | 42 |
| Marco metodológico..... | 45 |
| Enfoque de investigación: Cualitativo | 45 |
| Tipo de investigación: Investigación-Acción (IA)..... | 45 |
| Técnicas y herramientas de investigación | 46 |
| Análisis de la información | 50 |
| Construcción del producto final | 50 |
| Análisis de la información | 51 |
| ¿Qué aprendimos durante el proceso?..... | 52 |
| ¿Qué cambió durante el proceso?..... | 56 |
| Santiago..... | 56 |
| María | 59 |
| Sofía..... | 62 |
| Discusión de resultados | 68 |

| | |
|-------------------------------------|----|
| Educación emocional | 68 |
| Conciencia emocional | 70 |
| Cuidado..... | 73 |
| Vínculo..... | 75 |
| Conclusiones y recomendaciones..... | 78 |
| Referencias bibliográficas | 81 |
| Bibliografía | 85 |
| Anexos..... | 87 |

Índice de tablas

| | |
|---|----|
| Tabla 1. Organización horarios Centro Redes Lucero (Elaboración propia con información de cartelera publicada en Centro) | 14 |
| Tabla 2. Distribución de NNA en el Centro Redes Lucero de acuerdo a la edad (Elaboración propia)..... | 14 |
| Tabla 3: Competencias socioemocionales (Elaboración propia retomando elementos de Rendón, 2016) | 36 |
| Tabla 4. Ventajas de la conciencia emocional (Elaboración propia, retomando conceptos de Bisquerra Alzina, 2009)..... | 37 |
| Tabla 5. Ventajas del autoconocimiento emocional (Elaboración propia, retomando conceptos de Goleman, 1995) | 38 |
| Tabla 6. Seis prácticas para recuperar el cuidado (Elaboración propia, retomando Leonardo Boff por la autora Álamos Santos, 2011)..... | 42 |
| Tabla 7. Técnicas y herramientas de investigación (Elaboración propia) | 49 |

Índice de anexos

| | |
|--|------------|
| Anexo a. Entrevistas competencias personales y Registro individual | 87 |
| Anexo b. Planeaciones y Diarios de campo..... | 155 |
| Anexo c. Entrevistas: Autoconciencia, cuidado y educación emocional | 231 |
| Anexo d. Corpografías..... | 234 |
| Anexo e. Texto del cuento “Soy porque somos” | 236 |
| Anexo f. Muestra del cuento diagramado | 255 |
| Anexo g. Juego de escaleras y serpientes | 257 |
| Anexo h. Guía pedagógica para el uso del cuento | 258 |
| Anexo i. Enlace para acceso al cuento ilustrado..... | 259 |

Introducción

El presente documento se enmarca en el desarrollo de la práctica pedagógica, investigativa y comunitaria de la Licenciatura en Educación Comunitaria con Énfasis en Derechos Humanos, en la Línea de investigación Memoria, Corporalidad y Cuidado. En esta práctica se diseñó e implementó la propuesta pedagógica “Soy porque somos”, que tuvo lugar en la Fundación San Antonio, en el Centro Redes Lucero ubicado en la localidad de Ciudad Bolívar, durante el periodo de abril del 2022 hasta noviembre del mismo año, junto a diez niños, niñas y adolescentes de ciclo 3 y 4. Esta propuesta pedagógica se aborda a partir de: 1) la educación emocional, la cual nos brindó los lineamientos para estructurar la propuesta pedagógica; 2) la autoconciencia, como punto de partida para incentivarlos/as a hacer conciencia de sí mismos/as, y así, poder abarcar las diferentes competencias socioemocionales; 3) el cuidado, visto de manera transversal por medio del compartir con los/as otros/as, y 4) el vínculo como resultado de la interacción sujeto-sujeto, permeada de muestras de afecto, empatía y *cuidado* dada en los espacios.

Para la metodología asumimos un enfoque de carácter cualitativo e hicimos uso de la Investigación Acción (IA), con la que exploramos diversos ámbitos. Teniendo en cuenta las distintas fases propias de la IA (reflexión inicial, planificación, acción y reflexión) y su lógica de desarrollo en espiral se nos permitió generar un diálogo más amplio entre la teoría, praxis y reflexión; estas fases estuvieron presentes antes, durante y después de la implementación de la propuesta pedagógica: en la caracterización, la estructuración de los talleres, la ejecución y su posterior análisis.

La caracterización nos dio pie para formular el planteamiento del problema y este, a su vez, nos llevó a sentar las bases estructurales de la propuesta pedagógica. Las problemáticas evidenciadas surgieron a partir de talleres que se preguntaban por las relaciones de los/as NNA en diferentes dimensiones: con ellos/as mismos/as (a nivel corporal, emocional e identitario), sus pares y sus familiares; como resultado de esto, se identificaron diversas dificultades, que tenían como eje común una ruptura con su mundo interno (autoconciencia).

Se desarrolló el trabajo de grado en concordancia con la Línea de Memoria, Corporalidad y Cuidado, ya que, encontramos en ella una ruta pedagógica dirigida a la reflexión en torno al cuidado y el bienestar, tanto a nivel individual como colectivo, elementos que aportaron

considerablemente al campo de conocimiento abordado, en tanto nos permitieron: tener mayor apertura y sensibilidad ante quienes interactuamos en los talleres, lo que permitió generar vínculos, construir un espacio cálido y seguro, reflexionar sobre nuestras prácticas de cuidado como educadoras, y las prácticas de los/as NNA, establecer una relación horizontal con los/as participantes, determinar un enfoque y tipo de investigación que sitúan a los/as sujetos/as como parte importante del proceso. Finalmente, el cuidado es uno de los referentes teóricos y una categoría de análisis

Ahora bien, en cuanto a las contribuciones que hacemos a la línea, consideramos que aportamos elementos, como: (1) una propuesta pedagógica para la educación emocional, (2) un recurso pedagógico -cuento ilustrado- en el que se ven reflejadas prácticas de cuidado y autocuidado a partir de las competencias socioemocionales (habilidades humanas que se desarrollan por medio de la educación emocional), (3) una reflexión en torno a la importancia del vínculo en relación con el cuidado (y viceversa) y la incidencia de estos dos en la educación emocional.

Es importante mencionar también, la relevancia que tiene para la licenciatura por su énfasis en derechos humanos, la Ley 1616 del 2013, en la que se expresa el derecho de las personas a “recibir psicoeducación a nivel individual y familia sobre (...) las formas de autocuidado” (p. 3) y la responsabilidad del Ministerio de Educación Nacional, de la mano del Ministerio de Salud y Protección Social al respecto de diseñar acciones intersectoriales para que:

(...) a través de los proyectos pedagógicos, fomenten en los estudiantes competencias para su desempeño como ciudadanos respetuosos de sí mismos, de los demás y de lo público, que ejerzan los derechos humanos y fomenten la convivencia escolar haciendo énfasis en la promoción de la Salud Mental (pág. 5)

Esto es relevante en tanto, como lo menciona Bisquerra (2011) la educación emocional es un proceso que debería ser implementado dentro del currículum de los colegios, como una asignatura fija, y no solo en tiempos de crisis; con esto, resalta la importancia de que esté presente desde la educación preescolar y a lo largo de toda la vida, buscando así potenciar y desarrollar las competencias socioemocionales desde una etapa temprana. Precisamente, desde elementos pedagógicos, como los que se pretende presentar en este proyecto de grado,

que incidan y acompañen la promoción de la salud mental, prácticas de cuidado, y de dichas competencias para la formación de ciudadanas/os que convivan con respeto.

Contextualización

La Fundación San Antonio tiene sus inicios a principios de 1894 gracias a la Obra del Niño Jesús (iglesia católica); en un principio, su intención fue ayudar a 12 niños/as desamparados/as y en condiciones de pobreza, en alusión a los doce apóstoles. Seguido a esto, Monseñor Manuel María Camargo empezó a consolidar la Fundación, con el propósito de que su labor pudiera tener un mayor alcance. Por un lado, se centró en la educación formal fundando en el 2004 el Gimnasio Monseñor Manuel María Camargo; por otro, focalizó esfuerzos en la educación no formal consolidando los *centros redes* como instituciones que tuvieron como fin, desde su inicio en 2003, generar condiciones adecuadas para el aprovechamiento del tiempo libre y el acompañamiento de tareas de los niños, niñas y adolescentes (NNA) en condición de exclusión social o vulneración; las sedes de los *centro redes* se encuentran ubicadas en puntos estratégicos dentro de la capital del país; este crecimiento ha sido en colaboración con la Arquidiócesis de Bogotá.

Dentro de los *centros*, existen diversos recursos para que dicho fin se logre cumplir; quienes requieran refuerzo de tareas cuentan con el acompañamiento por parte de docentes, los que, por diversas razones no tienen acceso a un computador o internet pueden tenerlo allí, además, durante la emergencia sanitaria generada por el COVID-19 se creó un asistente virtual para brindar apoyo en las diferentes áreas escolares. En cuanto al aprovechamiento del tiempo libre, disponen de pelotas, juguetes, lazos; también, se les ofrecen cursos de música, teatro o prácticas de fútbol. Por otro lado, tienen acceso a acompañamiento psicosocial en caso de requerirse (Fundación San Antonio, s.f.).

La sede en la que se desarrolló el proyecto del que da cuenta el presente documento, fue Redes Lucero, ubicada en la localidad de Ciudad Bolívar; las necesidades de la localidad y los principios de la Fundación, dieron como resultado que uno de sus centros se ubicará allí.

Ciudad Bolívar presenta algunas características geográficas, históricas, sociodemográficas y de presencia institucional que la diferencian de otras localidades. Está ubicada en el sur de la ciudad de Bogotá; limita con Bosa, Tunjuelito, Usme y Soacha. Se consolidó como localidad en 1983 con el Acuerdo 11 del Concejo de Bogotá. Se registran alrededor de 776.351 habitantes, 13.000 hectáreas, 38 colegios distritales, 14 hospitales, 438 parques y 2 centros comerciales.

Por otro lado, este territorio presenta problemáticas de orden social que dan cuenta de la exclusión y vulnerabilidad de su población. Se registra que Ciudad Bolívar ocupa la tasa de

desempleo más alta de la ciudad, siendo esta del 9% (Cámara de Comercio de Bogotá -CCB-, 2011). También, se pueden encontrar altos índices de pobreza y miseria, identificando 20.260 hogares en la primera condición y 4.595 en la segunda; “dentro de los hogares pobres, el mayor número vive en condiciones de hacinamiento crítico seguido de un también alto porcentaje asociado a una alta dependencia económica” (CCB, 2011). En cuanto a la violencia “Ciudad Bolívar tiene 1,5 homicidios por día: Una tasa de 26,35 por cada 100.000 habitantes, 2 puntos más que el promedio del país durante 2017. Cada minuto se presenta una riña y cada 18 un caso de violencia intrafamiliar” (Personería de Bogotá, s.f.).

Hecha esta contextualización podemos dar pie a describir las dinámicas propias del Centro Redes Lucero. Al igual que las demás sedes de la Fundación, este centro funciona en contra jornada escolar. La organización de horario y actividades (tabla 1) se adecuan a cada jornada:

| Hora | Jornada mañana | Hora | Jornada tarde |
|-------------------------|--|-----------------------|--|
| 8:05 a.m. a 8:30 a.m. | Oración y desayuno | 1:10 p.m. a 1:45 p.m. | Oración y Almuerzo |
| 8:30 a.m. a 9:55 a.m. | Tareas/Gestión del tiempo libre | 1:45 p.m. a 3:25 p.m. | Tareas/Gestión del tiempo libre |
| 9:55 a.m. a 10:50 a.m. | <p><i>Se realiza una de las siguientes actividades:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Cañama ● Proyecto de vida ● Te cuento un cuento ● Música ● Teatro ● Deporte | 3:25 p.m. a 4:25 p.m. | <p><i>Se realiza una de las siguientes actividades:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Cañama ● Proyecto de vida ● Te cuento un cuento ● Música ● Teatro ● Deporte |
| 10:50 a.m. a 11:40 a.m. | Almuerzo | 4:25 p.m. a 4:45 p.m. | Refrigerio |
| 11:40 a.m. a 12:00 | Entrega de NNA | 4:45 p.m. a 5:00 p.m. | Entrega de NNA |

| | | | |
|------|--|--|--|
| a.m. | | | |
|------|--|--|--|

Tabla 1. Organización horarios Centro Redes Lucero (Elaboración propia con información de cartelera publicada en Centro)

Para el funcionamiento del centro, se cuenta con profesionales y otros actores que se encargan del desarrollo de las actividades encaminadas a NNA; por ejemplo: de dirigir las comidas y el acompañamiento de tareas se encargan 3 docentes (dos de matemáticas y una de lengua castellana); de los componentes psicosociales una trabajadora social y una psicóloga; las actividades artísticas y deportivas se llevan a cabo por maestras/os externos, provenientes de las fundaciones: Marguz y Martialsoccer. La trabajadora social, asume también el cargo como líder del centro, por lo cual, además de atender a NNA y hacer la activaciones de rutas por presuntas o posibles vulneraciones a sus derechos; también realiza visitas domiciliarias y a colegios, y sistematiza los datos de procesos llevados a cabo por la Fundación y, también, gestiona los horarios, alimentos, alianzas, respuestas a quejas y reclamos, relaciones con operadores externos, gestión del talento humano, entre otras acciones.

Con respecto a la población vinculada al centro, actualmente, hay alrededor de 170 NNA activos/as. La división de estos/as para el desarrollo de actividades se hace por ciclos de acuerdo a su edad:

| | |
|---------|------------------|
| Ciclo 1 | De 6 a 7 años. |
| Ciclo 2 | De 8 a 10 años. |
| Ciclo 3 | De 11 a 13 años. |
| Ciclo 4 | De 14 a 17 años. |

Tabla 2. Distribución de NNA en el Centro Redes Lucero de acuerdo a la edad (Elaboración propia)

En cuanto a la infraestructura del centro, la sede se conforma por dos pisos. En el primero se puede encontrar: un comedor, la oficina de la trabajadora social, una rotonda (un patio con una cancha dibujada en el suelo), dos salones (donde se dan las clases de música) y los baños; estos espacios están divididos por paredes, pero el techo es mucho más alto que ellas, por tanto, cualquier ruido que se haga se extiende por todo el primer piso. En cuanto al segundo

piso: tres salones, una bodega de instrumentos y un baño; en este, no se presentan los mismos problemas de ruido que se dan en el anterior.

Primeros acercamientos a la comunidad: el preámbulo de la experiencia

En abril de 2022 se inicia un proceso de aproximación al Centro Redes Lucero y a los NNA que allí asisten; este ejercicio llevó al equipo de investigación a la identificación de las principales problemáticas que dieron lugar a la formulación de la propuesta pedagógica “Soy porque somos”. Durante esta aproximación, la participación en las actividades del Centro se llevó a cabo los días jueves de 2:00 p.m. a 5:00 p.m. y se dividió en dos etapas:

1) la etapa inicial se dio desde el mes de abril del 2022 y finalizó a principios de julio del mismo año; durante esta, el trabajo se desarrolló con todos/as los/as NNA de ciclo 3 y 4, de 2:30 p.m. a 3:30 p.m. en el denominado “tiempo libre”; la hora y media restante de la jornada (3:30 a 5:00 p.m.) la debíamos ocupar en apoyo de tareas o supervisión del tiempo libre del ciclo 1 y 2; en este periodo se ejecutó una caracterización que llevó a tomar la decisión de consolidar un grupo focal

2) la consolidación fruto de la etapa previa, dio paso a la segunda etapa, desarrollada desde el 21 de julio del 2022 hasta el 24 de noviembre del mismo año; en este tiempo se realizó una caracterización específica el grupo focalizado y, posteriormente, la implementación de la propuesta pedagógica; con este grupo, se tuvo la misma franja horaria.

Características identificadas en los/as NN de Ciclos 1 y 2

En el tiempo libre de los NN vinculadas/os a los Ciclos 1 y 2, se encontraban, aproximadamente, 30 participantes. Pudimos observar que su manera de relacionarse se daba a partir de juegos bruscos y dinámicas de violencia, principalmente en los/as chicos/as entre 9 a 10 años de edad; la única solución observable a la que acudían al tener un problema era los golpes. Estas situaciones se presentaban sobre todo cuando jugaban fútbol (única actividad que manifestaban deseo de realizar todo el tiempo); en la mayoría de ocasiones teníamos que pausar el juego para que empezaran de nuevo con más calma, y cuando las conductas se tornaban incontrolables optábamos por suspenderlo.

Durante el acompañamiento de tareas, logramos crear conexiones con algunos/as de ellos/as; saber un poco sobre su estado de ánimo, su proceso en el colegio, las relaciones con sus familias, sus intereses, dificultades a nivel académico, etc. Lo anterior, aportó para entender las diferentes y complejas situaciones por las que estaban pasando, como: problemas económicos, familiares, sociales y emocionales.

Características identificadas en los/as NNA de Ciclo 3 y 4

Este grupo oscilaba entre 15 a 20 participantes; aun así, hubo momentos en los que se trabajó con grupos de 5 a 10 NNA; la inasistencia a los encuentros se daba por múltiples causas, aunque la más frecuente era que estaban en el espacio de apoyo de tareas. Los/as NNA en su mayoría estudiaban en colegios distritales, entre ellos: República de México y Antonio García. Vivían en los barrios: Lucero Bajo, Altos de Jalisco, San Joaquín y La Estrella, los barrios y colegios se encuentran relativamente cerca del Centro Redes Lucero.

En un principio, aunque teníamos en mente que habría dificultades, en nuestro imaginario, iba a bastar con una sesión para presentarnos y ya podríamos dar marcha a los temas que queríamos tratar (autoconocimiento, gestión de emociones, autoestima, cuidado, etc.); sin embargo, nos encontramos con un grupo bastante difícil, no representábamos para ellas/o una figura de autoridad, ni había un vínculo de respeto, así que nuestra palabra no valía mucho. La primera sesión, aunque se lograron completar las actividades, fue tras varios llamados de atención pues las/os NNA estuvieron gritando toda la clase, golpeándose con papeles, hablando con sus compañeros/as, o algunos/as, simplemente sentados/as en una esquina rehusándose a participar. Nos asignaron un salón muy pequeño, así que cada cosa que hacían la notábamos fácilmente; sus tratos eran muy bruscos e irrespetuosos, se percibían rivalidades entre algunos/as de ellos/as, y sus formas de expresar la amistad podían llegar a ser también muy abruptas, parecían no pensar en el daño que se pudieran causar, solo en la diversión del momento. Este tipo de dinámicas, se vieron más presentes en los/as chicos/as de 11 a 13 años; los/as de 14 a 17, en su mayoría, solo querían estar sentados/as escuchando música, hablando entre ellos/as o estar en el celular; tenían poco interés en lo que pasaba a su alrededor, como esperando a que el reloj avanzara lo más rápido posible para que pudieran irse a sus casas. De este modo, pudimos concluir que se necesitaría más de un encuentro para lograr que se interesaran en lo que tuviéramos para decir.

Los vínculos: Profe... mejor un partidito de fútbol

Determinamos la importancia de crear estrategias que nos permitieran generar un vínculo, al tratarse de una población de jóvenes, nos pareció pertinente hacerlo por medio del juego, pero resultó no ser la forma, ya que, esta carencia entorpecía cualquier actividad que tuviéramos preparada, siempre llegaba el punto en el que expresaban “¿Eso para qué profe? mejor un partidito de fútbol”. Terminaban rápido los juegos propuestos, no jugaban o jugaban de mala gana, otros/as, optaban por irse a algún extremo de la cancha y observar en silencio. Hay que tener en cuenta acá, que el tiempo que llegamos a ocupar era el que tenían libre, antes de nosotras, podían emplearlo en estar en el celular, escuchar música, hablar, jugar fútbol o hacer cualquier cosa que no requiriera instrucción de un adulto; así que, llegamos como un par de intrusas a irrumpir con esto, por ello, decidimos que quienes quisieran participar lo hicieran por voluntad, ya que entendíamos lo incómodo que era sentir esa imposición.

Hacer la planeación se volvió una tarea difícil, mantener el interés del grupo entero era todo un reto, algunos/as disfrutaban más de correr y jugar, otros/as, muy al contrario, preferían actividades que involucraran el dibujo o la escritura, y, existían también quienes no se interesaban ni por la una, ni por la otra. También, pese a que internet es una gran fuente de información, no dábamos con las actividades suficientes que cumplieran con nuestros requerimientos, y la impotencia en momentos nos cortaba la imaginación.

Otro elemento que dificultaba el proceso, era el espacio, disponíamos de dos: uno muy grande o uno muy pequeño; en el pequeño, se aglomeraban, se golpeaban, gritaban, etc.; en el grande, se dispersaban, no escuchaban las instrucciones o se iban a otros lados del centro, aunque era un grupo de 20 chicos/as (en promedio) con dos educadoras, realmente era muy difícil tenerlos a todos/as conectados con lo que estábamos haciendo, nos jugaba en contra también, la diferencia de edades, ya que oscilaban entre los 11 y los 17 años, por tanto, no tenían muchos intereses en común.

Pese a todo lo anterior, hubo con quienes logramos conectar, el acompañarlos en otros espacios (apoyo de tareas y refrigerio) facilitó poder generar ese vínculo, y aunque hubo días en los que no atinamos con las actividades, también, existieron los días de triunfo. No siempre participaban de manera activa, pero había quien nos recibiera con una sonrisa y/o un abrazo, ya esperaban nuestra llegada los jueves, a la expectativa de qué los pondríamos a hacer.

En promedio, se realizaron cinco sesiones, haciendo un balance general pudimos observar que: se desenvolvían más en los juegos que implicaban competencia, que con los que les exigían diálogo con el/la otro/a. Cuestionando aquello, hubo quienes reconocieron en sí una dificultad para entender a sus compañeros/as, para compartir con los/as demás, y también, falencias en su carácter. A partir de esto, les hicimos la siguiente pregunta: ¿A quién le interesaría ser parte de un taller de educación emocional?

Grupo focal

Para nuestra sorpresa, fueron varios/as quienes quisieron hacer parte del curso; incluso y lamentablemente, tuvimos que limitar la participación de algunos/as, ya que se indicó en un principio que sólo podíamos trabajar con 10 NNA. En el mes de julio, iniciando el trabajo con el grupo focal la sede hizo algunos cambios en cuanto a su itinerario, se abolió el tiempo libre y se instalaron tres clases de música en el primer piso, por tanto, quienes no estaban con nosotras, estaban en música o en refuerzo de tareas. Debido a este cambio, las sesiones del taller se extendieron a 2 horas, de 2:30 p.m. a 4:30 p.m.

El grupo se conformó por cinco niñas y cinco niños, entre los 11 y 15 años; para llevar a cabo los talleres se nos brindó un espacio al lado de la rotonda, en el que había una mesa larga y campo para 12/13 personas. Para realizar el proceso de caracterización contamos con cuatro sesiones, un total de ocho horas.

Desde el día uno los/as chicos/as se mostraron muy receptivos, no siempre tenían los ánimos para realizar los talleres, pero siempre contaban con la disposición. Aun así, había unos/as más dispuestos/as a abrirse con el espacio que otros/as, lo cual nos hacía pensar en el desafío que iba a representar generar estrategias pedagógicas que nos permitieran conectar con las necesidades emocionales de cada uno/a.

Los dolores que aquejaban a las/os que integraban el grupo eran diversos; había quienes manifestaban sentirse solos/as o poco competentes en cuanto a las relaciones sociales; dificultad para poner límites a quienes les rodeaban; poca capacidad para gestionar sus emociones; relaciones fracturadas con sus familias (en el caso de dos hermanos se estaba llevando una intervención por parte del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar -ICBF-), etc. Solo una de las participantes del taller contaba ya con acompañamiento psicosocial.

Durante la primera sesión abordamos como eje central algunas competencias personales (Autoconciencia, autovaloración, autogestión y autonomía) a grandes rasgos se logró determinar que en su mayoría no conocían sus propias emociones, carecían de dominio propio a la hora de manejarlas, y también, de autodeterminación, en cuanto a la autovaloración, la mayoría se tenía en buena estima y confiaba en sus propias capacidades. Cabe aclarar que esto en términos generales, si hubo casos en el que chicas (sobre todo) expresaban (por ejemplo) desdén por su propio cuerpo. Identificamos también que, pese a esto, se encontraban precisamente en la búsqueda de respuestas para llenar estos espacios en blanco.

En la siguiente sesión tuvimos como objetivo generar un espacio de diálogo frente a las nociones que tenían sobre su identidad personal: gustos, cualidades, valores, temperamento, habilidades y carácter. Facilitamos en algo el trabajo llevando listas de lo mencionado anteriormente, para esto se organizaron en parejas, y en primer momento, debían reconocer los rasgos de la identidad de su compañero/a, notamos que, aunque con dificultad, lograban evidenciar más fácilmente sus gustos, cualidades, etc., que las del otro/a. Para finalizar, les invitamos a expresar sus intereses en cuanto a la convivencia dentro del grupo, en su mayoría, buscaban poder expresar sus emociones sin ser juzgados/as, sentirse escuchados/as y hacer de este un espacio seguro para todos/as.

El tercer objetivo que nos propusimos, fue identificar qué factores externos consideraban ellos, habían influido en la construcción de su identidad y el tipo de relaciones interpersonales que estaban teniendo; durante esta sesión hubo muchas más preguntas que en las demás, no lograban conectar los rasgos de su identidad con su crianza o su entorno social, además, describir el tipo de relación que llevaban con su familia, amigos y conocidos les costó bastante. Quisimos abordar conceptualmente el término de "identidad" y la ligaban directamente con la tarjeta de identidad o con la orientación sexual.

Por último, se pretendió reconocer los vínculos, fracturas y relaciones de cuidado que se encontraban en sus familias, para realizar esto de una forma respetuosa de su intimidad hicimos uso de un genograma. Durante este ejercicio pudimos observar cómo, la mayoría de ellos/as tenían una relación fracturada con su padre y varios fueron criados por su padrastro; contaban con pocas relaciones estrechas y, en los casos en que estas existían se daban con la figura materna; y en cuanto a las relaciones de cuidado, todos se sentían cuidados por algún integrante de la familia, y también, se reconocían como cuidadores.

A lo largo de las sesiones nos encontramos con varios factores que lograron incidir en el desarrollo de las mismas, representando para nosotras un reto. En primer lugar, como se menciona anteriormente estábamos en medio de 3 clases de música, por tanto la contaminación auditiva era mucha, comunicarnos asertivamente con ellos/as y retener su atención implicaba un gran esfuerzo de nuestra parte; segundo, influía en gran medida lo que les ocurriera con antelación al taller en su disposición para realizar las actividades, por último, algunos/as estaban pasando por situaciones de bullying en el colegio, lo que nos llevó a cuestionarnos cómo podríamos acompañar a aquellos/as que llegaran acongojados/as, tristes y/o molestos/as a la sesión.

Antes de dar inicio a la propuesta pedagógica, quisimos darle un nombre para que cada uno/a de los/as que estábamos en el espacio nos sintiéramos reconocidos/as. Empezamos por incitarlos/as a proponer uno, lo que no rindió muchos frutos. Anticipando esta situación nosotras llevábamos una propuesta: “soy porque somos”. Nos parecía pertinente ya que los valores del Ubuntu (proverbio africano) respondían de alguna manera a nuestra búsqueda dentro del espacio: el cuidado, la escucha, el vínculo, los acuerdos de convivencia, etc. El Ubuntu prioriza el cuidado, el respeto por lo individual y lo colectivo, reconociendo la diferencia y el valor de cada persona. Dentro de las cinco competencias de este proverbio, a nivel individual se centra en: el autoconocimiento, autoconfianza, resiliencia y habilidades como la empatía (Steffens, 2022). Temas que estaban directamente relacionados con nuestro proyecto de grado. Todo esto lo expusimos ante los/as NNA, y al terminar, estuvieron de acuerdo con este nombre.

Planteamiento del problema

Durante el transcurso de la caracterización pudimos observar cuatro factores relevantes que se veían atravesados por la dificultad de los/as NNA de la Fundación San Antonio para desarrollar habilidades de autoconciencia; siendo algunos factores detonantes, y otros, consecuencias de aquella carencia; involucrando también, sus prácticas de cuidado.

La mayoría habían sido criados por su padrastro, y no tenían relación alguna con su padre biológico; aquí, podemos evidenciar una primera fractura dentro de su entorno familiar debido a esta ausencia, ya que asumían esta falta desde la culpa o la rabia. Sumado a esto, también existían inconformidades en cuanto a la relación con sus padrastros, ya que no en todos los casos era buena, creando esto otro quiebre dentro de su entorno familiar y afectando uno de los lugares que debería ser seguro: el hogar. Estos vínculos complicados, fracturados o distantes podrían ser un factor que generaba una dificultad en ellos para hacer conciencia frente a los rasgos de su identidad que se ligaban a la crianza y entorno social.

Otro factor que pudimos evidenciar fue el emocional, por medio de entrevistas formales y no formales (**anexo a**) indagamos sobre las dificultades o fortalezas que se presentaban con respecto a sus competencias personales. Pudimos observar que dentro de sus hogares se les enseñó a no expresar lo que sentían, sobre todo cuando se encontraban tristes y/o enojados/as. De este modo, se identifica que existe la idea relacionada a que “lo correcto” es reprimir sus emociones, como consecuencia no las tramitan de manera adecuada, ni las identifican en su totalidad. Debido a esta represión y desconocimiento los/as chicos/as tendían a anular el cuerpo frente a sus emociones, sentires y pensamientos, desconectando diferentes dimensiones de sí mismos/as, provocando de esta manera un escaso reconocimiento de las señales corporales que se daban frente a sus afectaciones emocionales.

Los/as chicos/as, presentaban dificultades a la hora de poner límites dentro de su entorno familiar y social, sobre todo en sus relaciones erótico-afectivas y, en menor medida, en sus vínculos de amistad; no tenían certeza aún de aquellos actos que permitían y los que no, asumiéndose desde una postura del amor romántico “el amor todo lo puede” sin percatarse de que estaban pasando por encima de sus necesidades.

Presentaban también, falencias a la hora de gestionar los conflictos, se dejaban llevar por sus impulsos, actuando de manera agresiva o incluso violenta al momento de alguna confrontación, donde gritar o ir a los golpes, eran la única solución.

Todo lo anterior, nos permitió concluir que, las habilidades de autoconciencia de los/as NNA de la Fundación San Antonio se estaban viendo permeadas por cada uno de estos factores. Por ello vimos pertinente diseñar e implementar una propuesta pedagógica que buscara facilitar un primer acercamiento a las competencias socioemocionales, a través de la educación emocional, haciendo mayor énfasis en la autoconciencia y que, a la par, pretendiese generar espacios de reflexión sobre sus prácticas de cuidado.

Esta mirada y apuesta nos lleva a cuestionarnos ¿Cómo diseñar e implementar una propuesta pedagógica en educación emocional, junto a diez NNA de ciclo 3 y 4, en la Fundación San Antonio Centro Redes Lucero que contribuya al desarrollo de sus habilidades de autoconciencia?

Antecedentes Investigativos

Las categorías que se tuvieron en cuenta para realizar los antecedentes fueron: autoconocimiento, autoconciencia, educación emocional, competencias socioemocionales y cuidado (de esta última no se encontraron investigaciones que fueran encaminadas a nuestras necesidades). La búsqueda la realizamos en los repositorios de: la Universidad Pedagógica Nacional, Universidad Externado de Colombia, Universidad Distrital Francisco José de Caldas; también, en las bases de datos SciELO y Google Académico. El marco temporal en el que se registra la búsqueda es desde el 2016 hasta el presente año; aun así, se integran 3 documentos que se desarrollan entre el 2005 y el 2012, estos documentos se incluyen ya que consideramos, tienen datos relevantes para nuestro marco de investigación y nuestra propuesta pedagógica. Además, es importante resaltar que seis de las investigaciones se encuentran ubicadas en España, una en Perú, una en Chile y siete en Colombia, donde dos se realizaron en la ciudad de Medellín, una en la ciudad de Cartagena y cuatro en la ciudad de Bogotá, específicamente, en las localidades de: Teusaquillo, Rafael Uribe Uribe, San Cristóbal y Usaquén. En total se realizó la selección de 18 documentos que se analizan a continuación.

Los objetivos enmarcados en los presentes trabajos de investigación se pueden dividir en dos grupos: (1) aquellos que pretenden observar el impacto de las propuestas pedagógicas en: el desarrollo de las competencias socioemocionales (Ambrona et al., 2012; Santoya et al., 2018; Maecha, 2016; Montoya et al., 2020), el autoconocimiento (Caballero Gómez, 2018), la inteligencia emocional y la disminución de violencias (Bernal Daza, 2019); (2) generar propuestas pedagógicas que aporten al fortalecimiento de la educación emocional (Inmaculada et al., 2016), mejorar las relaciones interpersonales (Ezeiza et al., 2008; Font, 2005), la inteligencia emocional (Obiols Soler, 2005), la prevención de violencias (Montoya y Salas, 2017), la identificación de emociones (Sánchez et al., 2020) y potenciar la confianza. Se puede observar también, que cuatro de estas investigaciones hacen uso del teatro para desarrollar su propuesta pedagógica, dos de ellas abordando la educación emocional desde la expresión corporal. La mayoría de las propuestas se concentran en niños de primaria y adolescentes; aun así, encontramos también una abordada en primera infancia, una con jóvenes y otra, que aborda todas las edades.

En cuanto a las metodologías pudimos encontrar: cinco que se desarrollaron a través de un enfoque cualitativo (Maecha, 2016; Bernal Daza, 2019); dos realizan una técnica de

evaluación al inicio y al final del programa de educación emocional (Montoya et al., 2016; Ambrona et al., 2012) y una de estas tiene una técnica etnográfica (Montoya y Ospina, 2020); dos de las investigaciones tienen un diseño cuasiexperimental, las cuales también realizan la técnica de una evaluación al inicio y al final del proceso educativo (Filella et al., 2014; Prieto y González, 2022); tres, realizan un análisis de contexto, diseñan una propuesta pedagógica, ejecutan la propuesta y la evalúan (Ezeiza et al., 2008; Font de Mora Turón 2007), una de ellas se enmarca dentro de una investigación acción (Flores Paz, 2013); dos, en un enfoque mixto (Obiols M. 2005; Caballero D. 2018); dos investigaciones se ubican desde la disposición del cuerpo para tramitar las emociones, acá realizan también, una prueba al inicio para evidenciar sus conocimientos previos. (Montoya y Salas, 2017; Sánchez et al., 2020); una, realiza la recolección de información por medio de la escala CARE (Santoya et al., 2018). Por último, se agregan dos investigaciones que hablan de la autoconciencia, pero no con un enfoque en educación emocional, sino que, una de ellas utiliza una metodología de intervención no directa (Díaz y Valero, 2022) y la otra tiene una metodología fundamentada en un enfoque pedagógico constructivista (Herrera Oliveros, 2019).

Para elaborar el marco teórico la mayoría de estas investigaciones tuvieron en cuenta las categorías: educación emocional y autoconciencia; aun así, todas complementaron dichos conceptos con diversos referentes. Podemos encontrar la categoría educación emocional junto a la de adolescencia y la actitud del facilitador (Montoya et al, 2016), aquí, en un primer momento se pretende ahondar en las características psicosociales, neurobiológicas, sociohistóricas y emocionales del sujeto adolescente, para luego definir y conceptualizar la educación emocional, mostrando sus beneficios y su posible eficiencia; para terminar, hacen un gran énfasis en la importancia de que, quien facilita el proceso educativo promueva el aprendizaje, eduque para la responsabilidad y fomente el diálogo. Cebria (2016) por su parte, estructuró su contenido teórico de lo micro a lo macro, abordando los conceptos: emoción, inteligencia emocional, competencia emocional, educación emocional y, por último, legislación y educación emocional; esto, con el fin de ampliar múltiples definiciones para poder abordar la importancia de educar en las emociones. Santoya et al. (2018) hizo uso de las categorías: autoconocimiento emocional y la autorregulación emocional; al definir el autoconocimiento lo relacionan directamente con la autorregulación, ya que, manifiestan que hay estudios en los que se evidencia que un alto nivel de autoconciencia hace que el individuo tenga claros aquellos valores que deben regir su conducta. Flores-paz (2013) encaminó su marco teórico poniendo en diálogo: las habilidades psicosociales, el autoconocimiento y las relaciones

interpersonales, viendo como base central el autoconocimiento para poder desarrollar un programa de habilidades psicosociales y obtener como resultado de esto fortalecer las relaciones interpersonales.

Font de Mora Turón (2007), dentro del desenvolvimiento de su programa habla de cuatro pilares teóricos, primero, el modelo bio-ecológico, tomando en consideración las relaciones que conforman el entorno del niño para observar su desarrollo; el segundo, es la analogía cerebro-ordenador hablando del cerebro como una máquina que se encuentra programada, la cual, contiene un hardware y software. Para el tercer pilar, toma como referente el Informe Delors (Unesco, 1996) que plantea como tareas del sistema educativo: enseñar, conocer, comprender y descubrir contenidos científicos y culturales. Por último, el cuarto pilar es la educación emocional la cual abarca desde la conciencia de uno mismo, la autogestión, conciencia social y gestión de las relaciones; Prieto et al (2022) hablan sobre el desarrollo de las competencias emocionales desde ejercicios individuales y grupales para que los estudiantes de grado séptimo y octavo logren generar un reconocimiento de las emociones, además de tener una regulación sobre ellas y un mejor manejo frente a las situaciones que puedan enfrentarse dentro de su cotidianidad; Montoya et al (2017) abarcan la autoconciencia emocional a través del cuerpo para potenciar el conocimiento de sí mismo, permitiendo a su vez canalizar la emocionalidad por medio del cuerpo, mejorando la comunicación con el/la otro/a, desde otra mirada de la expresión corporal; Montoya et al. (2020) encamina su marco teórico desde qué es el teatro en la escuela y los lenguajes a través del cuerpo, encaminados a una educación emocional para la contribución del desarrollo humano del niño o joven. Para finalizar, desde una mirada más artística, Caballero (2018) propone potenciar la inteligencia emocional por medio del aprendizaje del arte, este, como un medio para la disminución de la violencia escolar relacionando lo cognitivo con lo emocional, y buscando que los estudiantes se desenvuelvan asertivamente dentro de su entorno actual.

Las investigaciones abordadas, concluyen que los programas de educación emocional y el aprendizaje de competencias socioemocionales nos permiten: el reconocimiento de las emociones y una mayor comprensión emocional (Ambrona et al. 2012; Filella et al. 2014), la generación de espacios para hablar más abiertamente de las emociones, además de potenciar una mayor tolerancia a la frustración (Santoya et al., 2018; Flores Paz, 2013), lo que contribuye a la mejora de las relaciones interpersonales (Obiols Soler, 2005) y a un desarrollo integral en los/as niños/as (Montoya y Salas, 2017).

Culminamos este rastreo de antecedentes, con tres aspectos que nos parece, resaltan la importancia de diseñar e implementar una propuesta pedagógica enfocada en educación emocional: (1) permite el desarrollo de las habilidades socioemocionales de quien desee aprenderla, generando unas ventajas de relacionamiento tanto individual como colectivo, (2) genera un fortalecimiento frente a la comprensión y gestión de emociones (3) aunque estas prácticas no se encuentran explícitas dentro de los documentos revisados, estimamos que gracias a la autoconciencia que se desarrolla dentro de estos procesos se generan prácticas de cuidado y co-cuidado

Justificación

Reconocemos la importancia de la presente investigación para: la universidad, el programa de Educación Comunitaria, la Línea de Memoria Corporalidad y Cuidado, la comunidad (Fundación San Antonio Centro Redes Lucero) y para nosotras mismas, desde diferentes dimensiones: En primer lugar, teniendo en cuenta que la Universidad Pedagógica Nacional, desde su plan de desarrollo institucional, se compromete con las intenciones educativas y pedagógicas de la Nación, buscando formar individuos a nivel personal y profesional que estén al servicio de esta, y del mundo, así como de “Construir y difundir conocimiento educativo, pedagógico, didáctico y disciplinar como resultado de procesos sistemáticos y rigurosos de investigación (...)” (Universidad Pedagógica Nacional, 2019, pág. 32). Consideramos que los elementos que otorga la educación emocional contribuyen a la formación de ciudadanos/as empáticos/as, respetuosos y responsables en su desarrollo de vida en sociedad, lo que es de provecho para la Nación, por otro lado, también integra elementos para la formación de conocimiento educativo y didáctico, enfocados al desarrollo de habilidades emocionales, dichos elementos se recogen precisamente, del proceso riguroso de investigación.

Para la Licenciatura en Educación Comunitaria tiene relevancia puesto que esta, busca que estudiantes y egresados/as acompañen y asesoren “a través de su trabajo pedagógico, propuestas y programas de formación en y para los derechos humanos y proyectos educativos comunitarios”, así mismo, uno de sus objetivos se centra en la formación de educadores comprometidos por la creación y consolidación de prácticas y saberes pedagógicos, enfocados en la formación de ciudadanías activas y críticas (Universidad Pedagógica Nacional, s.f.), la presente investigación, por su parte, da cuenta del diseño e implementación de un proyecto pedagógico que se realizó de la mano con la comunidad, que si bien no se centró en abordar formativamente los derechos humanos, sino que lo hizo en el ámbito emocional, sí se acoge a la necesidad (expresada en la ley 1616 del 2013) de contribuir desde la educación a la salud mental. También, busca aportar a la formación de ciudadanos, que por medio de la autoconciencia asuman una postura crítica ante su propia realidad, entendiendo que las relaciones sociales se encuentran permeadas por las subjetividades de cada individuo, de sus sentires y emociones.

La Línea de investigación de Memoria Corporalidad y Cuidado se caracteriza por indagar alrededor de prácticas educativas que promuevan el autocuidado y el cuidado del otro, con el

fin de posibilitar mejores condiciones de vida a nivel individual y colectivo en las comunidades, buscando mejorar la calidad de “sus relaciones, su convivencia, su entorno social y natural” (Universidad Pedagógica Nacional, s.f.), lo anterior concuerda con elementos que se integran a la propuesta pedagógica, ya que, a través de la educación emocional y la autoconciencia se busca contribuir a su individualidad y a su vida en colectivo, aportando al vínculo con su mundo emocional, a sus relaciones con su entorno social y a sus prácticas de cuidado.

En cuanto a la Fundación San Antonio, podemos ver que su visión se centra en “ser una entidad de referencia en el sector social por su acción socioeducativa innovadora y transformadora; por su estilo educativo de servicio a las personas a partir del encuentro, el diálogo (...)” (Fundación San Antonio, s.f.) en relación con esto, a lo largo de las sesiones, en nuestra labor como educadoras comunitarias nos centramos precisamente, en el encuentro y el diálogo, en miras de generar un ambiente seguro y de confianza que contribuyera al aprendizaje y el desarrollo de competencias socioemocionales.

Por último, esta investigación emergió a partir de necesidades propias, ya que, nuestras historias de vida se han visto permeadas por múltiples fracturas emocionales, principalmente a causa de nuestro entorno familiar, estas, nos encaminaron en una búsqueda de herramientas que aportaran a nuestro bienestar, a la vez que al de los/as NNA de la Fundación. De este modo, podemos afirmar que este proceso de investigación aportó en gran medida a nuestro proceso personal y profesional, dándonos la oportunidad de desenvolvernos en nuestro quehacer comunitario, a aprender-enseñando junto a chicos/as que habían experimentado situaciones similares a las nuestras, a crear conciencia sobre nuestras heridas, prácticas e imaginarios. Logramos consolidar un lugar (por lo que pudimos evidenciar) en el que podíamos hablar alrededor de la confianza, el cuidado y la empatía. Consideramos que, desde espacios como este, se pueden generar pequeñas acciones que podrían posibilitar grandes cambios, apostando a la construcción de un tejido social que parta desde el cuidado, la autoconciencia y la conciencia de quienes nos rodean.

Objetivos

Objetivo general

Diseñar e implementar una propuesta pedagógica en educación emocional, enfocada en la competencia personal de autoconciencia, junto a diez NNA de ciclo 3 y 4, en la Fundación San Antonio, Centro Redes Lucero.

Objetivos específicos

1. Realizar una caracterización de los/as participantes que nos permita identificar: qué competencias personales poseen, el conocimiento que tienen sobre su identidad, factores externos que han influido en ella, y por último, el estado de sus vínculos sociales y familiares.
2. Estructurar una propuesta pedagógica que integre los elementos problemáticos recogidos en la caracterización: fracturas familiares, dificultad para ubicar, nombrar y percibir sus propias emociones, represión de las mismas, además de falencias a la hora de poner límites en su entorno familiar-social y al momento de abordar conflictos.
3. Ejecutar la propuesta pedagógica con diez NNA de ciclo 3 y 4, en la Fundación San Antonio, en el Centro Redes Lucero.
4. Analizar la experiencia en la implementación de la propuesta pedagógica a la luz de los referentes teóricos e investigativos, con el fin, de la construcción de un material pedagógico (cuento ilustrado).
5. Elaborar un cuento ilustrado que sirva como insumo pedagógico para el abordaje de las competencias socioemocionales, desde una educación emocional, como resultado de la implementación de la propuesta pedagógica.

Marco Teórico

Educación emocional

Para dar inicio al abordaje conceptual de la categoría de Educación emocional, es importante hablar antes de los conceptos de: emoción e inteligencia emocional. Las emociones son reacciones a estímulos y hacen parte de nuestra inteligencia (Damásio citado por Rendón, 2016, pág. 17), "(...) es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone una respuesta organizada" (Bisquerra, 2003, pág. 12), cumplen un rol regulador, predeterminado de una u otra manera a crear circunstancias ventajosas para cada individuo (Bisquerra Alzina, 2009, pág. 34). Cada emoción tiene dimensiones y/o matices diferentes, sobre ellas intervienen conocimientos previos, creencias, metas personales y la percepción de cada sujeto sobre su realidad (Bisquerra citado por Rendón, 2016, pág. 17).

Es importante que reconozcamos las emociones, cómo las sentimos y lo que estas nos provocan, para así, generar una conciencia de las mismas, además de aprender a gestionarlas (Bisquerra Alzina, 2009; Vivas García, 2002). Es por ello que, en el siglo XX, nace uno de los primeros conceptos para el reconocimiento de las emociones: *la inteligencia emocional*. Esta inteligencia, es una metahabilidad que está formada por la inteligencia interpersonal y la intrapersonal, la primera da cuenta de la habilidad de los/as sujetos/as para comprender a los/as demás: sus emociones, su accionar, sus motivaciones, etc. (hay quienes la definen también como "inteligencia social"), y la segunda, es la capacidad de cada individuo para formarse un modelo de sí mismo y tener la habilidad de interactuar con otros/as a lo largo de su vida (Bisquerra Alzina, 2009, pág. 120).

De lo anterior se puede afirmar que "La inteligencia emocional es un aspecto importante de la psicopedagogía de las emociones por distintas razones: como fundamentación de la intervención, como base de las competencias emocionales, como referente de la educación emocional, etc." (Bisquerra Alzina, 2009, pág. 117). En la década de los noventa se empezaron a reformular la idea que se tenía sobre la inteligencia y su significado, autores como Gardner con su libro "inteligencias múltiples" o Goleman con "Inteligencia emocional", proponen que no puede existir solo un tipo de inteligencia (Bisquerra Alzina, 2009, pág. 117), lo que dio cabida a expandir el campo de estudio y acción frente al mundo interno y la relación de este con la esfera social, emergiendo la educación emocional.

Daniel Goleman propone incluir en las escuelas programas que enseñen habilidades humanas como: el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía, el arte de escuchar, la resolución de conflictos y la colaboración con los demás (Goleman, citado por Vivas 2003, pág. 4). Además añade que, si bien el coeficiente intelectual es relevante dentro del desarrollo de los seres humanos, también lo es generar una inteligencia emocional, pues esta nos va facilitar la toma de decisiones, por ello, resalta la importancia de aprender este tipo de prácticas desde edades tempranas (Goleman, citado por Vivas 2002, pág.5).

La educación emocional es un aporte que emerge en los últimos años dentro de la psicopedagogía, este, responde a necesidades sociales que no son atendidas dentro del currículum tradicional. Tiene como fin el desarrollo de las competencias emocionales, las cuales son cruciales para la vida, “es, por tanto, una educación para la vida” (Bisquerra, 2009, pág. 157) para esto busca impartir conocimientos teóricos y prácticos sobre las emociones (Vivas García, 2003, pág. 4).

Se fundamenta en elementos teóricos de: los movimientos de renovación pedagógica, counseling y la psicoterapia, convivir y ser (elementos que hacen parte de los cuatro pilares de la educación), teorías de las emociones, el movimiento en favor de la autoestima, la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner, la teoría triárquica de Sternberg, el movimiento de las habilidades sociales, la educación moral, la inteligencia emocional, las recientes aportaciones de la neurociencia, las investigaciones sobre el bienestar subjetivo realizadas por Argyle, la psicología positiva, la prosocialidad, la programación neurolingüística y la ecología emocional (Bisquerra Alzina, 2009, pág. 159 a 163).

Tiene como objetivo el desarrollo de las competencias emocionales, estas son entendidas como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales (Bisquerra Alzina 2011, pág. 11). Para lograr estos objetivos deben existir algunos criterios a tener en cuenta al momento del abordaje de contenidos, el autor propone los siguientes requisitos (Bisquerra Alzina, 2001, pág. 163):

- Adecuarse al nivel educativo del alumnado al que va dirigido el programa.

- Ser aplicables a todo el grupo o clase.
- Favorecer procesos de reflexión sobre las propias emociones y las emociones de los demás.
- Enfocarse en el desarrollo de competencias emocionales.

Bisquerra coincide con Goleman en tanto, él también asevera que la educación emocional debería iniciarse en la educación primaria y estar presente a lo largo de toda la vida, según él, es la única forma de asegurar el desarrollo de las competencias emocionales, considera también, que los programas no deben implementarse sólo en épocas de crisis, ya que lo fundamental es su carácter educativo y preventivo (Bisquerra Alzina, 2011, pág. 11). Todo esto debe ser un proceso continuo y permanente, presente en el desarrollo de todo el currículum académico, y al ser una educación para la vida, sus implicaciones educativas pueden ubicarse tanto en el plano de la educación formal como informal (Extremera y Fernández citados por García 2003 pág. 9).

Otro factor que se debe tener en cuenta en la implementación de la educación emocional, es su interés por la adquisición de los docentes de dichas competencias, sin importar su área de conocimiento, Bisquerra propone una formación continua para el profesorado, de todos los niveles educativos (infantil, primaria, secundaria, formación profesional, adultos). Los objetivos de esto son (Bisquerra Alzina, 2009, 171)

- *Difundir el conocimiento científico sobre competencias emocionales entre la comunidad educativa.*
 - *Traducir el conocimiento científico en prácticas educativas mediante el diseño de programas de educación emocional.*
 - *Promocionar la implantación de la educación emocional en los centros educativos.*
 - *Identificar centros en los cuales se den unas condiciones apropiadas para proceder a innovaciones educativas controladas*

Existen elementos que favorecen el desarrollo de las competencias emocionales, estos deben ser en su mayoría prácticos, Bisquerra propone (Bisquerra Alzina, 2009, pág. 166):

- Realizar dinámicas de introspección, relajación, modelado y dinámicas de grupo.

- Respetar la emocionalidad de cada participante, nadie se debe ver obligado a exponer sus intimidades sin consentimiento.
- El profesor, al ya haber un ambiente de confianza, puede decidir si es preciso compartir experiencias personales de carácter emocional.

La carencia de esta educación emocional se puede traducir como el “analfabetismo emocional” o alexitimia, este, se entiende como la incapacidad para comunicar, expresar, entender e identificar emociones propias y como consecuencia, las ajenas; estos factores pueden generar en el sujeto una incapacidad para gestionar sus emociones lo cual le lleva a reprimirlas, causando múltiples afectaciones a nivel personal y social. Este analfabetismo puede conllevar a presentar conductas violentas, suicidas, escasas prácticas de cuidado y autocuidado, lo que repercute también en: consumo de sustancias psicoactivas, trastornos emocionales y/o alimenticios y embarazos en adolescentes (Goleman, 1995, pág. 324 a 325).

Goleman (1995) expone datos encontrados a partir de varias pruebas que se realizaron a jóvenes norteamericanos frente a sus estados emocionales, estas evidenciaron:

- Aislamiento o problemas sociales
- Ansiedad y depresión
- Problemas de la atención o del pensamiento
- Delincuencia y agresividad

Conciencia emocional

La autoconciencia o la **conciencia emocional** es una competencia personal que da cuenta de la capacidad de cada individuo para hacer conciencia de sus propias emociones, de modo que pueda nombrarlas, identificarlas y ubicarlas. Implica conocer sus recursos, capacidades y limitaciones, conlleva un análisis interno permanente fortaleciendo una relación íntima con sí mismo/a (Rendón Uribe, 2016). Al desarrollar esta competencia se facilita la capacidad de comprender las emociones de los/as otros/as y así mismo, ser empáticos/as con ellas, lo que contribuye al desarrollo de la vida en sociedad.

Podemos encontrar también el término “autoconocimiento” para nombrar la capacidad de conocerse y valorarse a sí mismo “implica desarrollar la habilidad de dirigir la atención hacia el propio mundo interno y tomar conciencia de sí mismo, entender las emociones, su influencia en

la experiencia y la conducta; y expresarlas de forma adecuada al contexto” (Chernicof y Rodríguez, 2018, pág. 31).

El desarrollo de esta competencia es progresivo y se entiende como la base de todo proceso de control emocional “el poder de la transformación personal se sustenta básicamente en ese autoconocimiento”, esto teniendo en cuenta que, se podría discutir acerca de las funciones y finalidades de las emociones, pero lo que sí es un hecho, es que estas son reales e influyentes en nuestra cotidianidad (Goleman citado por Rendón, 2016, pág. 23).

La autoconciencia exige que tengamos pleno conocimiento de nuestra intimidad, de manera exacta, al punto de poder predecir reacciones emocionales ante diversas situaciones, así mismo, el desarrollo de esta competencia implica también, un incremento de la alfabetización emocional, esto supone que cada individuo logre adquirir un vocabulario que le permita definir y/o describir aquello que está sintiendo (Rendón Uribe, 2016, pág. 23). Este conocimiento autorreflexivo permite que “la mente observe, investigue y reconozca su propia capacidad emocional” (Rendón Uribe, 2016, pág. 22).

Es importante señalar la relación existente entre emoción, cognición y comportamiento. Según Bisquerra “los estados emocionales inciden en el comportamiento y éstos en la emoción; ambos pueden regularse por la cognición” (Bisquerra Alzina, 2009, pág. 148); hacer *conciencia* de esto permite que el individuo logre reconocer que las emociones repercuten en su actuar, poniendo en juego la capacidad de cada ser para gestionar sus afectaciones emocionales, su conducta frente a estas y viceversa.

La autoconciencia se centra en lo cotidiano; por tanto, es una habilidad que aporta a un desarrollo óptimo de la vida diaria. Como consecuencias de este proceso, que se da forma progresiva (Rendón Uribe, 2016; Goleman, 1996; Bisquerra Alzina, 2009), se genera una reflexión sobre nuestros actos, se empieza a pensar antes de actuar de manera impulsiva, se toman decisiones más acertadas en busca del bienestar propio y el de otros, se gestionan las emociones, se consigue motivarnos y motivar a los/las demás, leer situaciones con mayor detalle y describir más asertivamente nuestros sentires (Rendón Uribe, 2016, pág. 23). Por el contrario, carecer de esta competencia puede implicar dificultades en las relaciones sociales, represión de emociones, no abordar de manera adecuada los conflictos, etc.; ya que la conciencia emocional abre paso a que se puedan desarrollar y fortalecer otras competencias en la cotidianidad (Rendón Uribe, 2016; Goleman, 1995; Bisquerra Alzina, 2009).

Con lo anterior, se hace necesario abordar las competencias socioemocionales, para esto nos centraremos en las definiciones dadas por Rendón (2016, pág. 22 a 30). Al no ser lo que nos convoca, las definiciones se harán de manera muy breve, pero lo más detallado posible, con el fin de comprender más ampliamente la puerta que se abre al adquirir una conciencia a nivel emocional:

| Competencias personales | Competencias sociales |
|--|--|
| <p>Conciencia de sí mismo (Autoconciencia)</p> <p>Autoconciencia emocional:</p> <p>Autovaloración: La autovaloración implica un juicio positivo de nuestra capacidad de actuar, de este modo está relacionada con la confianza y el dominio sobre nuestro cuerpo, las emociones y el mundo. Ser consecuente con esto exige que se actúe con persistencia.</p> <p>Autogestión</p> <p>Autocontrol emocional: Se puede denominar también “autodominio”, es la capacidad de tener control sobre nuestros actos; modular y dominar acciones de acuerdo a la edad. Implica también, una sensación de control interno (en situaciones positivas o negativas) siendo coherente el pensamiento con la conducta.</p> <p>Integridad valorativa: Los valores (negativos o positivos) determinan las actitudes y reacciones, estas pueden ser o no asertivas; son asumidas por la influencia del entorno social, pero, aun así, depende de la autonomía de cada sujeto.</p> | <p>Conciencia social</p> <p>Empatía: Comprender los sentimientos, motivaciones y preocupaciones de los/as demás.</p> <p>Conciencia de grupo, trabajo en equipo y colaboración: Esta conciencia da cuenta de la capacidad de cada individuo para equilibrar necesidades propias con las de los demás. Rendón hace alusión a que, si bien todo equipo es un grupo, no todo grupo es un equipo, y aunque el grupo tiene influencia sobre el sujeto alrededor del desarrollo de su identidad, el equipo da cuenta del aprovechamiento del talento colectivo, así mismo, es opuesto al aislamiento social, la despersonalización o el individualismo.</p> <p>Gestión de las relaciones</p> <p>Habilidades sociales: Las habilidades sociales son determinadas por el contexto y la cultura. Esta competencia da cuenta de una interacción recíproca y de algunas conductas que se hacen manifiestas: comportamientos verbales, no verbales, específicos y discretos:</p> |

| | |
|--|---|
| <p>Autonomía: Se centra en la capacidad de cada individuo para decidir, haciendo uso responsable de su libertad, manejándose con autocontrol, autodeterminación y autodirección mediante un proceso crítico.</p> <p>Adaptabilidad emocional: Da cuenta de la forma en cómo cada individuo percibe, piensa, interpreta y experimenta el mundo, aceptando la propia experiencia emocional.</p> <p>Motivación de logro: Implica la persistencia en una actividad generando estados continuos de activación y “empuje”, interviniendo esto en nuestro desempeño diario.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Lograr objetivos de respuesta - Mantener o mejorar las relaciones interpersonales - Mantener la autoestima del socialmente habilidoso <p>Existen habilidades básicas: conversacionales y de percepción, que se reflejan en: observar, escuchar y recibir retroalimentación. Y otras avanzadas, que a groso modo se traducen en: auto observación, establecimiento de objetivos y patrones de comportamiento, además de autorreforzamiento.</p> <p>Manejo de los conflictos: Implica asumir un rol mediador, prevenir situaciones conflictivas o resolver conflictos presentados por medio de acuerdos.</p> <p>Comunicación asertiva: Genera un compromiso con los/las demás, buscando siempre establecer un canal de comunicación adecuado, sea verbal o no verbal.</p> <p>Liderazgo e influencia: Es la capacidad de producir impacto, está relacionada con la sensación de ser eficaz, y requiere de parte del individuo, esfuerzo y deseo por la iniciación y coordinación de personas.</p> |
|--|---|

Tabla 3: Competencias socioemocionales (Elaboración propia retomando elementos de Rendón, 2016)

A continuación, encontraremos un cuadro que tratará de dar cuenta de las ventajas de adquirir competencias emocionales según Bisquerra (2009) y Goleman (1995), que si bien no lo

denominan de la misma forma, son bastante similares sus concepciones sobre el desarrollo de una educación emocional:

| Competencia emocional | Ventajas |
|------------------------------|--|
| Conciencia emocional | <ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento de las emociones propias - Conciencia de las emociones de los/as otros/as - Autoobservación - Observación del otro/a - Reconocimiento de las expresiones verbales y no verbales |
| Regulación de las emociones | <ul style="list-style-type: none"> - Tolerancia a la frustración y a la ira - Habilidades de afrontamiento en situación de riesgo - Diálogo interno-reflexivo - Control de estrés - Autoafirmaciones positivas |

Tabla 4. Ventajas de la conciencia emocional (Elaboración propia, retomando conceptos de Bisquerra Alzina, 2009)

| Competencia emocional | Ventajas |
|------------------------------|---|
| Autoconocimiento emocional | <ul style="list-style-type: none"> - Reconocimiento de emociones - Capacidad para entender las causas de los sentimientos - Diferenciar entre sentimiento y acción |
| Manejo de las emociones | <ul style="list-style-type: none"> - Mayor tolerancia a la frustración - Mayor capacidad al momento de abordar un conflicto |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Mejor manejo del estrés - Menor soledad y ansiedad social |
|--|--|

Tabla 5. **Ventajas del autoconocimiento emocional** (Elaboración propia, retomando conceptos de Goleman, 1995)

Cuidado

El abordaje de esta categoría se realiza a partir de diversas definiciones del concepto de cuidado desde la enfermería, la sociología y la biología, no acogiéndonos a cada una de ellas, sino tratando de presentar una visión más amplia de las diferentes perspectivas que se tienen frente a este concepto. En primer momento, Kristen Swanson (citada por Rodríguez y Valenzuela, 2012) desde la enfermería, concibe el cuidado como una forma educativa de relacionarse con un ser apreciado hacia el que se siente un **compromiso** y una responsabilidad personal, lo que indica tener una atención con el/la otro/a; Leonardo Boff, desde la biología, retomando la idea de Heidegger, define el cuidado como “una actitud fundamental, un modo-de-ser, mediante el cual la persona sale de sí y se centra en el otro con desvelo y solicitud” (Álamos Santos, 2011, pág. 245). Por último, Esquivel, et al., (2012) considera que el cuidado es “estar y cuidar, lavar y alimentar, disciplinar y proteger, en la casa, en la calle, en la escuela” (pág. 9), expresando esto desde una postura feminista, haciendo énfasis en el rol que ha debido asumir la mujer dentro la sociedad.

Desde la postura de Esquivel, et al. (2012), todos los seres humanos requerimos de cuidados personales, y la mayoría, en algún momento de sus vidas ha debido cuidar a alguien (Esquivel, et al., 2012 pág. 11), concibiendo este acto como un deber ser, y en muchas ocasiones un reflejo de la desigualdad social, teniendo en cuenta que este se ha otorgado históricamente a las mujeres, de este modo, desarrolla el concepto dándole un sentido más que teórico, funcional, que recae sobre los cuerpos femeninos, en el que se asume “a las mujeres como las responsables ‘naturales’” (Esquivel, et al., 2012, pág. 118). Boff por otra parte, asevera que el cuidado más allá de ser un acto, se convierte en una actitud hacia el otro “es un modo de ser esencial, siempre presente e irreductible a otra realidad anterior” (Boff, 2002, pág. 30) es todo aquello “que se opone al desinterés y a la indiferencia” (Boff, 2002, pág. 20).

Pese a las distancias que tienen Esquivel et al. y Boff alrededor del concepto de cuidado, concuerdan en la importancia de este para el desarrollo de la vida, ya que, desde nuestro nacimiento somos gracias al cuidado, gracias a él permanece la existencia, el cuidado es

presencia, interacción, bienestar y supervivencia (Boff, 2002, pág. 20), en este mismo sentido Esquivel, et al., (2012, p. 12) afirma que “nadie puede sobrevivir sin ser cuidado además de convertir el cuidado en una dimensión central del bienestar y del desarrollo humano”.

Swanson (citada por Rodríguez y Valenzuela, 2012) habla del cuidado desde la enfermería proponiendo cinco procesos básicos para cuidar (conocimientos, estar con, hacer por, posibilitar y mantener las creencias), nos parece importante hacer mayor énfasis en dos, en tanto, dialogan con planteamientos dados por Boff: (1) Conocimiento, este “se refiere a las capacidades de la persona para dar cuidados”; (2) estar con, acá “se evidencian las preocupaciones y compromisos individuales que llevan a las acciones de los cuidados”. Lo anterior, tiene concordancia con lo expuesto por Boff en “el cuidado esencial” puesto que allí enuncia que el cuidado se da cuando se presta atención a la existencia de otra persona, entendiendo la atención como un gesto de esmero hacia alguien más, apoyando sus búsquedas, sufrimientos y éxitos (Boff, 2002, pág.71) haciendo que el cuidado se convierta en convivir con el otro; el cuidado implica entonces, el relacionamiento con los/as demás, desligado de aquellos imaginarios que producen al otro como un objeto, “basando nuestras relaciones en el mundo en vínculos sujeto/a-sujeto/a” (Álamos Santos, 2011, pág. 247)

El cuidado se puede ver desde una perspectiva instrumental o una “sensible”, por un lado, Sanabria (citado por Rodríguez, et al., 2012, pág. 319) menciona que los cuidados de enfermería no son empíricos, ni son producto de una necesidad ocasional, por el contrario, se fundamentan en un conocimiento teórico, lo que facilita su interacción y el análisis del cuidado que se brinda, se basan en una deducción lógica y en la explicación científica, por otro, Boff (2002, pág. 20) asume una postura muy diferente, en tanto privilegia “la ternura, la empatía y la compasión”, viéndolo, no desde un ámbito teórico, sino desde un hacer por, para y con el/la otro/a.

Expuesto lo anterior, y dando cierre a la conceptualización de esta categoría, para el presente proyecto de grado nos acogemos en mayor medida a los elementos brindados por Boff, en cuanto compartimos su postura frente al cuidado como una forma de ser y estar con los/as demás, generando vínculos que impliquen cariño, confianza y empatía, desde un sentido de responsabilidad, esta, asumida desde la autonomía y no como una imposición, haciendo que el

cuidado se convierta en convivir con él/la otra/a, desde el amor, la ternura y la compasión, yendo en contraposición de todo aquello que implique desinterés e indiferencia.

Ahora bien, parece importante hacer mención, de manera muy breve del sistema social en el que estamos inmersos/as, como lo menciona Rodríguez Urrego (2018, pág. 2) “el orden social patriarcal capitalista y moderno que habitamos, desconoce o subordina el papel de las prácticas de cuidado”, dicho orden hace que estas sean algo ajeno a nosotros/as, ya que no son prioridad dentro de las dinámicas del mercado. Por lo anterior, las prácticas de cuidado se están haciendo más necesarias y las dinámicas de coexistencia con el mundo están cambiando, viéndose reflejadas en: la relación con la tierra, la alimentación, el sentido de solidaridad con las poblaciones vulnerables y la defensa de sus derechos; todo esto se refleja en la búsqueda y construcción de un nuevo contrato social que procure salvaguardar el planeta, viéndose una coevolución representada en formas colectivas, en una participación respetuosa y en el valor de la diferencia y la diversidad (Rodríguez Urrego, 2018).

Para asumir estas prácticas de cuidado de forma más armoniosa debe haber una apertura hacia nuestro mundo exterior, ya que “una vez despierta el alma del cuidado, restaura la cadena virtuosa del “espíritu de delicadeza” que me permite la apertura profunda a los otros, su aceptación y potenciación como una medida de amor y gracia con uno mismo”. (Rodríguez Urrego, 2018, pág. 8). Para generar dicha armonía dentro de este sistema explotador, Boff plantea seis prácticas para recuperar el cuidado en la sociedad (Álamos Santos, 2011, pág. 248 a 249):

| | | |
|----------------|-----------------------------------|--|
| Primero | “El amor como fenómeno biológico” | En este apartado Boff retoma a Maturana, pues para él, los seres vivos tienen dos formas de adaptarse, una de manera necesaria y otra de manera espontánea. El amor sería la segunda. Aquí surge el “amor amplio”, es decir, es el amor el que origina la sociedad, y no al revés. Habría cabida también, para mencionar la dimensión de la interacción biológica que igualmente |
|----------------|-----------------------------------|--|

| | | |
|----------------|--|--|
| | | propone Maturana, que parte del otro como “legítimo otro”. |
| Segundo | “La repercusión del cuidado es alcanzar la justa medida” | Para Boff, la justa medida se alcanza a través del reconocimiento realista, de la aceptación humilde y de la óptima utilización de los límites, confiriendo sostenibilidad a todos los fenómenos y procesos, a la Tierra, a las sociedades y a las personas. |
| Tercero | “La repercusión del cuidado es la ternura vital” | Boff define la ternura partiendo de la distinción que realiza Pascal; aquí, la ternura será definida como “el afecto que brindamos a las personas y el cuidado que aplicamos a las situaciones existenciales, se manifiesta como inteligencia que intuye, que ve hasta lo profundo y establece comunión. Es el cuidado sin obsesión. |
| Cuarto | “La caricia esencial” | El autor exige total altruismo, respeto por el otro y renuncia a cualquier otra intención que no sea la de la experiencia de querer y amar. |
| Quinto | “La amabilidad es fundamental” | Definida como la capacidad del ser humano para entender el valor de las cosas, volviéndolas significativas para nosotros y susceptibles de nuestro cuidado, al tiempo que nos enriquecen y nos transforman. |

| | | |
|-------------|-----------------------|---|
| Seis | "La convivencialidad" | Boff toma del pensador Iván Illich, para dar respuesta a la crisis de nuestro sistema económico, hablando de crear un equilibrio entre la sociedad y la naturaleza, para que esta sea convivencial. |
|-------------|-----------------------|---|

Tabla 6. Seis prácticas para recuperar el cuidado (Elaboración propia, retomando Leonardo Boff por la autora Álamos Santos, 2011)

Para cerrar este apartado y dando preámbulo al concepto de vínculo, parece relevante mencionar por qué se decide posicionar este como una subcategoría del cuidado.

Consideramos, complementa y nutre de manera significativa los planteamientos expuestos anteriormente, debido a que coinciden en gran medida con la alusión que hacen a "la ternura, la empatía y la compasión" (Boff, 2002, pág. 20), también, en la importancia de su existencia y construcción para la supervivencia.

Vínculo

El CINDE define el vínculo *afectivo* como una unión que involucra: amor, empatía y cuidado mutuo, esto permite a las personas que integran el vínculo compartir un sentimiento amoroso y de bienestar; por ello, se considera que el vínculo es un elemento importante para la convivencia y el desarrollo de los seres humanos (CINDE, s.f.).

El vínculo no es algo ya dado, no se obtiene a través de un parentesco familiar o del simple hecho de convivir con alguien, este, se construye de forma progresiva por medio de acciones y de la disposición de las dos partes por formarlo. Como resultado, se generan lazos estrechos, que están permeados por sentidos de amor, solidaridad, comprensión y empatía, lo que a su vez provoca en los sujetos la necesidad de ayudarse mutuamente. Para su construcción, se hace importante también la percepción, los imaginarios y las formas en las que se conciben las dos partes (CINDE, s.f.), cabe aclarar que dichos vínculos no se dan siempre armoniosamente, sino que en ellos confluyen contradicciones, conflictos y disputas, Pichón Rivière afirma que la estructura vincular es conflictiva, en tanto también está permeada por diferencias, ambivalencias, o en algunos casos, odios (Bernal, 2018, pág. 6), en esta aseveración podemos

encontrar una gran diferencia a lo que expresa el CINDE, en cuanto evidencia que no siempre el vínculo implica “sentidos de amor (...)”, aun así, entendemos dichos elementos como un complemento, ya que nos permite observar más ampliamente el concepto.

Pichón Rivière (Bernal, 2018, pág. 2), considera que el vínculo es muestra de una relación sujeto-sujeto, que se da de manera bidireccional y de mutua afectación, a diferencia de la relación dada entre sujeto-objeto, la cual se da de forma unidireccional. Pichón, define el vínculo también como una condición que se debe presentar para la supervivencia: se puede hallar en él un sentido de indefensión o desamparo, una muestra de esto, es el primer vínculo que tenemos al nacer, dado con la madre o con el “otro que auxilia”, en dicho vínculo se satisface una carencia, es un vínculo con un otro que aparenta ser completo, y que sule necesidades como, por ejemplo: el alimento, el calor, etcétera. Se puede evidenciar entonces, que el sujeto no puede ser o existir sin los otros.

Pichón considera que el vínculo es una estructura compleja, ya que se caracteriza por ser triangular, se da de sujeto a sujeto, pero está intervenida por la cultura; si alguno de estos factores cambia el vínculo cambia, por tanto, las interacciones dadas en un vínculo pueden variar de acuerdo al contexto, aun así, en cualquiera que sea este, es constante la particularidad de la “mutua afectación”:

(...) En la vida anímica del individuo, el otro cuenta, con total regularidad, como modelo, como objeto, como auxiliar y como enemigo, y por eso desde el comienzo mismo la psicología individual es simultáneamente psicología social en este sentido más lato, pero enteramente legítimo (Freud citado por Bernal, 2018, pág. 10)

En cualquier caso, desde la psicología individual, no se puede hacer lectura de un sujeto, sin dar un vistazo a su vida social, ya que cada individuo se construye también a partir de los otros. El vínculo, se da entre dos sujetos relacionándose entre sí afectándose mutuamente (Bernal, 2018, pág. 35); el autor ve esta categoría en dos vías: la comunicación y el aprendizaje. Al haber un vínculo los sujetos se modifican el uno al otro por medio de la comunicación, y en consecuencia de esta, se da el aprendizaje.

Existen también, dos campos por los cuales se puede observar el vínculo: el externo y el interno; el externo, da cuenta de sujetos o cosas, y el campo interno da cuenta de ideas, pensamientos, fantasías y sueños. De este modo el vínculo externo está sujeto al vínculo interno del sujeto, dicho en otras palabras “el vínculo interno está, entonces, condicionando los aspectos externos y visibles del sujeto” (Pichón citado por Bernal, 2018, pág. 9). El autor nombra este “vínculo interno” también como “*mundo interno*”; el mundo interno de cada sujeto, funciona y se vincula de maneras particulares. Menciona que, este mundo interno en algún momento fue externo y “el sujeto lo fue introyectando a través de sus vivencias y los vínculos con los objetos externos” (Pichón citado por Bernal, 2018, pág. 16).

El psicólogo general sanitario Íñigo Cansado, considera que la importancia del vínculo entre los seres humanos se establece a nivel emocional. Se convierte en una herramienta para afrontar la vida y los malestares de ella. El apoyo y la fuerza que da este vínculo, fortalece al individuo para afrontar los retos y la adversidad, por ello, es que está asociado con el bienestar (Cansado, 2019), claramente, desde que estos vínculos se desarrollen adecuadamente.

Consideramos que la categoría de vínculo es esencial a la hora de abordar la educación emocional, en cuanto, al ejecutar un programa de estas características es necesaria una relación sujeto-sujeto, de mutua afectación que esté permeada por la comunicación y el aprendizaje. Sumado a ello, vemos en la educación emocional un camino para fortalecer vínculos sanos y armoniosos, que se caractericen por la reflexión alrededor de las emociones propias y ajenas. Por último, en el proceso de caracterización se evidencio que la carencia del vínculo estaba entorpeciendo el desarrollo de la propuesta pedagógica, por tanto, inferimos que debía ser un elemento fundamental en el proceso.

Marco metodológico

Enfoque de investigación: Cualitativo

Existen tres tipos de enfoques de investigación; el cuantitativo, el cualitativo y el mixto. Para nuestro proyecto de grado vamos a hacer uso de un enfoque cualitativo, ya que este se caracteriza por la recolección de los datos por medio de técnicas como: la observación no estructurada, entrevistas abiertas, registros de historias de vida, interacción e introspección con grupos o comunidades, sumado a ello, el investigador se introduce en las experiencias con los participantes (Collado y Baptista, 2014, pág. 8). Busca analizar múltiples realidades subjetivas, de modo que no se basa en una secuencia lineal, se caracteriza por tener planteamientos más abiertos, que en el camino se van enfocando, además, los significados se extraen de los datos, por ello no se basa en estadísticas (Collado y Baptista, 2014, pág. 3).

Nos recogemos en la mayoría de estas características del enfoque cualitativo, ya que durante nuestro proceso se realizó una hipótesis al inicio y se transformó a través del mismo; sumado a esto, se realizaron técnicas de observación y entrevistas abiertas, las cuales nos proporcionaron información para el análisis. Por último, en el desarrollo de la propuesta pedagógica, como educadoras comunitarias nos introdujimos en la experiencia con los/as participantes.

Tipo de investigación: Investigación-Acción (IA)

La investigación-acción (IA) “es una forma de estudiar y explorar, una situación social, en nuestro caso educativa, con la finalidad de mejorarla, en la que se implican como “indagadores” los implicados en la realidad investigada” (Suárez Pazos, 2002, pág. 42) para esto, tiene que ir transversal a la investigación la autorreflexión, la reflexión compartida, el conocimiento, la intervención y la colaboración. De este modo, la teoría debe ir ligada a la práctica y la acción a la reflexión; la IA es una investigación en espiral, se compone por: fase de reflexión inicial, fase de planificación, fase de acción y vuelve a una fase de reflexión, iniciando de nuevo el ciclo (Suarez Pazos, 2002, pág. 43).

En el presente proyecto de grado se explora una problemática situada en la Fundación San Antonio, Centro Redes Lucero, en la localidad de Ciudad Bolívar con diez NNA de ciclo 3 y 4; esta problemática, se evidencia en su forma de relacionarse y asumirse ante los/as demás, afectando su capacidad para hacer conciencia de sí mismos/as. Identificado esto, se planteó

una propuesta pedagógica con la finalidad de brindar herramientas a los/as implicados para desarrollar algunas competencias socioemocionales, dando un énfasis importante a la autoconciencia. El proceso se ha visto permeado por la autorreflexión y la reflexión compartida, ya que la autoconciencia precisamente es un proceso de reflexión continua que se da sobre las propias emociones, desembocando en la reflexión frente a los/as demás.

1. **Fase de reflexión inicial:** Para dar inicio a nuestro proyecto de grado tuvimos una fase de caracterización que tuvo lugar en un periodo de 4 meses (abril a julio de 2022); durante este tiempo dialogamos con los/as NNA y con los/as docentes del Centro, realizamos actividades, entrevistas y también, hicimos un trabajo de observación con el fin de conocer las dinámicas que se presentaban.
2. **Fase de planificación:** Determinado el problema (por medio de un árbol de problemas) y aprobado este por los/as integrantes del grupo focal, dimos inicio al diseño de una propuesta pedagógica que, mediada por nuestras categorías de referencia, se acogiera a las necesidades evidenciadas (agosto de 2022); cada sesión proyectada se centraría en cada una de las problemáticas identificadas y los/as NNA participaron escogiendo algunas de las técnicas que se usaron en su desarrollo.
3. **Fase de acción:** A partir del 25 de agosto del 2022 y hasta el 24 de noviembre del mismo año se implementó la propuesta pedagógica; durante el proceso se dejó siempre la puerta abierta para que los/as NNA opinaran, propusieran y/o sugirieran lo que les pareciera frente a esta.
4. **Fase de reflexión:** Finalizando el proyecto de grado (y a lo largo de todas las sesiones), junto a los/as NNA generamos un diálogo sobre aquellas cosas a mejorar en cuanto a el desarrollo de las actividades, nuestro relacionamiento con ellos/as, y el que se daba entre ellos/as.

Técnicas y herramientas de investigación

| Técnica | Explicación | Herramienta |
|-------------|--|---|
| Observación | Partiendo desde un enfoque cualitativo, la observación se asume desde todos los sentidos (olfato, vista, gusto, tacto, escucha); sumado a ello, se hace necesario que el investigador asuma un | Diarios de campo (Anexo b): A lo largo del proceso hicimos uso de esta herramienta para registrar aquellas |

| | | |
|------------|---|---|
| | <p>rol activo dentro de aquellas actividades que está observando (Bryon, s.f, pág. 2) se debe tener en cuenta que:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “involucramos todos nuestros sentidos. • es intencional • exige atención y detención. • quien observa es un sujeto socio-cultural.” | <p>observaciones que se hicieron en campo durante la fase de reflexión inicial y la fase de acción.</p> <p>En la fase de reflexión inicial las observaciones se centraron en las competencias personales de los/as NNA, su identidad y sus vínculos sociales y familiares.</p> <p>En la fase de acción, los registros de observación consignados en los diarios de campo se integraron a las planeaciones de cada sesión (anexo b). Se estructuro del siguiente modo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Descripción de lo que pasó</i> • <i>Comentarios y/o preguntas</i> • <i>Conexiones con las lecturas</i> <p>Se realizó también un registro individual de cada uno de los participantes (Anexo a)</p> |
| Entrevista | Según Sampieri, la entrevista se entiende como un encuentro entre dos o | Cuestionarios con preguntas abiertas: |

| | | |
|----------|--|---|
| | <p>más personas para dialogar e intercambiar información. En este encuentro entre entrevistador/a y entrevistado/s por medio de preguntas y respuestas se consigue la construcción de significados frente a un tema (2014).</p> <p>Para este proyecto de grado se hizo uso de <i>entrevistas semiestructuradas</i>; estas, “se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información” (Sampieri, 2014, pág. 403)</p> | <p>La finalidad de estas entrevistas fue determinar de forma cualitativa el desarrollo de la capacidad de autoconciencia de los/as NNA; así mismo, de algunas competencias socioemocionales, sus prácticas de cuidado y la acogida de la propuesta educativa, estas, se pueden encontrar en dos documentos: en el registro individual (Anexo a) y en un documento aparte (Anexo c).</p> |
| Talleres | <p>El taller, desde un punto de vista pedagógico se trata de una forma de enseñar y de aprender mediante la realización de algo que se efectúa de manera conjunta, “es un aprender haciendo en grupo” (Ander-Egg, 1991, pág. 10) tiene como principios: aprender haciendo, ser una metodología participativa, es una pedagogía de la pregunta, implica y exige un trabajo grupal, e integrar la docencia, la investigación y la práctica (Ander-Egg. 1991, pág. 10 a 19)</p> | <p>Planeación: (Anexo b)</p> <p>La planeación varió dependiendo los temas y cómo se estimará iban a ser mejor adquiridos por los/as NNA, aun así, la estructura que más permaneció durante el proceso daba cuenta en un primer momento de los conocimientos propios de los/as estudiantes, reflexión, teoría y reflexión.</p> |

| | | |
|-------------|--|---|
| | | <p>Las planeaciones estaban compuestas por los siguientes elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Objetivos • Eje central • Categorías transversales de la línea de investigación • Fundamento teórico • Actividades • Materiales • Evaluación |
| Corpografía | <p>La cartografía corporal o corpografía es una técnica que consiste en el mapeo del cuerpo con el fin de ubicar, representar y/o reflexionar frente a un tema en específico, permitiendo a su vez que cada sujeto/a dialogue con su cuerpo. “Esto también posibilita que la persona analice de forma consciente quién es, cómo percibe el mundo y cómo se relaciona con los demás a través de su cuerpo, ya que este es el único medio para interactuar con el entorno” (Farias 2022)</p> | <p>(Anexo d) Se hizo uso de esta técnica encaminándola al mundo emocional, buscando que los/as NNA hicieran conciencia frente a sus emociones, heridas e identidades.</p> |

Tabla 7. Técnicas y herramientas de investigación (Elaboración propia)

Análisis de la información

Para el análisis de lo acontecido a lo largo de la propuesta pedagógica y su posterior discusión de resultados, se implementó una escritura reflexiva, ya que, “la escritura constituye un medio fundamental para dar forma al pensamiento, para reconstruir lo vivido y comunicar algo de su cualidad” (Pañagua, et al., 2019, pág. 6). El análisis se desarrolló a partir del caso a caso de cada uno/a de los/as participantes del curso, para esto, se hizo uso de los diarios de campo (Anexo 2), las entrevistas (Anexo 3), los registros individuales (Anexo 1) e implícitamente las categorías de referencia; la discusión de resultados se abordó partiendo de dichas categorías (Educación emocional, autoconciencia, cuidado y vínculo), haciendo un cruce de estas con lo expuesto en el apartado de análisis, se estructuró esta sección retomando las categorías en el mismo orden que se establece en el marco teórico.

Construcción del producto final

Como producto final se decidió elaborar un cuento ilustrado que sirviera como insumo pedagógico para el abordaje de las competencias socioemocionales, desde una educación emocional. Para su construcción se tuvieron en cuenta: historias contadas por los/as participantes en el transcurso de las sesiones y conceptos abordados en la propuesta pedagógica (competencias personales y sociales, emociones, inteligencia emocional, educación emocional, redes de apoyo, etc.). Para la parte ilustrada nos inspiramos por los rasgos de su personalidad, su forma de vestir y de actuar dentro del espacio, la percepción que tenían sobre ellos/as mismos/as y la que nos generaban a nosotras.

Análisis de la información

Al iniciar el proceso, contábamos con un grupo de aproximadamente veinte a treinta participantes de ciclo 3 y 4; en su momento, consideramos buscar la manera de trabajar con todos/os ellos/as, pero en el camino nos cruzamos con varias dificultades que nos llevaron a crear un grupo focal. Finalizando el proceso, nos dimos cuenta de que haber reducido el grupo fue lo mejor que se pudo hacer, no en términos de control, o facilidad, sino de vínculo. El reducir el grupo implicó una mayor atención y recepción por parte de todos/as hacia todos/as, poder mostrar interés y cariño; pasar de ser dos desconocidas, a ser sus profes, sus amigas y compañeras, nosotras para ellos y viceversa, representamos un ratito de felicidad, de tranquilidad y encuentro.

El grupo focal en un principio se conformó por diez personas, al finalizar el proceso fueron cuatro quienes estuvieron presentes durante el 90% de las sesiones; otros tres, venían de manera intermitente debido a problemas personales, pero siempre se mostraban muy interesados/as en las actividades y los temas, y realmente, los últimos dos eran los únicos que no parecían nada interesados en abordar lo que se planteaba en las sesiones.

Para el desarrollo de la propuesta pedagógica quisimos de manera transversal generar dinámicas que posibilitaran la participación, la no jerarquización y dieran lugar a los/as NNA como sujetos activos dentro del espacio. Para esto decidimos: que ellos/as fueran quienes dieran el aval a la hora de determinar el planteamiento del problema, dándonos su opinión sobre lo que observábamos, su orden de importancia y la manera en que querían abordar estos temas en cada sesión; dar apertura a cada espacio escuchando lo que había pasado con cada uno/a durante la semana, o lo que quisieran compartir; aunque en ocasiones fue inevitable, en lo posible no recurrimos al regaño, y mucho menos al grito para comunicarnos con ellos/as; darnos el tiempo para hablar con quién lo pidiera o evidenciara la necesidad con su actitud; realizar nosotras las actividades propuestas para las sesiones antes de llevarlas a cabo con ellos/as; por último, cerrar el espacio con un gesto de agradecimiento por su participación, haciéndoles entrega de un “diploma” con una dedicatoria y unas galletas horneadas por nosotras.

Pese a que todas las planeaciones se realizaron con antelación hubo varios factores externos que incidieron de forma negativa en el desarrollo de las mismas, evidenciamos tres que tuvieron mayor relevancia: el espacio, la continuidad y la comunicación. En cuanto al espacio,

disponíamos de un costado del patio de juegos, por tanto, estábamos permeados/as de todos los distractores de alrededor, sumado a ello, nos encontrábamos en medio de varias clases de música, lo que dificultaba la comunicación, todo esto incidía en la atención de los/as NNA; la continuidad, se vio afectada debido a varios eventos que se daban dentro del Centro en las mismas horas en que nosotras teníamos disponibles; esto causaba que los/as participantes no recordarán lo visto en encuentros anteriores o perdieran, de alguna manera, conexión con el espacio. Por último, existieron algunas falencias en la comunicación entre la Fundación y nosotras como educadoras, haciendo que el proceso se viera afectado, ya que en algunas ocasiones pese a que existía un acuerdo en cuanto al tiempo que nos correspondía, al llegar, ellos/as se encontraban en otra actividad, haciendo que la implementación de la propuesta pedagógica se viera interrumpida.

¿Qué aprendimos durante el proceso?

En este apartado pretendemos hacer un breve recorrido por *algunas* de las sesiones que se desarrollaron en la propuesta pedagógica, con el fin de rescatar los aprendizajes más valiosos que obtuvimos de cada una, por tanto, no haremos una descripción extensa de cada sesión, sino que nos centraremos en aquello que fue más significativo. Las actividades paso a paso las pueden encontrar en el **anexo b**.

Como se ha dicho anteriormente y se seguirá nombrando, el proceso no fue sencillo. Retener la atención de un grupo, expresar las ideas de forma clara y precisa, generar dinámicas entretenidas y llamativas, etc., son retos complicados. Ahora bien, juntar todo aquello con las condiciones del ambiente hacía que el trabajo fuera más extenuante. Estaríamos mintiendo si decimos que para todo lo anterior encontramos una solución definitiva, o que a medida que el curso iba avanzando todo iba mejorando, el proceso tuvo altos y bajos, días hermosos, y otros que no lo fueron tanto. Si quien estuviera leyendo esto lo hiciera en busca de un consejo, ese sería: el desarrollo de la vida no está bajo tu control, así que disfrútate la experiencia y a quienes están a tu alrededor.

Consideramos que es de *vital importancia tener una actividad planeada detalladamente* para cada sesión, aun así, eso jamás garantiza que las cosas se desarrollen de ese modo, en realidad, no garantiza que ni una pequeña parte de lo que allí está escrito se desarrolle. Aquí se hace imprescindible la capacidad de cada educador/a para adaptarse a su ambiente,



generando estrategias que le permitan dar vuelta a la situación a favor de aquellos temas que se tenían propuestos. Esto quizás, leyéndolo puede parecer algo obvio, pero para nosotras no siempre lo fue.

En la primera sesión quisimos trabajar con arcilla, la idea principalmente era moldear nuestros cuerpos y posterior a eso ubicar nuestras emociones en ellos, idea que no se dio al pie de la letra. La arcilla se prestó para que los/as NNA jugarán, hicieran mofas, se ensuciaran y un montón de etcéteras, de manera que apenas y alcanzaron a terminar la silueta de su cuerpo para

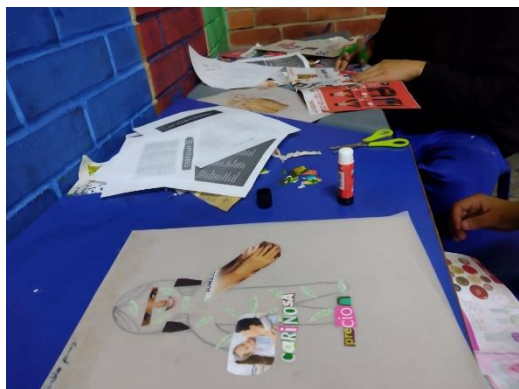
cuando terminó la sesión, aun así, al dejarnos llevar un poco por la situación se presentó una forma diferente (y hasta mejor) para tratar los temas que queríamos: *el diálogo y la escucha activa*.

En la segunda sesión se quiso abordar la represión de emociones, generando una dinámica que les permitiera expresarlas libremente. Se realizó una “carta a aquel/la niño/a que fui” y al finalizar, dicha carta se transformó en una mariposa de origami. Aquí como en la sesión anterior las cosas no se dieron tal como se planearon, pero dejarlas fluir hizo que salieran mucho mejor. Los/as



chicos/as empezaron a firmarse las mariposas y a compartir lo escrito, todo por iniciativa propia. Se percibía en el ambiente un aire de empatía entre ellos/as y con nosotras, debido a que también realizamos el ejercicio y de igual manera lo mostramos ante todos/as. En esta sesión reafirmamos *la importancia de dejar fluir a las personas en el espacio*, y empezamos a evidenciar lo *trascendental que resultaba hacer los ejercicios junto a ellos/as y permitir que vieran nuestro lado más vulnerable*. Todo esto fue tan significativo que las mariposas de papel resultaron ser la portada de nuestro cuento “soy porque somos”.

Como se menciona anteriormente no todas las actividades se desarrollaron de manera adecuada, un ejemplo de ello es la sesión cinco en la actividad “identificando-me”. Allí la idea era que ellos/as logaran reconocer sus rasgos biológicos y personales (heredados y/o propios), para que generaran una reflexión sobre su identidad y de cómo esta se construye.



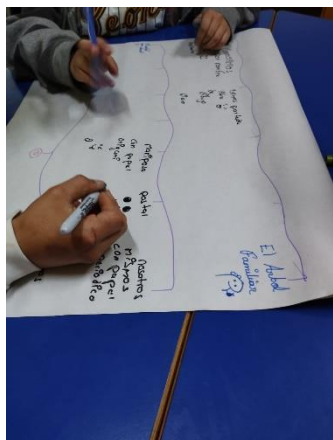
Esta no tuvo el desarrollo que se tenía previsto, generando en nosotras frustración. Nos es difícil determinar de manera concreta cuál factor influyó más: el hecho de que llevábamos varias semanas sin podernos encontrar o quizás, las instrucciones no fueron del todo claras. *Es en estos momentos donde es necesario buscar nuevas herramientas para que se logren desarrollar las temáticas que queremos*

abordar, como educadores/as debemos tener presente que este tipo de situaciones se pueden presentar y que de nosotras/os depende cómo asumirlas. También se debe tener en cuenta que las cosas no siempre salen como se planean y es importante *tener "misericordia" con nosotros/as* pues esto es un proceso, en el cual se está en constante aprendizaje.

Para la sesión número seis: deconstruyendo el amor romántico, se empezó generando un diálogo personal frente a lo que nosotras permitimos en relaciones anteriores, contamos algunas vivencias donde se reflejaba la carencia que teníamos para poner límites, esto nos permitió conectar más con los/as NNA. El espacio se convirtió en un diálogo abierto, el cual giró alrededor de los límites que ponemos en nuestras relaciones erótico-afectivas y sociales, aquí queremos mencionar de nuevo la potencia de que *cómo docentes hablemos sobre nuestras propias vivencias*, ya que esto genera un diálogo horizontal y ameno entre los/as participantes. Así mismo, consideramos que *llevar herramientas gráficas* como (en este caso) el violentómetro hace que el desarrollo de las actividades sea mucho más nutritivo, puesto que los chicos/as son más visuales, por tanto, se le es más fácil comprender las actividades con estos elementos.



Para darle cierre al espacio se desarrollaron tres actividades: una línea del tiempo, un glosario y la entrega de un diploma junto a unas galletas. En términos metodológicos, es de gran importancia *generar dinámicas que permitan contrastar los conocimientos* de los/as participantes al iniciar y con los que finalizan el proceso, esto se pretendió hacer a través un ejercicio de memoria (línea del tiempo) y de análisis del vocabulario obtenido (glosario). Con



respecto a esto, hay que *estar preparados/as para no obtener los resultados anhelados, y valorar aquello que sí se logró*, porque como se ha venido diciendo, estos procesos no suelen darse en condiciones sencillas, por lo cual cada pequeña cosa que se alcance es sumamente valiosa, en nuestro caso, la línea del tiempo no dio los frutos que esperábamos, pero con el glosario pudimos evidenciar que efectivamente su vocabulario se había ampliado. Al ser la culminación del proceso, es fundamental priorizar las relaciones que confluyen en ese momento más que la actividad en

si misma, esto en vías de afianzar los vínculos con los/as NNA y transmitirles un sentimiento de calidez, de modo que no se sientan como objetos de estudio, sino como parte de un pequeño tejido. También es esencial brindar alguna muestra de agradecimiento y reconocimiento a cada integrante, por nuestra parte, esto lo hicimos con la entrega del diploma (que tenía una dedicatoria especial para cada uno/a) y las galletas (que fueron hechas por nosotras mismas) y cabe mencionar, un tiempo después se les hizo entrega de una copia del cuento a cada uno/a.



El último encuentro con los/as chicos/as fue la entrega del cuento. Este día se les explicó sobre qué trataba, cómo se construyeron los personajes, etc. Fue muy grato ver la sonrisa y el entusiasmo de Sofía al vernos de nuevo, la cara de sorpresa de María al ver que escribimos sobre ella y el interés de Santiago de leer (a escondidas) lo que escribimos sobre él. Además, fue realmente sorprendente su insistencia en que volviéramos a retomar clases en el Centro, ya que nos extrañaban. Con esto podemos evidenciar que, si bien existieron baches en el camino, *cuidar, escuchar, salir de si y prestar atención al/la otro/a* en efecto contribuyó a fortalecer el vínculo, dejando de alguna manera cada uno/a huella en el/la otro/a.

Para finalizar queremos hacer mención de algunas recomendaciones para educadores/as comunitarios/as (o educadores/as en general) que se sientan interesados/as por el tema. Estas van en tres vías: (1) en términos metodológicos es de vital importancia tener las actividades planeadas detalladamente, aunque estas no salgan como están previstas; llevar herramientas

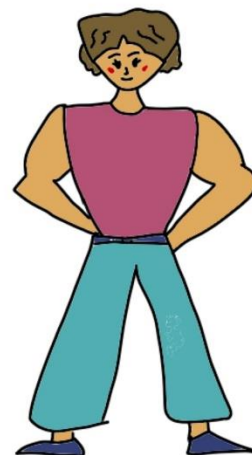
gráficas para el desarrollo de los talleres dinamiza el espacio y les permite a los/as NNA estar más atentos; realizar los ejercicios junto a los/as participantes, además de fortalecer el vínculo también les ayuda a aclarar ideas; es conveniente estar atentos/as a las actividades que no conectan con los/as NNA para generar un cambio en el momento de ser necesario. Por último, es valioso implementar dinámicas que permitan contrastar los conocimientos del inicio del proceso y su finalización. (2) Nuestra forma de relacionarnos en el espacio debe estar mediada por el diálogo y la escucha activa, teniendo siempre presente la importancia de dejar fluir a las personas en él; el cuidado, la escucha, la atención hacia el otro/a y abrirnos a contar vivencias mostrando nuestro lado vulnerable contribuye a la relación con los/as participantes. (3) A nivel personal debemos estar preparados/as para no obtener los resultados anhelados, y valorar aquello que sí se logró, teniendo “misericordia” con nosotros/as pues la práctica es un aprendizaje continuo.

A continuación, se presentarán los análisis caso a caso, con relación a cada una de las personas que participaron en el proceso, haciendo uso para esto de una escritura reflexiva que integre la información recogida a lo largo del proceso, nuestra subjetividad y las categorías.

¿Qué cambió durante el proceso?

Santiago

Desde que llegó, fue una persona indescifrable, se mostró a veces muy interesado y otras veces muy poco; aun así, leyendo los diarios de campo encontramos un progreso en el proceso. Con él, tuvimos varios choques debido a su forma de expresarse, y en ocasiones de actuar en el espacio; en las primeras sesiones, no quería trabajar y no prestaba atención cuando se le hablaba; un ejemplo de esto era que siempre llegaba con audífonos puestos, lo que ocasionaba que no estuviera al tanto de lo que estaba sucediendo en las sesiones e hiciera las cosas indebidamente; después de varias veces de hablar con él, de expresarle que para nosotras también era importante que escuchara y que apreciara el tiempo que



dedicábamos en preparar la clase, de a poco empezó a llegar sin audífonos, esto se puede evidenciar en las siguientes anotaciones:

Sesión del 1 de septiembre del 2022: Fue la primera sesión a la que llegó sin audífonos. "(...) siempre quiere dar la imagen de estar desinteresado, pero a lo largo de los ejercicios evidenció que estaba atento a cada una de las instrucciones".

Sesión 8 de septiembre del 2022: "es la segunda vez que se presenta al espacio sin audífonos y con gran entusiasmo de realizar las actividades, además, de la completa disposición dentro del espacio".

Debemos aceptar que no siempre fue de este modo, la siguiente sesión a esta, no quiso participar, y la verdad, parecía no querer estar en el taller; hubo muchos altibajos, pero siempre estuvo muy receptivo a lo que pasaba. Pese a esos días no tan buenos, expresó varias veces que le gustaba compartir con nosotras; durante las últimas sesiones, pasaron diversas cosas en su vida de adolescente que lo hicieron conflictuarse mucho, a tal punto, que se retiró del espacio. Al retirarse, demostró estar demasiado preocupado por lo que estuviéramos sintiendo, también, un gran afecto por nosotras y mucho respeto, y aunque sus razones, tal vez para nuestra edad adulta no eran las mejores, su forma de actuar a la hora de irse dejó en evidencia el vínculo que se había creado.

Primera entrevista realizada el **28 de julio del 2022:**

Con relación a las emociones: (...) *¿Cuáles identificas en ti? ¿Cuáles son las que más sientes?*
 A veces siento todas, alegría, después siento furia, después siento tristeza. (...) *¿y en un solo instante?, ¿en un solo segundo una después de la otra? ¿o en intervalos de cuánto tiempo?*
 (...) Es por minutos, o sea por escala más o menos.

En contraste con lo anterior, podemos observar que uno de los ejercicios propuestos le permite reconocer levemente la influencia de la experiencia y la conducta en sus emociones: en la **sesión 3: 29 de septiembre del 2022** en la actividad *conociéndome y reconociéndome* logra identificar los momentos en los que siente felicidad, celos, amor, culpa, tristeza, vergüenza, miedo y asco; también, en el registro del **1 de septiembre del 2022** se logra evidenciar que

tiene idea de dónde se ubican sus emociones, aun así, parece ser que confunde la emoción con el impulso corporal que genera esta.

Durante la sesión que se realizó el **2 de noviembre del 2022** en la actividad *identificando-me* pareció ser que las instrucciones dadas por nosotras no fueron del todo claras para él, pues al recortar los rasgos biológicos que lo identifican, sus recortes no tenían mucha similitud a lo que realmente es, pues en muchos de ellos se basó en estereotipos de hombres blancos, altos, fornidos, etc. Lo que nos llevó a cuestionarnos el tipo de relación que tiene él con su cuerpo y si su autoestima se estaba viendo afectada por dichos estereotipos.

En la entrevista que se le realizó alrededor de la categoría de autoconciencia, manifestó: reconocer como recursos para gestionar sus emociones, el no dejarse caer y no rendirse; como limitación: la tristeza; haber aprendido durante la propuesta pedagógica a ubicar el enojo, la felicidad y la tristeza. Consideramos que está muy inmerso (él y los demás) en esa ambivalencia entre la felicidad y la tristeza, como si fueran las dos únicas maneras de reconocerse en el mundo; aun así, entre charlas, logramos vislumbrar que quizá disfrutaba de ser un chico triste, que tal vez cuando dejara de reconocerse a sí mismo así, elegiría dejar de serlo; acá lo importante, para nosotras al menos, es que logró ver hacia adentro para reconocer esa decisión que no sabía que había tomado.

La categoría de cuidado no la desarrollamos explícita ni teóricamente a lo largo de las sesiones, pero quisimos que se viera de manera transversal durante todas las actividades. Durante la entrevista que se le hizo, él habló del cuidado frente a sus seres queridos, hacia sus compañeros, pero también, el cuidado que debe tener consigo mismo; concibe el cuidado como protección y apoyo; además, agregó elementos como el cuidado con las palabras, el escuchar al otro, dar consejos, brindar amor, confianza y ternura a las demás personas; considera que los talleres le han brindado herramientas para ser más empático, para controlar sus emociones cuando se siente enojado. Este es un gran contraste entre la primera y la última entrevista:

(primera entrevista) *¿Cómo sueles actuar cuando estás enojado? Me descontrolo, no me puede controlar ningún niño, entonces no me puedo controlar, no sé qué hacer.* **(segunda entrevista)** *¿Consideras que los talleres te han brindado herramientas para ser más empático?*

Si, controlar mejor mis sentimientos y cuando estoy enojado puedo ser más empático con las personas.

Asimismo, manifiesta haber sentido amor en su relación con los compañeros y cuidado de parte de las profesoras, por nuestro lado, también sentimos (de alguna manera) cuidado de su parte, este, lo manifestaba sobre todo cuando nos encontrábamos en actividades ajenas a las que correspondían a nuestra propuesta pedagógica, ya que, se sentía en la necesidad de mediar entre nosotras, y las actitudes o comportamientos de los/as demás NNA de ciclo 3 y 4.

Consideramos también pertinente realizar una entrevista que diera cuenta de algunos elementos de la educación emocional; a la hora de preguntarle si los talleres se habían realizado de manera que él comprendiera qué era la educación emocional, expresó que no, que no había entendido; aun así, a la hora de preguntarle por las herramientas que él consideraba le había brindado el taller, mencionó que: controlar sus emociones, controlar la tristeza mostrando su felicidad y el mejor manejo de sus actos cuando alguien le hacía algo malo; elementos que hacen parte, de alguna manera, de la educación emocional, claramente, traducidos en otras palabras (gestión de emociones, autorregulación emocional, autocontrol); para la última pregunta, sobre si consideraba que el taller le habría permitido reflexiones sobre sus emociones y las de los demás, expresó no saber, lo cual, a nuestro parecer paradójicamente respondió también en la anterior pregunta. De acá podemos concluir que tal vez, no fuimos muy precisas en cuestión de términos o, a lo mejor, teóricamente no fue de interés para ellos memorizarlos, pero el proceso sí logró permearlos de alguna manera.

María



La primera sesión a la que llegó, pareció estar muy animada con el espacio, al igual que el Santiago, se mostró presta a desarrollar las actividades, a hablar y demás; aun así, a lo largo de varias sesiones su actitud fue cambiando, no logramos discernir si es por algo que respecta al espacio, a ella, o a las dos. Para ejemplificar lo anterior nos encontramos con la **sesión 4 (Caracterización), del 11 de agosto del 2022**: "noto en ella una actitud más

desafiante en cuanto a los talleres, se distrajo mucho, los hizo de rapidez, y expresó (en sus modismos) que le aburrieron un poco"

Curiosamente de forma gradual, se fue entregando muchísimo más al espacio; dando un salto abrupto, nos remontamos a la **sesión número 8 del 17 de noviembre del 2022**: "después de un rato se unieron María y Tatiana llegaron muy animadas y le dieron otro ambiente al lugar, Tatiana identificó rápido su lugar inseguro, María por su parte quiso hacer un lugar bonito para ella". Ella se convirtió para nosotras en un apoyo inmenso, no sólo participaba de las actividades, sino que proponía alrededor de ellas; consideramos que el vínculo que se creó y el cariño que pudimos llegar sentir la una a la otra dio pie para que en este nivel educativo lográramos entendernos de una forma más acertada.

Pasó de no participar mucho, o de no hablar a menos que fuera para bromear al respecto de algo, a llenar de preguntas el lugar. Uno de los momentos más importantes para nosotras con ella, fue la **sesión del 20 de octubre del 2022** en la que empezó a hacer *muchas* preguntas alrededor de las heridas, la infancia, la responsabilidad afectiva y proclamó lo siguiente: "¡Es que yo quiero saber!". En la **sesión número 5: 2 de noviembre del 2022** se puede evidenciar que fue algo progresivo, que la participación se siguió dando "el hecho de que tenga cosas para decir sobre lo que ha aprendido me da a entender que el proceso la ha enriquecido como persona".

Otro punto que nos parece importante resaltar de esta sesión, es sobre la actividad identificando-me, pues al igual que Santiago, se desvió por alguna razón del sentido propio del taller, ya que los recortes que escogió en un principio realmente no se parecían en lo absoluto a sus rasgos biológicos, y si bien después de hablar con nosotras volvió realizar la actividad, de igual forma la realizó bajo unos estándares de belleza muy estereotipados. Esto nos hace preguntarnos por la visión que tiene sobre la belleza, por los estándares de belleza que está consumiendo y también, si esto incide dentro su autoestima.

Durante la última entrevista que se le hizo el **2 de noviembre del 2022** sobre la autoconciencia manifiesta que durante el proceso aprendió a conocerse a sí misma y a recapacitar, relacionamos esto con lo anotado el **1 de septiembre del 2022**, en donde ubica sus emociones a nivel corporal: la ira en la cabeza, la tristeza en los ojos, la felicidad en el corazón, la

sorpresa, el asco y el miedo en el estómago, la ira en las manos y el miedo también en los pies; nos da la impresión de que, aquí ocurre lo mismo que en el caso de Santiago, y es que confunden la emoción con la respuesta que tiene el cuerpo a esta; aun así, podemos ver que reflexiona sobre sus emociones y su ubicación. En la **sesión 3: 29 de septiembre del 2022** encontramos lo siguiente "podemos evidenciar que tiene claras algunas situaciones que detonan ciertas emociones y también actos que son consecuencia de ellas". Retomando de nuevo la entrevista, logró identificar como recursos: escuchar música, dibujar y el permitirse llorar; y como limitación, el hecho de que puede llegar a buscar refugio en la violencia a la hora de resolver un problema.

Frente al cuidado, expresó entender por este el cuidarse a uno mismo, cuidar al otro, no lastimar a los demás y prestar atención a los sentimientos de los otros; considera haber creado vínculos a lo largo de los talleres, y haberlos reforzado por medio de la interacción dentro de las sesiones, también, durante ellos haber adquirido herramientas. Cree que generar estos vínculos donde se presenta el amor, la confianza y la ternura conlleva a tener mejores amistades. Siente que durante los talleres experimentó el amor, en las reuniones confianza expresando lo que tenía guardado ante todos, y la ternura, con los detalles de las profes, generando en ella querer cuidar lo que preparábamos para las clases.

En sus actos a lo largo del proceso se vio reflejado el cuidado hacia sus compañeros, un ejemplo pequeño de esto lo encontramos en la **sesión 2: 8 de septiembre de 2022**, en donde se ve muy entusiasmada realizando la actividad y al ver a una de sus compañeras teniendo dificultades con algunos pliegues de la mariposa, se ofreció a colaborar, también, decidió intercambiar su mariposa con una de nosotras como símbolo de confianza.

Con respecto a la educación emocional, sobre la comprensión de esta, afirma que aprendió sobre la identidad, lo cual indica que quizás no comprendió del todo la pregunta, reiteramos que, quizás no fuimos muy precisas en cuestión de términos; con respecto a las herramientas que le brindó el taller, expresa que el conocimiento sobre sí misma, lo cual es un reflejo de que el autoconocimiento sí permeó su proceso; y frente a las reflexiones sobre sus emociones y las emociones de los/as demás, manifiesta que debe tener más conciencia y cuidado, además de tener una mejor relación con los sentimientos.

Sofía

Por asuntos escolares, ella no pudo acompañarnos durante las dos primeras sesiones del desarrollo de la caracterización, aun así, cuando llegó tomó la iniciativa para ponerse al corriente rápidamente, mostrando desde el principio muy buena disposición y entrega hacia el espacio. Durante todo el proceso pudimos ver que era una niña muy participativa, atenta, colaboradora, creativa y siempre dispuesta a ayudar; así lo evidenciamos en la mayoría de nuestros diarios de campo; ella, de igual manera, se reconocía a sí misma como una persona muy alegre y empática. Fueron varias las ocasiones en las que pudimos observar en sus actos estas cualidades, un ejemplo de esto se evidencia en la **Sesión 6: 3 de noviembre de 2022**, cuando mostró su preocupación por la decisión de Santiago de retirarse del espacio, sobre todo porque él realmente no se quería marchar; al ver esto, intentó persuadirlo, y cuando esto falló, probó hablando con nosotras, mostrando cuánto le importaba su amigo.

En lo anterior es importante resaltar que no solo estaba siendo empática, sino que a su vez, también estaba buscando cuidar a su compañero, y aunque ella dentro de sus cualidades no lo resalte, para nosotras es algo bastante evidente que estas prácticas eran algo que atravesaban no sólo su esfera social, sino también, la familiar; por lo que nos llegó a contar, era responsable de varios cuidados hacia sus abuelos, y los llevaba a cabo con todo gusto.

Esa misma importancia y preocupación la evidenciaba también con nosotras y el espacio; se mostraba receptiva en todas las sesiones, desarrollaba todos los talleres que se le proponían con muy buena actitud, en la **sesión 3: 29 de septiembre del 2022** encontramos una pequeña muestra de esto “(...) se mostró muy emocionada con la actividad, pese a que su compañero (Santiago) estaba muy reacio al tema, ella jamás perdió la iniciativa ni la emoción”, ella en ningún momento dependió de la motivación por parte de alguien, sino que, era quién motivaba a todos/as sus compañeros/as a seguir.

Al inicio del proceso, el **4 de agosto del 2022** en la primera entrevista que se le realizó, expresó que le gustaría “aprender sobre las emociones, cuáles existen y qué comportamientos están mal o bien al momento de sentirlas”, pues en su casa le



habían enseñado que cuando se encontrara triste o enojada lo mejor era alejarse hasta que se le pasara y luego si regresar, como si ese tipo de emociones no las pudiera expresar ante los demás. Lo anterior nos llevó a determinar que: con respecto a su autoconciencia “parece tener conciencia de sus emociones y está en busca de darles respuesta”, pero en relación a su autogestión “más que poseer control interno parece reprimir sus propias emociones”. Pudimos observar también, que al ser tan dulce, muchas veces llegaba a ser demasiado complaciente con las demás personas, ella misma en varias ocasiones expresó que se le dificulta decir “no”.

A través de varios ejercicios intentamos que el grupo lograra identificar sus emociones, cómo las sentían y de qué manera su cuerpo las expresaba; esto se abordó a partir de dos sesiones: **el 01 septiembre 2022 y el 29 de septiembre del 2022**, en ellas observamos que Sofía al encontrarse feliz sentía esta emoción en sus manos y el corazón, como resultado de esta, se encontraba más entusiasta y con ganas de jugar con todos/as, al contrario de la tristeza, ya que cuando sentía esta emoción se expresaba corporalmente quedándose callada, y la sentía en el corazón; cuando tenía miedo, le cosquilleaba el estómago y se le ponían los ojos llorosos, por último, el enojo lo sentía en su cabeza y lo expresa tirando patadas.

En la entrevista realizada el **2 de noviembre del 2022** frente a la autoconciencia expresa que la propuesta educativa le permitió aprender varios rasgos de la autoconciencia: a identificar y ubicar el enojo, la tristeza y la felicidad, así mismo, percibir algunos de sus recursos o capacidades a la hora de gestionar emociones, como por ejemplo: la empatía, ya que al enojarse piensa en no herir a las demás personas, y también, considera que ignorarlas puede llegar a ser un recurso; e identifica como limitación la impaciencia.

Reconocemos dos elementos relevantes en el proceso de Sofía, los cuales nos parece importante resaltar y contrastar con algunas de las respuestas dadas por ella en las entrevistas de la **sesión 9: 24 de noviembre del 2022** en las que se indagó por los conocimientos adquiridos y lo vivenciado durante el proceso, alrededor del cuidado y la educación emocional y anotaciones hechas en el diario de campo:

(1) En la **sesión 1: 25 de agosto de 2022** ella realiza un comentario sobre “la importancia de crear una educación emocional para así saber qué hacer frente a ciertas situaciones” dando a entender que estaba en la búsqueda de estas herramientas, y en la **entrevista** mostró haber encontrado una, al cuestionar si el taller le había permitido reflexionar sobre sus emociones y

las de los/as demás, expresó que en un principio era algo de lo que no sabía mucho, pero en los talleres entendió que “cuando alguien está molesto, (debe) darle su espacio para que se desahogue, además de aprender a escuchar lo que necesita el otro(a)”.

(2) Durante la **sesión 2: 8 de septiembre de 2022**, Sofía habla sobre la importancia para ella, de reconocer las emociones en compañía de una red de apoyo, por otra parte, en una de las entrevistas (la de cuidado) expresó haber creado vínculos dentro de los talleres y “descubrir más emociones”, las más fuertes fueron la felicidad y el enojo, así mismo siente que las actividades y los juegos han sido las formas en las que se crearon estos vínculos. Con esto, sentimos que logramos generar una apertura a un espacio que respondiera a sus intereses.

Por otro lado, a la pregunta que se le realizó frente las herramientas que consideraba le había brindado el taller, ella responde “tener más cariño por lo que uno hace y quererse mucho a uno mismo” esto, a nuestra consideración contribuye a sus competencias personales, a la vez que fortalece las sociales.

Entiende por cuidado poner “atención a uno mismo y ayudar a los demás”; al preguntarle si los talleres le brindaron herramientas para ser más empática, expresa que sí, que se siente más tranquila y que está más atenta a ella misma, lo cual, parece ser un indicativo de que no comprende del todo lo que significa la empatía, pero, aun así, sí refleja haber adquirido herramientas que brinda la autoconciencia. Para ella, la manera en que incide el amor, la confianza y ternura dentro de los vínculos se evidencia al tener mejores relaciones, asimismo manteniendo conciencia de las emociones. Por último, a la hora de responder si durante los talleres experimento lo mencionado anteriormente, es bastante específica en dos de las sesiones, en la que se trabajó: la identificación de heridas y la de emociones.

Para concluir, nos parece importante destacar la fortaleza, viveza, entusiasmo, amor y alegría que desprendía ella de su ser. A pesar de tener algunos conflictos en su casa y una mala relación con su mamá (a tal punto de preferir dejarnos algunos ejercicios que realizó en el transcurso de la propuesta pedagógica, para evitar problemas con ella) Sofía siempre estuvo con una sonrisa en el rostro y dispuesta ayudar a quien lo necesitara. Para finalizar, quisiéramos compartir una frase que ella dice en la **sesión complementaria del 20 de octubre del 2022** “para sanar uno debe enfocarse en lo que importa y buscar un lugar feliz”.

Sara

A nuestros ojos Sara era una niña muy dulce y tierna, sin embargo, ella por su parte parecía querer negar la existencia de cosas buenas en su ser, dentro de la **Sesión 1: 21 de julio del 2022**, resalta como cualidades ser artista, dibujante, inteligente y escritora; pese a esto, en diferentes momentos y reiterativamente expreso todo lo contrario. Pareciera que le gustaba mostrarse como una persona ruda, desinteresada y distante, también, se describía a ella misma como “rara”, “loca” e “insensible” términos un poco peyorativos; asimismo, buscaba con sus expresiones corporales mostrarse “neutral” gesticulando lo menos posible, aun así, su lenguaje corporal la delataba, ya que se hacía evidente cuando se sentía cómoda, incómoda o inconforme en el espacio.

Debido a todo esto, en un principio nos hacía pensar que no quería pertenecer al espacio; fue algo curioso porque al momento de inscribirse se mostró muy interesada, pero ya dando inicio a la etapa de caracterización buscó evitarnos, pero mostrarnos al mismo tiempo cómo nos estaba evitando, durante ese tiempo, tuvimos que buscarla para que se uniera al grupo e insistirle para que realizara las actividades, después de muchas charlas y de demostrarle que en serio nos interesaba tenerla ahí, atravesamos un poco esa coraza que se interponía, un ejemplo de esto sería el día en que Santiago se sale del grupo en la **sesión 6: 3 de noviembre de 2022** cuando nos expresa: que “si algún día le da la locura de salirse no la dejemos, pues es un espacio que le gusta mucho y se siente segura”.

Sumado a lo anterior, era constante en ella indicar no tener amigos, sino que solo



compañeros/as, creía proyectar una imagen de persona “demente” y consideraba que eso espantaba a las/os demás. Cuando se integró al espacio parecía conocer a quienes estaban allí pero no que hubiera relación entre ellos/as, esto es importante en tanto, durante el proceso pudimos ver cómo creó vínculos cercanos con algunos de sus compañeros, en varias ocasiones antes de desplazarnos al espacio se le veía bastante cómoda y alegre hablando con ellos/as, las charlas empezaron a tornarse mucho más personales, amistosas y confortables, lo que llevó a que se le empezara a facilitar más abrirse ante todo el grupo.

En la **sesión 2: 4 de agosto del 2022** durante la primera entrevista que se le realizó nos comentó que llevaba un proceso con psicología, lo que según ella, le permitía tener un acercamiento a su mundo emocional, no obstante, cuando empezamos a indagar sobre su forma de actuar a la hora de estar enojada o feliz (y en términos generales con todas sus emociones), hallamos que prefería reprimirlas y mostrar una cara neutra, debido a que en su casa se sentía criticada al tratar de mostrarlas, también, en la **sesión 4: 11 de agosto 2022** ella nos manifiesta que, durante su etapa de bajón emocional nadie le prestó atención; este elemento aparece en varias sesiones, al parecer, el estado de su salud mental era un tema menor para toda su familia, lo que ocasionó múltiples rupturas y la empujó a sentir que no era importante lo que estuviera sintiendo.

Durante las actividades del **01 septiembre 2022 y 29 de septiembre del 2022** quisimos resaltar la importancia de reconocer nuestras emociones, de cómo las sentimos y de qué forma lo expresa nuestro cuerpo; para ella la felicidad la siente en la cabeza y su manera de expresarlo es quedándose callada, contrario a la tristeza, pues esta la expresa sonriendo, y el lugar donde la siente es su corazón; otra emoción que ubica en este lugar es el miedo y cuando se enfrenta a él solo queda en shock. El enojo la ubica en sus manos, y lo expresa mirando mal, por último, el asco lo siente en la garganta y su cuerpo lo expresa con náuseas.

Nos parece curioso el hecho de que, la felicidad la lleve a quedarse callada y por el contrario la tristeza a sonreír, parecía tener un conflicto con estas dos emociones en particular, como si no quisiera expresarlas o que alguien las viera. Como se mencionó anteriormente, esto es algo que de forma progresiva empezó a cambiar, durante el transcurso de los talleres ella comienza a abrirse con nosotras, a mostrarse más vulnerable contando situaciones de su vida cotidiana y permitiéndose expresar un poco más. En la **sesión 2: 8 de septiembre de 2022** toma la iniciativa de mostrarnos qué fue lo que le escribió a su niña interior; esto lo tomamos como símbolo de confianza y del cómo se iba reforzando el vínculo, no solo con nosotras, sino que también con sus compañero/as al querer que ellos firmaran su carta, haciendo que este ejercicio fuera aún más íntimo.

En la entrevista sobre la autoconciencia realizada el **2 de noviembre del 2022**, nos comparte que el taller le ha brindado herramientas a la hora de expresar sus emociones, sobre todo, la alegría, la tristeza y de vez en cuando la ira; a la hora de hablar sobre sus capacidades y/o recursos, se remite a responder lo que su familia opina sobre ello, por tanto, siente que no es

fuerte, ni valiente, porque ellos dicen que no lo es, en sus palabras, piensa lo mismo “porque ellos son los que tienen la razón”. Finalmente, en cuanto a lo que la limita para gestionar sus emociones expresa que es el rencor.

En el desarrollo de algunos talleres se vio claramente el quiebre existente entre ella y algunos miembros de su familia, en la **sesión 4 (caracterización): 11 de agosto del 2022** expresa que tiene fracturas muy grandes con sus hermanas/os mayores, esto también se ve reflejado en la **sesión 4: 06 de octubre del 2022**, en esta, se abordó la importancia de perdonar para poder sanar, si bien la idea era crear un primer acercamiento a este término (ya que esto es un proceso que cada uno lleva a su tiempo) ella no se veía cómoda con el ejercicio, reflejaba bastante resentimiento frente a la persona que le hizo daño, y consideraba que la forma de sanar era ignorarlo, además, sentía que lo ocurrido era algo que no tenía perdón, durante esta sesión se hizo evidente aquella limitación que mencionamos anteriormente: el rencor.

La relación que tuvimos con ella, en comparación a la que se dio con el resto del grupo fue más compleja, en tanto tenía (o eran más evidentes) conductas autodestructivas y conflictivas. Por un lado, supimos que tenía antecedentes de autolesión, y por otro, recurría mucho a las mentiras, en ocasiones, aún sin ser necesarias. En el tiempo que compartimos junto a ella, desde nuestro rol como docentes intentamos acompañarla, haciendo uso de las herramientas que poseíamos, pero en este caso en específico, era imperante el acompañamiento por parte de un profesional de la salud.

Pese a los altibajos podemos rescatar que logramos brindarle un espacio en el que se sintió cómoda, acompañada y segura, lo que permitió que tomara una posición de escucha activa frente a los ejercicios, a abrirse al diálogo y terminó por reconocer lo importante que éramos todos/as para ella, al punto que, el último día, tuvo la intención de darnos un obsequio (que, por cuestión de tiempo, nos fue imposible recibir). A pesar de que al final del curso hubo algunas discusiones que se generaron a partir de las conductas autodestructivas mencionadas anteriormente, se mostró muy nostálgica con nuestra partida.

Discusión de resultados

Educación emocional

Durante el transcurso de las sesiones, se abordaron temas sobre: la importancia del reconocimiento de emociones, cómo las sentimos y lo que estas nos provocan, para así, generar una conciencia de las mismas, además de aprender a gestionarlas, buscando corresponder a los elementos básicos de la educación emocional y la inteligencia emocional (Bisquerra Alzina, 2009; Vivas García, 2002), esto de acuerdo con los intereses de los/as NNA, los cuales, nos comentaron a través de entrevistas. En las mismas, se evidenció que tenían conocimientos sobre la existencia de las emociones, pero, se les dificultaba expresarlas y sentir las, debido a que en sus hogares les enseñaron que hay emociones que “es mejor no mostrar”.

La educación emocional emerge en los últimos años dentro de la psicopedagogía, esto en respuesta a las necesidades sociales que no son atendidas dentro del currículo tradicional, (Bisquerra, 2009, pág. 157) en esta misma dirección, Goleman menciona que es importante implementar programas que enseñen habilidades humanas como: el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía, el arte de escuchar, la resolución de conflictos y la colaboración con los demás (Goleman, citado por Vivas 2003, pág. 4). Por lo anterior, se decidió desarrollar e implementar una propuesta pedagógica guiada bajo lineamientos de la educación emocional, con el fin de responder a algunas necesidades (fracturas familiares, represión de emociones, resolución de conflictos), potenciando sus habilidades de autoconciencia.

Para la implementación de esta propuesta pedagógica se tuvieron en cuenta los requisitos que propone Bisquerra: (1) adecuarse al nivel educativo del alumnado al que va dirigido: esto se efectuó en cada una de las planeaciones, donde se tuvieron en cuenta aspectos importantes evidenciados en la etapa de caracterización. (2) ser aplicable a todo el grupo o clase: esto se realizó con ayuda de entrevistas y observaciones, donde se evidenciaron los intereses personales de cada uno/a de los/as participantes, además, ellos/as fueron quienes determinaron el orden de importancia de cada tema y de qué manera querían abordarlos. (3) Favorecer procesos de reflexión: al finalizar cada una de las reuniones se hacía apertura al diálogo, permitiendo que los/as NNA conversarán sobre sus conocimientos previos y cuales adquirieron, además de hablar sobre sus vivencias personales, esto, permitiendo a su vez el reconocimiento de emociones propias y las del/la otro/a. (4) enfocarse en el desarrollo de

competencias emocionales: si bien, no se hablaron teóricamente, sí se abordaron durante el transcurso de la propuesta, pero esta tendrá una mayor apertura más adelante, ya que es una de las categorías de análisis.

Otro factor a tener en cuenta, es que debe ser un proceso continuo y permanente (Extremera y Fernández citados por García 2003 pág. 9) A propósito de esto, durante el tiempo que estuvimos en la Fundación surgieron varios baches que afectaron esta continuidad: la comunicación entre la institución y nosotras, las condiciones espaciales donde se realizaban los talleres, los diversos distractores y lo flotante que era la población. Si bien, esta última se debía a factores externos fue algo que afectó la permanencia de algunos/as participantes, haciendo que su proceso se viera interrumpido y no lograran culminar los talleres.

Ahora bien, para Bisquerra es importante que los/as docentes tengan interés de impartir estas competencias, sin importar su área de conocimiento (Bisquerra Alzina, 2009, 171) por ello, como educadoras comunitarias se quiere apostar a este tipo de procesos, para su potenciación dentro y fuera de las instituciones educativas.

Para culminar, se tuvieron en cuenta algunos de los elementos que propone Bisquerra (2009, pág. 166) para que los/as docentes impartan clases que logren el desarrollo de las competencias emocionales: (1) realizar dinámicas de introspección: estas se realizaron en cada uno de los talleres por medio de la reflexión constante sobre sus emociones (cómo, dónde, cuándo las sienten). Un ejemplo, es la autoconciencia que adquirieron al momento de gestionar la felicidad, la tristeza y el enojo, pues como se menciona anteriormente (etapa de caracterización) dos de estas emociones (tristeza y enojo) se les dificultaba expresarlas, sentirlas y gestionarlas. (2) respetar la emocionalidad de cada participante, nadie debe ser obligado a exponerse sin su consentimiento: En algunas sesiones se realizaron actividades que implicaban hablar de manera más profunda sobre sus sentires en ciertas situaciones o momentos de sus vidas, pero, siempre se aclaró que solo quienes estuvieran en disposición lo compartieran. Una sesión significativa fue la **sesión 2: 8 de septiembre de 2022**, al finalizar el ejercicio, algunos/as decidieron intercambiar sus cartas con nosotras y entre ellos/as, pero sin leerlo en voz alta, esto, lo tomamos como símbolo de confianza. (3) El profesor, al ya haber un ambiente de confianza, puede decidir si es preciso compartir experiencias personales de carácter emocional: esto se vio en algunas actividades, ya que, para su óptimo desarrollo, en

ocasiones fue necesario compartir nuestra experiencia personal, lo que aportaba a la conexión con los/as NNA, haciendo que el vínculo fuera más estrecho.

Conciencia emocional

Con relación a la autoconciencia en el desarrollo de la propuesta pedagógica, implementamos varias actividades que permitían a los/as NNA pensarse cómo estaban viviendo su mundo emocional, dichas actividades, estaban siempre acompañadas de diálogos cálidos que les invitaban a reflexionar constantemente lo que estaban sintiendo, cómo, dónde, en qué momentos, etc. Como se menciona previamente, antes de integrarse al espacio poseían ya nociones sobre sus emociones, aun así, no llegaban a definir las, ni ubicarlas, y bien sabemos que la autoconciencia (...) es una competencia personal que da cuenta de la capacidad de cada individuo para hacer conciencia de sus propias emociones, de modo que pueda nombrarlas, identificarlas y ubicarlas; para cuando finalizó el proceso, a los/as participantes ya se les facilitaba más identificar y ubicar sus emociones.

Hubo otros componentes que fueron un poco más complejos de abordar teóricamente, esto se vio reflejado en la poca comprensión que tuvieron de ellos los/as NNA, estos elementos fueron: recursos (elementos propios con los que se puede afrontar la adversidad), capacidades (habilidad de procesar emociones de forma lógica) y limitaciones (falta de habilidades y/o conocimiento sobre las propias emociones). En la última entrevista pudimos evidenciar que no parecían totalmente claros, cabe reconocer, que son elementos que poseen su grado de dificultad para definir, pese a esto, si lograron levemente vislumbrar algunos. Lo que nos lleva a otro elemento de esta competencia, y es que: conlleva un análisis interno permanente fortaleciendo una relación íntima con sí mismo/a, (Rendón Uribe, 2016) durante el proceso se evidencia que todos/as se permitieron mirar hacia su mundo interno, reforzando esa relación íntima, al punto que, a pesar de la poca comprensión, sí tuvieron cosas por decir.

Al darse de manera progresiva esta competencia, aquello consolidado en el interior se empieza a proyectar hacia el exterior, Al desarrollar esta competencia se facilita la capacidad de comprender las emociones de los/as otros/as y así mismo, ser empáticos/as con ellas (...), de esta manera, en los actos que se daban durante las sesiones, podemos ver que cada uno/a en su interior estaba consolidando lo aprendido. La consideración para con nosotras de parte de

Santiago al irse, la preocupación de Sofía por él, la empatía de María hacia Sara en alguna sesión y el deseo de Sara de tener un detalle con nosotras al irnos, fueron gestos que daban cuenta de ello.

Como se señala en el marco teórico, según Bisquerra Alzina, existe una estrecha relación entre la emoción, la cognición y el comportamiento, lo cual es importante en tanto, aquellos estados emocionales que inciden en el comportamiento se pueden regular a través de la cognición y hacer *conciencia* de esto permite que el individuo logre reconocer que las emociones repercuten en su actuar, poniendo en juego la capacidad de cada ser para gestionar sus afectaciones emocionales, su conducta frente a estas y viceversa (Bisquerra Alzina, 2009, Pág. 148) En dos casos en específico dentro de la reflexión podemos encontrar cómo, haciendo referencia al enojo, se empiezan a pensar lo que esta emoción puede impulsarles a hacer, y se sienten más capaces de regularla.

Lo anterior también guarda relación con el hecho de que, hacer conciencia de nuestro mundo interno genera una reflexión sobre nuestros actos, se empieza a pensar antes de actuar de manera impulsiva, se toman decisiones más acertadas en busca del bienestar propio y el de otros (Rendon Uribe, 2016 pág. 23). Esto se puede ejemplificar con la respuesta de Santiago en una de las entrevistas “controlar mejor mis sentimientos y cuando estoy enojado puedo ser más empático con las personas”, esta respuesta contiene varios elementos de lo ya dicho anteriormente, empatía, introspección, identificación de la emoción, pero en este párrafo es relevante, en tanto, logra detenerse a pensar en lo que está sintiendo antes de actuar, y regularse.

Las entrevistas formales e informales y lo observado nos permiten contrastar este cambio; no todos/as contaban con las mismas dificultades, pero narrándolo de manera general, se pudo observar al iniciar en ellos/as, dificultades en las relaciones sociales, represión de emociones, no abordar de manera adecuada los conflictos (Rendón Uribe, 2016; Goleman, 1995; Bisquerra Alzina, 2009) elementos que dan cuenta de la carencia de esta competencia, y que fueron desprendiéndose a medida que avanzábamos, esto lo podemos ver en los vínculos que generó Sara |en el espacio, en la apertura de Sofía al hablar de sus emociones, y en la manera de Santiago y María de manejar sus problemas. No podemos decir que todo esto fue algo que cambió en un 100%, pero sí que se dejó allí una semillita plantada.

En síntesis, esta competencia se entiende como el cimiento del proceso de control emocional “el poder de la transformación personal se sustenta básicamente en ese autoconocimiento” (Goleman citado por Rendón, 2016, p. 23), y al ser espectadoras de todos estos cambios, nos podemos considerar testigos de aquella transformación, es importante también mencionar que esta competencia “abre paso a que se puedan desarrollar y fortalecer otras competencias”, que, también es el caso de los/as NNA que integraron nuestra propuesta.

Las competencias que más se evidenciaron aparte de la autoconciencia, fueron; Autocontrol emocional, empatía, manejo de conflictos y comunicación asertiva; estas, las hemos venido desarrollado a lo largo del análisis, sin embargo, las retomaremos una por una con más detalle (Rendón Uribe, 2016, pág. 22-30):

Competencias personales:

Autocontrol emocional: Según Rendón el autocontrol se entiende como la capacidad de tener control sobre nuestros actos; modular y dominar acciones de acuerdo a la edad, implica también una sensación de control interno (en situaciones positivas o negativas) siendo coherente el pensamiento con la conducta. Dicha definición concuerda con lo que se vivió en el curso; en un inicio, se pudo observar cómo varios/as de los/as participantes, actuaban en mayor medida de forma impulsiva, dejándose llevar por sus emociones sin detenerse a pensar. Abrirse a entender sus emociones, les hizo tomar una posición crítica ante ellas, de tal manera, que la mayoría de las veces, lograban pensar antes de asumir posturas violentas (que eran las que más se presentaban), y aun cuando llegaban a no tomar las mejores decisiones después de razonar, ya estaban dando inicio a este ejercicio.

Competencias sociales:

Empatía: Esta competencia la pudimos evidenciar en momentos específicos del proceso, pero, analizando en términos amplios, se puede ver cómo permeó casi todas las sesiones, este “casi” se debe a que cuando se empezó, los/as NNA parecían no estar muy conscientes del esfuerzo que nosotras como docentes poníamos en la planeación y el desarrollo de cada actividad, fueron varias las charlas que debimos tener, para que de alguna manera nos “humanizaran”

(nos reconocieran como seres sintientes); con esto entendido, se veía más aprecio, atención, y consideración por parte de todos/as. Rendón define esta competencia como la capacidad de comprender los sentimientos, motivos y preocupaciones, elementos que se recogen en lo dicho anteriormente.

Gestión de las relaciones

Habilidades sociales:

Manejo de los conflictos: Aunque teníamos el grupo focal, en algunas sesiones nos correspondía hacer acompañamiento a clases grupales, esto es relevante, ya que en este espacio los/as integrantes de nuestro grupo, hacían de mediadores con aquellos que no lo eran, y esta competencia “Implica asumir un rol mediador, prevenir situaciones conflictivas o resolver conflictos presentados por medio de acuerdos”. Quedábamos a cargo de todos/as los/as NNA que integraban ciclos 3 y 4, durante las clases que les impartían se comportaban violentos y altaneros de forma desmedida, en este punto, los/as participantes del grupo focal, intervenían para mediar entre estudiantes y docentes. Siendo algo reiterativas, acá también entra el cambio que hubo en relación con el manejo de problemas y del enojo que se presentaba en algunos/as.

Comunicación asertiva: La comunicación asertiva genera un compromiso con los/las demás, buscando siempre establecer un canal de comunicación adecuado sea verbal o no verbal Como consecuencia del compartir, debimos entablar varias charlas que de manera procesual fueron tomando matices más amenos y asertivos. Al empezar, nos encontramos con silencios incómodos, con caras largas y aburridas y con comentarios un tanto groseros; al finalizar el proceso, no podríamos decir que todo cambio en un 100% pero, se tomaban el tiempo de decirnos por qué la cara larga y de hablarnos con la mayor amabilidad que les fuera posible, a nosotras y entre ellos/as.

Cuidado

Kristen Swanson (citada por Rodríguez Valenzuela, 2012) concibe el cuidado como una forma educativa de relacionarse con un ser apreciado hacia el que se siente un compromiso y una responsabilidad personal, lo que indica tener una atención con el/la otro/a. lo anterior fue fundamental en el desarrollo de cada una de las sesiones, esto en concordancia a los acuerdos

de convivencia establecidos el **28 de julio de 2023**, los cuales tenían como finalidad permear el espacio de respeto, amor y compromiso de quienes hacían parte de él.

Para nuestra labor de educadoras comunitarias en la línea de Memoria Corporalidad y Cuidado era importante generar un espacio de reflexión constante a través del diálogo y la escucha activa, prácticas fundamentales que permitieron tener una mayor apertura y sensibilidad para quienes interactuábamos allí, también en concordancia con Boff (2002, pág. 30) el cuidado, más allá de ser un acto, se convierte en una actitud hacia el otro “es un modo de ser esencial”, “es todo aquello que se opone al desinterés y la indiferencia” (Boff, 2002, pág. 20). Estos hechos se evidenciaron en las actitudes de todos/as los/as participantes, pero queremos hacer énfasis en los actos que se reflejaron en María, ya que en un principio comenta que ella es una persona que no tiene “respeto” por sus docentes, pero, debido al vínculo que se formó entre nosotras, ella se convirtió en una parte fundamental del proceso, generando prácticas de cuidado por medio de su **actitud** de disposición para cada una de las actividades, se mostraba interesada y llenaba de preguntas el espacio.

En el desarrollo de la propuesta pedagógica no se abordó teóricamente la categoría de cuidado (como se ha venido nombrando), aún así, si se trató de hacer mención de esto alrededor de las redes de apoyo, podemos encontrar que Esquivel, et al., (2012, p. 12) afirma que “nadie puede sobrevivir sin ser cuidado” reflejando acá la importancia de los/as otros/as, de la formación de vínculos que partan de prácticas de cuidado para perdurar como especie, una forma de reflejar estas prácticas, precisamente es a través de las redes de apoyo. Ejemplificando dichas prácticas de cuidado, podemos abordar la sesión del **8 de septiembre de 2022**, en donde se vio evidenciada cierta complicidad en el espacio, intercambiando por decisión propia historias personales (en la mariposa en origami) y luego firmando cada una de ellas, permitiendo que el lugar se tornara más íntimo, todo lo ocurrido lo tomamos como una forma de “abrazar” al otro/a y decir “no sé cuál es tu historia, pero vas bien, yo estoy contigo”. Cada una aún conserva aquella mariposa como recordatorio de ellos/as y de lo lindo de esta sesión.

Boff (2002, pág.71) enuncia que el cuidado se da cuando se presta atención a la existencia de otra persona, entendiendo la atención como un gesto de esmero hacia alguien más, apoyando sus búsquedas, sufrimientos y éxitos. En relación con esto, pudimos observar por medio de charlas informales, que los/as NNA forjaron lazos bastante estrechos, ya no solo compartían

dentro del espacio, sino que también fuera de este, hablando sobre sus vidas personales, sus relaciones, problemáticas etc.

Para finalizar, queremos retomar brevemente lo dicho por Rodríguez (2018, Pág. 2) en cuanto a que “el orden social patriarcal, capitalista y moderno que habitamos, desconoce o subordina el papel de las prácticas de cuidado”, en contraposición a esto, consideramos que una forma de incidir es precisamente desde la potencialización de dichas prácticas, en este caso, a partir de la educación emocional, también desde nuestro quehacer docente.

Vínculo

Durante el desarrollo de la propuesta pedagógica fue complejo para nosotras mostrarnos de una manera acertada ante ellos y ellas; muchas veces, nos salíamos de nuestros estribos, o no sabíamos hasta qué punto era adecuado regañar o llamar la atención a alguien. Aun así, todo aquello que realizamos en el espacio, lo hicimos con genuino amor, las palabras, los abrazos, los consejos, cada que los/as escuchamos, fue queriéndolos/as. Dicho esto, parece pertinente citar lo siguiente “la caricia esencial (...) exige total altruismo, respeto por el otro y renuncia a cualquier otra intención que no sea la de la experiencia de querer y amar” (Boff citado por Álamos Santos, 2011, pág. 248 a 249).

Esta experiencia nos permitió reflexionar sobre la necesidad de esta caricia esencial para la educación. Aunque entendemos que hay un límite entre lo que se puede, o no, dar como docente, consideramos que, entre esos límites, el amor ha de estar de por medio. Poder generar ese vínculo requiere de ese amor y esa entrega a quién se le está enseñando, la construcción del vínculo **afectivo** es una unión que involucra: amor, empatía y **cuidado** mutuo, estos elementos se presentaron de diversas maneras durante el tiempo compartido.

Como se pudo evidenciar, todo esto no se dio inmediatamente, tres de las/os cuatro NNA, pese a tomar la decisión de ingresar, presentaron resistencia en un principio; por tanto, generar aquellos lazos requirió de tiempo, dedicación y entrega de las dos partes, lo cual, corresponde a otra característica sustancial del vínculo: “se construye de forma progresiva por medio de acciones y de la disposición de las dos partes por construirlo. Como resultado de esto, se generan lazos estrechos, que están permeados por sentidos de amor, solidaridad, comprensión y empatía” (CINDE, s.f.). Con cada uno/a de los/as participantes el proceso fue distinto en cuestión de tiempo y acciones, pero todos los casos comparten: la constancia, la disposición y el cambio.

¿Por qué fue importante el desarrollo de los vínculos para nuestra propuesta educativa?

En nuestra percepción, si no se hubiera hecho apertura a que este vínculo se creara; simplemente, no se hubiera transformado, aprendido, ni valorado nada durante el programa educativo propuesto. Evidencia de esto es la actitud que tomaban ante nosotras quienes conformaban el grupo focal y quienes no; los/as NNA que integraban el curso, asumían una disposición de escucha y atención, mientras los demás nos llegaban hasta a mirar con desprecio, en esta medida, se integra la noción de que “para la construcción de este, se hace importante la percepción, los imaginarios y las formas en las que se conciben las dos partes”, al estar más en contacto con ellos, su percepción y sus imaginarios cambiaron alrededor de lo que significaba compartir con un/a profesor/a, así mismo, nosotras como docentes empezamos a reconocerlos de una manera más amorosa.

En lo mencionado anteriormente logramos percibir una de las características que Pichón-Rivière integra a la formación del vínculo, y esta es la relación sujeto-sujeto, que se da de manera bidireccional y de mutua afectación. Al contrario de algunas investigaciones que se dan sujeto-objeto, de manera unidireccional, en esta se presenta un carácter recíproco, por lo que podemos decir, que nosotras también nos dejamos afectar (positivamente) por los/as NNA.

Como resultado de este vínculo, se presentó también algo no del todo positivo que nos parece importante mencionar; Pichón hace mención del vínculo madre e hijo, y considera que en este vínculo se satisface una necesidad, es un vínculo con un otro que **aparenta ser completo, y que, suple necesidades** (...) (Bernal, 2018, pág. 2); en nuestro caso específico, las docentes representábamos aquellos “seres completos” esto, haciendo referencia a nuestra edad, posición y conocimiento, lo que provocaba que ellos/as esperaran de nosotras una respuesta para cada pregunta, o problema; respuestas que no siempre teníamos.

También se hicieron presentes momentos de tensión, que nos llevaron a instantes incómodos, a ponernos de mal humor o a asumir una actitud tosca hacia los/as otros/as; esto también responde a que la estructura vincular es conflictiva, no siempre se da de manera armoniosa, sino que también, está permeada por diferencias, ambivalencias, o en algunos casos, odios (Bernal, 2018, pág. 6); es casi (o totalmente) inevitable no experimentar desacuerdo, peleas, etc., con otro con quien compartes frecuentemente, y con quien se construye este vínculo.

De este modo, podemos ver que el vínculo se da entre dos sujetos relacionándose entre sí afectándose mutuamente (Bernal, 2018, pág. 35), en ocasiones de manera armoniosa, y en otras, conflictiva, pero siempre repercutiendo cada quien en el/la otro/a. Estas afectaciones Pichón las ve en dos vías: la comunicación y el aprendizaje; elementos, que se presentaron en conjunto en la propuesta educativa, claramente, durante todas las sesiones se generó una comunicación bidireccional, y esta a su vez, abrió el campo para que todos/as pudiéramos aprender y enseñar.

Hasta este punto, hemos observado la formación del vínculo externo (que implica la relación con sujetos o cosas) en su relación sujeto-sujeto; el vínculo interno (que se da con ideas, pensamientos, fantasías y sueños) no lo podemos describir a detalle, ya que es algo íntimo de cada participante, pero, hay una aproximación a él en lo descrito en la categoría de autoconciencia; además, teniendo en cuenta que “el vínculo interno está entonces condicionando los aspectos externos y visibles del sujeto” (Bernal Z, s.f.), y en miras de lo que su comportamiento con nosotras demostró, podemos encontrar elementos que podrán denotar el afianzamiento que se dio del vínculo con ellos/as mismos/as. De igual manera, podemos ver, que la autoconciencia interviene en la formación de dichos vínculos.

Conclusiones y recomendaciones

Fue importante para el diseño e implementación de la propuesta pedagógica recoger los intereses de los/as participantes, además de identificar sus conocimientos previos, esto para dar respuesta a las necesidades que presentaban (represión y reconocimiento de emociones, resolución de conflictos, fracturas familiares, etc.). Sumado a ello, observamos que los cuatro requisitos que propone Bisquerra Alzina (2001, pág. 163) sí contribuyen para que la ejecución de estas propuestas sea óptima. De igual manera, otro elemento que el autor propone, es que estos procesos deben ser continuos y permanentes, lo que también se confirmó en este proyecto de grado, ya que, como se mencionó anteriormente las diversas interrupciones dentro del espacio, dificultaron que se llevara adecuadamente el hilo conductor que se tenía previsto, afectado el proceso de los/as NNA. Asimismo, se debe tener en cuenta que, para su óptimo desarrollo, es preciso generar espacios de introspección y reflexión constante, en los que puede ser valioso que los/as docentes realicen intercambios de historias de vida, permitiendo esto estrechar vínculos. De este modo podemos afirmar que efectivamente la educación emocional responde a las necesidades sociales que en ocasiones no son atendidas dentro del currículo tradicional.

De acuerdo a lo observado, podemos afirmar que para contribuir al desarrollo de la autoconciencia es importante generar actividades que permitan a los/as chicos/as reflexionar sobre sus emociones. Para esto, notamos que en algunos momentos es necesario abordar conceptos de forma teórica, ampliando su vocabulario, con el fin de que sea más claro y se le facilite a los/as participantes adquirir dichos elementos. Aun así, las actividades (centradas en esta competencia) por sí solas pueden llegar contribuir al proceso de conciencia emocional de los/as NNA, aunque no aporten del todo a su vocabulario. En los cambios que se generaron durante el proceso, se pudo percibir que efectivamente, la autoconciencia permite la apertura a desarrollar otras competencias. En el caso específico de este proyecto, los/as NNA empezaron a pensar más antes de actuar, a ser más empáticos/as con nuestro esfuerzo en el espacio y entre ellos/as, esta misma empatía los/as llevó a ser mediadores/as de conflictos y a comunicarse de manera más asertiva, viéndose reflejadas aquí varias competencias personales y sociales.

Ahora bien, como educadoras comunitarias tener una actitud de cuidado era un eje central para el desarrollo de la propuesta, esta actitud se traducía en nuestra forma de relacionarnos con

los/as participantes en el espacio, con el compromiso por su bienestar y aprendizaje, de esta manera, dicha actitud se fue evidenciando por parte de ellos/as hacia nosotras y entre ellos/as. Por esto fue relevante que el cuidado se viera transversal en cada una de las sesiones, en tanto permitía que el desarrollo se tornara más agradable, haciendo que todos/as nos sintiéramos cómodos/as en el espacio. Para que este se diera, fue necesario que los/as NNA y nosotras, realizáramos una constante reflexión sobre nuestra forma de relacionarnos con los/as demás. El cuidado contribuyó también a que las relaciones se construyeran de manera horizontal. A lo largo de la propuesta pedagógica evidenciamos que cada individuo interpreta el cuidado de varias maneras, por tanto, vivenciamos en el transcurso de la propuesta pedagógica diversas formas de cuidar. Se observó la importancia de hacer conciencia de las redes de apoyo ya existentes. Asimismo, de estar abierto/a a la ampliación de dichas redes, esto en vías de pensarnos el cuidado como una forma de ser y estar en el mundo, donde existan lazos estrechos que faciliten el desarrollo de prácticas de cuidado. Estas como pequeñas formas de resistencia ante el desinterés y la indiferencia, que en ocasiones se pueden manifestar en espacios como este (la Fundación), representados en juegos bruscos, desdén y apatía, aspecto a tener en cuenta dentro de nuestro ejercicio docente.

En la discusión de resultados se pudo ver presente la importancia que tuvo el vínculo que se generó entre nosotras con los/as participantes y entre ellos/as para que la propuesta pedagógica se desarrollará de forma adecuada. En torno a este elemento, consideramos que el amor es parte fundamental de la labor docente, ya que para que este vínculo se logre construir es necesario reconocer al/la otro/a, aceptando lo que es y no aquello que “debería ser”. Para lograr esto es imprescindible la constancia y la disposición, a través de las cuales se pueden generar cambios positivos en dicho relacionamiento. Acá también es importante mencionar que la apertura a este vínculo genera un cambio en ambas partes (en nosotras como docentes y ellos/as como estudiantes). Debido a que por medio de él se presenta la comunicación, y gracias a esta, el aprendizaje. Asimismo, es importante tener en cuenta que el vínculo lleva consigo tensiones, desacuerdos y contradicciones. Todo aquello, debe ir atravesado por prácticas de cuidado para que el vínculo se construya de manera armoniosa. Por último, se evidenció también, que la autoconciencia interviene en la formación de vínculos, en tanto el desarrollo del vínculo interno (mundo interno) se va proyectando en el externo y viceversa. Para finalizar, queremos hacer énfasis en las siguientes recomendaciones a facilitadores, docentes, etc., que deseen implementar una propuesta semejante: (1) Es de gran importancia

que el proceso sea continuo y permanente, para poder facilitar en mayor medida el desarrollo de las competencias emocionales, asimismo, para que los/as participantes estén conectados con el espacio (2) Otro factor importante que contribuye a la continuidad y permanencia son los lugares adecuados, con esto nos referimos a que, de preferencia sean lugares cerrados, o que permitan intimidad con el grupo, y que no haya contaminación auditiva (3) la creación de un grupo focal puede llegar a aportar positivamente al desarrollo de una propuesta pedagógica, debido a que nos permite estar más atentos/as al proceso de cada uno/a de los integrantes (4) Conectado a lo anterior, el hecho de que los/as NNA decidan hacer parte de este grupo, ayuda a que las actividades tengan mayor recepción por parte de ellos/as (5) Como afirma Bisquerra Alzina (2009, pág. 166) efectivamente favorece al aprendizaje y a las relaciones en el espacio entrar en un ambiente de confianza, en el que él o la docente exponga su propia experiencia, esto, en lo personal, lo traducimos en abrirse a generar vínculos. Finalmente, nos parece fundamental señalar que, aunque estos procesos educativos potencian el desarrollo de competencias emocionales y prácticas de cuidado, no reemplazan en situaciones específicas de vulnerabilidad emocional la necesidad de acompañamiento por parte de un profesional de la salud mental.

Referencias bibliográficas

- Álamos, M. (2011) La idea del cuidado de Leonardo Boff, págs. 245-247 Universidad Autónoma de Madrid. *Revistatales.Wordpress.com*.
- Alegre, N. C. (2016). *Educación Emocional, evolución del concepto e implicaciones en el marco legal de la escuela primaria*. España: Universitat de les Illes Balears.
- Ambrona, A., López-Pérez, B., y Márquez-González, M. (2012). *EFICACIA DE UN PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL BREVE PARA INCREMENTAR LA COMPETENCIA EMOCIONAL DE NIÑOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Bernal, L. (2019) *Conciencia afectiva: un camino hacia la transformación del ser desde el autoconocimiento*. Universidad Distrital Francisco José de Caldas. Bogotá D.C.
- Bisquerra, R. (2001) *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid, España. Editorial síntesis.
- Bisquerra, R. (2009). Regulación emocional. En R. Bisquerra, *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (2011) *Educación emocional: propuesta para educadores y familias*. Editorial Desclée de Brouwer, S.A.
- Boff, L. (2002). En L. Boff, *El cuidado esencial: ética de lo humano, compasión por la tierra*. Madrid: Trotta.
- Bryon, P. (s.f.). *El trabajo de campo en la investigación pedagógica*.
- Caballero, D (2018) *Inteligencia emocional y educación artística: herramientas educativas para disminuir la violencia escolar*. Universidad Externado de Colombia. Bogotá D.C.
- Cansado, I. (15 de mayo de 2019). *psicología-cansado*. Obtenido de psicología-cansado: <https://www.psicologia-cansado.es/vinculos-humanos>

- Caputo, A., y Pellegrini, M. (Eds.). (2019). *The anatomy of entrepreneurial decisions*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-19685-1_3
- CCB. (2011). *La inversión pública y calidad de vida en las localidades de Bogotá*. Bogotá: CCB.
- Chernicoff Minsberg, L., y Rodríguez Morales, E. (2018). Autoconocimiento: una mirada hacia nuestro universo interno. En *Autoconocimiento: una mirada hacia nuestro universo interno*. Ciudad de México: Didac 72.
- CINDE. (s.f.). *CINDE*. Obtenido de CINDE:
https://cinde.org.co/sitio/contenidos_mo_izquierda.php?it=1568
- Congreso de la República de Colombia (21 de enero del 2013).
Ley 1616. Ley de Salud Mental
- Esquivel et al. (2012). *Las lógicas del cuidado infantil entre las familias, el estado y el mercado*. Buenos Aires. IDES.
- Ezeiza Urdangarin, B., Izagirre Gorostegi, A., y Lakunza Arregi, A. (2008). *Inteligencia emocional: Educación secundaria obligatoria 1 ciclo*. Gipuzkoa: Gipuzkoa.
- Farias, I. (09 de abril de 2022). *Psicoactiva*. Obtenido de Psicoactiva:
<https://www.psicoactiva.com/blog/tecnica-de-la-cartografia-corporal/>
- FILELLA-GUIU, G., PÉREZ-ESCODA, N., AGULLÓ MORERA, M.-J., y ORIOL GRANADO, X. (2013). *Resultados de la aplicación de un programa de*. España: ESTUDIOS SOBRE EDUCACIÓN.
- Flores-Paz, M. (2013). *APLICACIÓN DE UN PROGRAMA DE HABILIDADES PSICOSOCIALES BASADO EN EL AUTOCONOCIMIENTO PARA FORTALECER LAS RELACIONES INTERPERSONALES DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE TERCER GRADO DE PRIMARIA DE LA I.E.P. MARVISTA, PAITA, 2013*. Perú: Universidad de Piura.

- Fundación San Antonio. (s.f.). *FSA*. Obtenido de FSA:
<https://www.fundacionsanantonio.org/que-es-la-fsa>
- García, v. (2003) *La educación emocional: concepto fundamental*. Universidad de Los Andes Táchira, Venezuela.
- Goleman, D. (2018) *La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el cociente intelectual*, Traducción, Bogotá, Colombia Penguin Random House Grupo Editorial.
- Herrera, M. (2019) *La Autobiografía, Fortaleciendo la competencia escrita a partir del autoconocimiento*. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá D.C.
- Mahecha, P. (2016) *Leyendo sueños y tejiendo sentimientos*. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá D.C.
- Mahecha, P. (Leyendo Sueños, Tejiendo Sentimientos). *Leyendo Sueños, Tejiendo Sentimientos*. Medellín: Universidad Pedagógica Nacional.
- Montoya Castilla, I., Postigo Zegarra, S., y Gonzáles Barrón, R. (2016). *Programa PREDEMA. Programa de educación emocional para adolescentes: De la emoción al sentido*. Pirámide.
- Montoya, A. Y Salas, S. (2017) *Autoconocimiento emocional a través de la expresión corporal*. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá D.C.
- Montoya, H. et al (2020) *Autoconocimiento emocional a través de la expresión narrativas de talleres teatrales en niños y niñas*. Universidad Distrital Francisco José de Caldas. Bogotá D.C.
- Mora, A. (2007) *Programas de educación emocional y prevención de la violencia*. Primer ciclo de Eso. Alicante, Conselleria d'Educació.
- Nacional, U. P. (2019). *pedagógica. edu*. Obtenido de pedagógica. edu:
http://inbox.pedagogica.edu.co/userfiles/files/pdi2020-2024_22nov.pdf

- Nacional, U. P. (s.f.). *educacion.pedagogica*. Obtenido de educacion.pedagogica: <http://educacion.pedagogica.edu.co/vercontenido.php?idp=395&idh=11394>
- Pañagua, L., Martín-Alonso, D., y Blanco, N. (2019). Escritura reflexiva y desarrollo de saberes experienciales. España: Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado.
- Pazos, M. S. (2002). *Algunas reflexiones sobre la investigación-acción colaboradora en la educación* (págs. 42-43). España: Revista Electrónica de Enseñanza de las Ciencias.
- Pérez, D. Y Valero, Y. (2020) *Autoconciencia una necesidad abogada desde la educación física*. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá D.C.
- Personería de Bogotá. (12 de 08 de 2022). *Personería de Bogotá*. Obtenido de Personería de Bogotá: <https://www.personeriabogota.gov.co/sala-de-prensa/notas-de-prensa/item/470-alarmante-situacion-de-inseguridad-en-bogota>
- Rodríguez, V. Y Valenzuela, S. (2012). *Teoría de los cuidados de Swanson y sus fundamentos, una teoría de mediano rango para la enfermería profesional en Chile*. Revista electrónica trimestral de enfermería.
- Rojas, C. Y González, M. (2020) *Desarrollo de Competencias Emocionales en estudiantes de séptimo y octavo año de educación básica*. Universidad la Serena, Chile.
- Sánchez, N et al (2020) *El autoconocimiento como fortalecimiento de la confianza*. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá D.C.
- Santoya Montes, Y., Garcés Prettel, M., y Tezón Boutureira., M. (2018). *Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autorregulación emocional en adolescentes y jóvenes universitarios*. Cartagena.
- Soler, M. O. (2005). *Diseño, desarrollo y evaluación de un programa de educación emocional en un centro educativo*. Barcelona: Universidad de Barcelona.

Steffens. (26 de abril de 2022). antologiaglobal. Obtenido de antologiaglobal:
<https://antologiaglobal.com/author/risgo/>

Universidad Pedagógica Nacional. (2019). Plan de desarrollo institucional 2022-2024.

Uribe, A. R. (2016). Consideraciones acerca de las competencias socioemocionales, págs. 22-30. En: A. Rendón Uribe, O. H. et al., *Competencias socioemocionales en el contexto escolar*. Antioquia: Universidad de Antioquia.

Bibliografía

Barcelona, U. d. (07 de octubre de 2019). *UNIBA*. Obtenido de UNIBA:

<https://www.unibarcelona.com/int/actualidad/noticias/que-es-la-educacion-emocional>

Benito, P., Elices, J., Francia, M., y García, B. (s.f.). *Cómo promover la convivencia*. Madrid: Editorial CEPE.

Castro, S. (13 de abril de 2023). *lepp*. Obtenido de lepp:
<https://www.iepp.es/introspeccion/>

Luque, E. O. (s.f.). *Metacontratas*. Obtenido de Metacontratas:

<https://www.metacontratas.com/blog/gestion-emocional-que-es-y-para-que-sirve/#:~:text=La%20gesti%C3%B3n%20emocional%20se%20puede,ajustarlas%20a%20nuestra%20estabilidad%20mental.>

Olvera, Y., Benjamin, D., & Alejandra, C. (2002). ¿Qué es la inteligencia emocional? en *Inteligencia emocional: Manual para profesionales en el ámbito industrial* (pág. 15). México D.F: Plazayvaldez.

Ridao, A. F. (26 de abril de 2022). *psicopartner*. Obtenido de psicopartner:

<https://www.psicopartner.com/represion-de-las-emociones-que-es-consecuencias-y-que-hacer-%EF%BF%BC/#:~:text=La%20represi%C3%B3n%20emocional%20consiste%20en,acto%20bastante%20autom%C3%A1tico%20e%20inconsciente.>

Rincón de la psicología . (s.f.). *Rincondelapsicologia* . Obtenido de Rincondelapsicologia : <https://rinconpsicologia.com/analfabetismo-emocional/>

Ruano, T., y Barriopedro, M. I. (s.f.). *IMPACTO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL SOBRE LAS EMOCIONES EN EL ÁMBITO*. Madrid: Universidad Europea de Madrid.

Sabana, U. d. (s.f.). *Unisabana*. Obtenido de Unisabana: <https://www.unisabana.edu.co/portaldenoticias/al-dia/que-son-las-redes-de-apoyo-y-cuales-existen-en-colombia/>

Anexos

Anexo a. Entrevistas competencias personales y Registro individual

| | |
|---|--|
| Edad | 12 |
| Entrevista competencias personales, realizada el 21 de julio del 2022 | <p>Kendy ¿Qué emociones conoces?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ehh... todas <p>Mencióname las que te acuerdas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eh... ¿Cómo le digo? <p>Lo que se te pase por la cabeza, no hay problema</p> <ul style="list-style-type: none"> - Feliz, alegría, esas dos <p>¿No se te vienen más a la cabeza? ¿no? Tristeza, miedo...</p> <ul style="list-style-type: none"> - Miedo... cuando estoy como en una finca y salen las brujas a asustar <p>¿Te han asustado las brujas? Okay, entonces si has experimentado el miedo, Ah bueno, otra pregunta sería ¿qué emociones identificas en ti? ¿Cuáles has experimentado?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Todas <p>Okay, entonces con todas te sientes identificada, pero dime una que sea la que más sientes y cuando las sientes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siento tristeza... <p>¿Sientes tristeza? ¿Y por qué sientes tristeza?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Porque nadie me acompaña <p>Y a eso te refieres... o sea ¿Nadie te acompaña? ¿Ni tu prima te acompaña? ¿no te sientes acompañada por ella?</p> <ul style="list-style-type: none"> - No, es toda ahí gritona <p>Okay, después vamos a hablar más de eso ¿vale?</p> <p>¿Qué tan constante eres si te propones una meta?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eh... eh... <p>¿No sabes qué tan constante eres? ¿Cuál fue la última meta que te propusiste?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eh... eh... eh... las cosas me las dicen y no me acuerdo <p>O sea ¿Tu papá te dice que tiendas la cama y se te olvida que tienes que tenderla?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jajajaja si <p>Okay, pero algo que tu quisieras haber hecho, o sea, que tu dijeras “no, voy a ahorrar 10.000 pesos para tal cosa” ¿no? ¿no te has propuesto nada así?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ah pues si <p>¿Si? ¿Qué fue lo último que te propusiste?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Yo siempre en mi vida ahorro <p>¿Siempre te qué? (no escuché)</p> <ul style="list-style-type: none"> - En mi vida ahorro |

| | |
|----------------------------|---|
| | <p>Ahhh</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tengo tres alcancías en la casa, lo único que tengo <p>Entonces si eres muy buena, cuando te propones algo intentas hacerlo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si, yo siempre le digo a mi prima que se ponga ahorrar para que se compre lo que quiera porque sino dice “que aburrimiento que nunca tengo plata” y sigue ahí con su música <p>Jaja Okay. Bueno... ¿Cómo sueles actuar cuando estas muy enojada?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ehhh... Fastidiosa <p>Fastidiosa... Pero ¿te pones roja? ¿te sale humo por las orejas? Jaja ¿quieres gritar? ¿O que haces?</p> <ul style="list-style-type: none"> - No, pues si alguien me grita pues le tengo que gritar, pero si (No comprendo que dice en esta parte) <p>Okay</p> <ul style="list-style-type: none"> - No me gusta pegarles <p>¿Y si estas muy alegre como actúas?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sonriendo, saludo a las personas, “hola como estas, no sé qué” <p>Te pones amable, te pones linda</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si, jeje <p>¿Qué haces en tu tiempo libre si te dejan sola en la casa?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues, la verdad, mi tiempo libre... horrible <p>¿Por qué?</p> <ul style="list-style-type: none"> - No mentiras, horrible no, bueno a veces. Algunas veces le quito el teléfono a ella (refiriéndose a la prima) porque es de las dos, para mirar, se lo quito, se pone brava y eso, siempre peleamos las dos. <p>O sea, son como hermanas las dos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si, ella me quiere, pero no se le nota que me quiere <p>Jajajaja</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eso hago en mi tiempo libre <p>Pelear con ella jajaja. Bueno esta pregunta tal vez pueda estar más complicada, pero respóndeme lo que se te pase por la cabeza, ¿Cuál crees que es tu misión en este mundo? O sea ¿Qué crees que viniste a hacer?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ehhh, yo vine a ser Cantante <p>¿Cantante? ¿y qué te gusta cantar?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reggaeton <p>Vee, ¿Vas a ser la próxima Karol G? ¿Si te gusta Karol G?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Me encanta jaja <p>Okay jaja, creo que por ahora seria todo ¿Vale?</p> |
| | DIARIO DE CAMPO |
| Descripción de lo que paso | Durante la entrevista percibí en ella una buena disposición, aunque a la vez miedo a responder, se le dificulta expresarse, pero lucha contra esa dificultad empujándose a hablar. |

| | |
|---|--|
| Comentarios | <p>Me genera inquietud aquello de que “Nadie la acompaña” aunque pregunté no quise escudriñar más porque no sabía con qué podía encontrarme, y estando sola no quería arriesgarme; No sé si con esto se refiere a que está mucho tiempo sin los padres en casa, o a que nadie la escucha... bueno, me queda la duda de a qué se refería exactamente. Una cosa que veo en ella y algunos otros, es eso de que “si me gritan, grito” “si me pegan, pego” no quiero darle ningún calificativo, pero por lo pronto me parece algo a resaltar.</p> |
| Conexiones con lecturas | <p>Competencias personales:</p> <p>Autoconsciencia: Da respuestas algo genéricas a algunas preguntas, lo cual me indica que no ha hecho consciencia de las emociones que surgen dentro de ella, aun así, logra identificar la tristeza y el por qué de esta (aunque yo no tenga muy claro esto). Complementando, en el ejercicio para la portada no logro hacer la lista de cualidades.</p> <p>Autovaloración: En un primer momento le costo identificar su constancia, o alguna meta que se hubiera propuesto. La autovaloración también se define como “el control sobre el mismo cuerpo” y al ver que el primer relacionamiento que hizo sobre su constancia o las metas fue las ordenes de sus padres, me indica una carencia de control.</p> <p>Autogestión: Con esto, cuando el accionar propio depende del accionar del otro, me queda la inquietud de qué tanto control se tenga sobre los propios actos, con esto de “si me gritan, grito”</p> <p>Autonomía: Aquí, relaciono también la respuesta a la pregunta sobre la constancia, hay que ver claramente, que aun es una niña, y bueno... como tal aún requiere instrucciones por parte de sus padres.</p> <p>Adaptabilidad emocional:</p> <p>Desarrollo humano:</p> <p>Según Marcia existen cuatro estados del desarrollo de la identidad en los adolescentes, y según lo relatado sobre Kendy existe la posibilidad de que ella se encuentre en un estado de difusión de la identidad pues cuando habla de que ella se encuentra sola por parte de sus padres este tipo de acciones hace que como adolescentes empiecen a crear inseguridades en sí mismos y una escasez de capacidades cooperativas, esto se puede ver reflejado cuando le quita el celular a su prima, aunque sabes que es de ambas realmente no le importa y ella lo toma para ella misma. Por otro lado, se debe tener en cuenta que ella intenta tener un compromiso con sus metas, pues le gusta ahorrar y tener para sus cosas, además de que tiene claro que quiere ser una cantante de reggaeton. Lo que también la podría ubicar en el estado de logro de identidad.</p> |
| Sesion 1: 21 de julio 2022, Portada bitácora | |
| | <p>En la primera indicación, sobre hacer la lista de cualidades Kendy no escribió nada, y a la hora de realizar el dibujo se vio forzada a hacer cualquier cosa tratando de dar cuenta de ellas, trate de ayudarla al verla desmotivada; intente hacer la lista con ella, pero era más lo que proponía yo que ella, escribí “graciosa, inteligente, protectora, cariñosa, ahorrativa, esto en base a lo hablado en la entrevista. Me preguntó al rato si mejor podía hacer una mujer, accedi y ya empezó con mejor cara a hacer la portada, empezó por el cuerpo, con pechos grandes, caderas anchas, tatuajes y en ropa interior, parece estar entrando en una etapa en la que busca expresar su sexualidad. Por cuestiones de tiempo no alcanzó a terminar el dibujo, se comprometio a traerlo la próxima sesión.</p> |

| | |
|--|---|
| | Sesión 2: 28 de julio 2022, identidad (habilidades, cualidades y valores) |
| | <p>Al momento de realizar los acuerdos cuando se le preguntó a Kendy fue bastante callada, luego le pregunté que a ella que no le gustaría que le hicieran y respecto a ello trata de buscar una solución, cuando pude leer su hoja dijo que ella quería ser escuchada. Durante el transcurso de la siguiente actividad no se notaba muy entusiasmada pues le tocó con brahyan y no habla mucho con él, pero lo que pude observar es que se llevó a cabo la instrucción a pesar de no querer estar con su compañero, aunque si creo no hablaron mucho. Ya por último hablando con ella le pregunté por su prima velky y me dijo que ella no había venido porque estaba haciendo oficio en casa, también me comentó que en su casa tiene a cargo a dos primitos pero ellos no le ponen cuidado y no le hacen caso, que le gustaría cambiar esto. Por último se les dijo que escribieran para ellos que era la felicidad y que era la tristeza, pero ella no quiso compartirlo con el grupo, considero que aún le cuesta abrirse un poco con los otros.</p> |
| | Sesión 3: 4 de agosto del 2022 , hoja de vida |
| | <p>Desde que llegamos Kendy se mostró muy contenta, parece estar muy cómoda con el espacio y con nosotras. A la hora de hacer la actividad tuvo bastantes inquietudes en cuanto a las preguntas y parece, que no fui muy asertiva a la hora de dar respuestas, ya que no logré darme a entender en varios puntos. De la actividad podemos observar que no tiene claridad sobre qué es la identidad, ni sobre el conjunto de habilidades, cualidades, valores, etc, que la caracterizan. También, la importancia de hacer consciencia sobre los factores externos que influyen sobre estas características.</p> |
| | Sesión 4: 11 de agosto 2022, genograma y círculo de confianza |
| | No asistió a la sesión. |
| | Sesión 5: 18 de agosto 2022, Arbol de problemas |
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Atención al/la otro/a: Desde que llegó Kendi estuvo muy entregada al espacio, pese a que no es muy de su agrado escribir, participo del cadáver exquisito sin protesta alguna ● Dinámicas de diálogo y consenso: Al parecer estaba peleando con Velky así que el diálogo que tuvieron fue muy poco, Alisson estuvo acompañándolas en todo momento para ayudarlas a llegar a acuerdos ● Problemática principal que identifican: La problemática principal para ellas fue la búsqueda de la identidad <ol style="list-style-type: none"> 1. Búsqueda de la identidad 2. Sentirse solas y no escuchadas 3. Anulación del cuerpo 4. Dificultad para conectar los rasgos... 5. Dificultad para reaccionar de manera asertiva... 6. Represión de emociones, pensamientos... 7. Escaso conocimiento frente a patrones 8. Dificultad para poner límites 9. Fracturas dentro del círculo 10. Escasa percepción e identificación de.... <p>(Las que están por colores fue las que agruparon)</p> ● Herramientas: |

| | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none"> 1. Búsqueda de la identidad Escritura/Juego 2. Sentirse solas y no escuchadas Escritura:Carta Corpografía 3. Anulación del cuerpo Análisis de problema Escritura: Canción 4. Dificultad para conectar los rasgos... Dialogo: Personal Juego de mesa 5. Dificultad para reaccionar de manera asertiva... 6. Represión de emociones, pensamientos... Juego: Movido Escritura:Carta 7. Escaso conocimiento frente a patrones 8. Dificultad para poner límites 9. Fracturas dentro del círculo Juego: Movido Dialogo: Personal 10. Escasa percepción e identificación de.... Corpografía Escritura: Poema |
| | Sesión 1: 25 de agosto de 2022, Percepción e identificación de emociones. |
| | No asistió |
| | Actividad complementaria, primer jueves del mes: 01 septiembre 2022 |
| | No asistió, se nos comento que está de trasteo. |
| | Sesión 2: 8 de septiembre de 2022, represión de emociones |
| | No asistió. |
| | Sesión 3: 29 de septiembre del 2022, emociones y corporalidad |
| | No asistió. |
| | Sesión 4: 06 de octubre del 2022, reconocer, soltar y sanar |
| | Se retiró del centro. |
| | Sesión 7: 10 de noviembre 2022, Deconstruyendo el amor romántico |
| | <p>Después de bastante tiempo de estar ausente, este día nos volvimos a encontrar con Kendy, llegó algo tímida, pero muy cariñosa y con cara amable como siempre.</p> <p>Lista de límites:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Que me golpeen • Que me engañe |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Que me humille • Que me trate mal • No maltrato XXX <p>Luego de la charla no agrego nada más a su lista</p> |
| | <p>Sesión 8: 17 de noviembre 2022, reconociendo mis redes de cuidado.</p> |
| | <p>Reconocimiento de redes de apoyo y transformación de espacios:</p> <p>Debido a que ella no había realizado el círculo de confianza, se decidió que antes de empezar la actividad programada para este día lo realizará ahí mismo, enseguida de ello se le indica que debe realizar el dibujo donde ella ubica su casa como un lugar incómodo o inseguro, pero al respaldo de la hoja no responde ninguna de la preguntas orientadoras, por otro lado tampoco dibuja a quién pondría en este espacio para que fuer mas seguro tampoco dibuja a nadie, solo empieza dibujar flores por la hoja.</p> <p>Reflexión:</p> <p>Se empieza haciendo reflexión fre sobre qué entienden por responsabilidad afectiva para incentivar el diálogo pero, ella no se encuentra en disposición de hablar y solo asiente con la cabeza, se habla teóricamente frente a la importancia de construir redes de apoyo y la importanci de que esto sean sanos para poder finalizar con la siguiente actividad.</p> <p>Redes de apoyo:</p> <p>Al igual que la actividad anterior ella no respondió las preguntas orientadoras.</p> <p>Al finalizar las actividades se abrió un espacio de tiempo libre y allí ella comienza a comentarme sobre su novio, como se llama que es mayor que ella, también me comenta que su hermano le dio permiso de ser novio hasta el otro año y que su mamá también le dio permiso de tener novio “pero que tuviera cuidado con abrir la piernas”, también se habló de lo iban hacer en vacaciones y habló d que iria de viaje a un lugar en sucre donde ella se crió.</p> <p>Nota: Me gusta mucho el hecho de que ella se reintegre al espacio pero, durante esta sesión se encontraba un poco dispersa y con muy pocas ganas de realizar el ejercicio, pero al momento de hablar se soltó completamente.</p> |
| | <p>Sesión 9: Soy porque somos, 24 de noviembre 2022</p> |

| | |
|--|-------------|
| | No asistió. |
|--|-------------|

| | |
|---|---|
| Edad | 14 |
| Entrevista competencias personales, realizada el 21 de julio del 2022 | <p>Santiago ¿Qué emociones conoces?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ira, tristeza, desagrado, alegría, miedo, y ya <p>¿Cuáles emociones identificas en ti? ¿en qué momento sientes que salen esas emociones a flote?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ehh... cuando, digamos, cuando un amigo me cambio por una compañera, por una chica, sabiendo que él es mi mejor amigo desde hace rato, eso me dio mucha ira y tristeza. <p>Okay, ira y tristeza ¿Esas son las emociones que más identificas en ti en este momento? ¿sí?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si, mucho <p>Okay, después vamos a abordar todo eso. ¿Qué tan constante eres si te propones una meta, Santiago?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Una meta... eh... pues yo me propongo una meta y es, aparte de terminar el colegio y de estudiar una buena carrera; quiero ser futbolista, quiero ser futbolista profesional algo como Messi y Ronaldo. <p>Estamos llenos de niños ambiciosos acá, muy bien, me parece muy chévere. ¿Entonces por ahora sientes que eres muy constante cuando lo haces? ¿Sí?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si <p>¿Cómo sueles actuar cuando estás muy enojado?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues... no como esas personas que se enojan y empiezan a tirar bonche y a (no entiendo) yo usualmente me quedo quieto y no hago nada, y cuando las personas saben que yo estoy bravo pues me dejan quieto ahí, y trato de no insultarlas ni maltratarlas <p>Jajaja Okay, o sea, mientras ellos no se lo busquen van a seguir vivos, jajaja.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jajaja exacto. Hace poco paso con mi primo, estaba malhumorado y él sabía, y me busco, y me encontró, y quedo traumatado desde ese día porque ahora que lo toco él se empieza asustar, y yo "ay, pero tranquilo no le voy a hacer nada" <p>Jajaja que tal, "Ahorita no estoy bravo"</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jajaja ahorita no estoy bravo, ahorita estoy bien. Bueno ya eso fue (No entendí) <p>Okay, yo también tratare de no sacarte el genio, lo prometo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jajaja, no tranquila profe, yo con usted no soy así <p>Entonces, la otra pregunta seria ¿Cómo te expresas o cómo sueles actuar cuando estás muy muy muy alegre? O alegre... bueno.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues... usualmente yo siempre estoy alegre, pero cuando estoy muy muy alegre es como... se me nota mucho el cambio en la |

| | |
|----------------------------|---|
| | <p>actitud, a mí me han dicho que cambio mucho la actitud cuando estoy alegre y si, la verdad es que sí; cuando estoy alegre, tengo mucha... tengo un cambio de actitud que es cuando me insultan o algo así, la verdad no me preocupa cuando estoy bien, estoy así (Sonríe)</p> <p>Y es que si eres bien risueño ¿Verdad?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jaja sí <p>Okay, la siguiente pregunta es ¿Qué haces en tu tiempo libre si te dejan solo en la casa? ¿Qué harías o que haces?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ehhh, pues cuando me dejan con el celular (no entiendo) juego y hablo con mis amigos, pero cuando no lo tengo y estoy supremamente aburrido cojo el balón y empiezo a jugar <p>Okay ¿y te gustan mucho los juegos? ¿Qué juegos... juegas? Valga la redundancia</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuáles? <p>De celular, me dices que coges hartito el celular</p> <ul style="list-style-type: none"> - Clash Royale, Free fire, Call of Duty, pues más que todo juegos en línea <p>Okay, y esta pregunta creo que ya me respondiste un poquito de esto, pero te la voy a hacer igual ¿Cuál crees que es tu misión en este mundo?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Está mi sueño de ser futbolista, y a parte de eso, pues... mi mamá me ha apoyado mucho y todo y pues quiero sacarla adelante, ella tiene un sueño, que es comprar un carro y si no puede en este año, en el próximo, cuando yo tenga mi carrera pueda comprarle el carro que ella quiere, y todo lo que quiera <p>Y ya... este año... ¿estás en once? ¿Cuándo acabas?</p> <ul style="list-style-type: none"> - No, yo estoy en séptimo <p>Ay, yo dije... como dijiste que el otro año Jajaja y yo...</p> <ul style="list-style-type: none"> - O sea, si, me refería no al colegio, pero si... a... si, a comprar el carro, si no se puede este año <p>Okay</p> <ul style="list-style-type: none"> - Porque perdí el año <p>Muchachito... eso no va a volver a pasar ¿Cierto?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cierto <p>Muy bien. Bueno Santi, yo creo que eso sería todo</p> |
| DIARIO DE CAMPO | |
| Descripción de lo que paso | Santiago llego al espacio "obligado" por un amigo (Yulian) Aun así, desde el principio estuvo en total disposición, a la hora de hacer la entrevista él mismo se ofreció a ser el siguiente, contribuyo a que el tiempo que estuvimos allí fuera ameno y fue de los chicos que más se prestó para hablar. Fue el primero en terminar la portada, entre una cosa u otra empezamos a hablar y me comento situaciones de su vida sentimental. |
| Comentarios | Percibo una gran necesidad de ser escuchado, aun así, se cuida de no demostrarlo de más, por cómo se comportó durante la sesión, da la |

| | |
|--|---|
| | impresión de que en serio quería estar allí, pero recordemos que llego "obligado". |
| Conexiones con lecturas | <p>Competencias personales:</p> <p>Autoconsciencia: Logra identificar varias emociones y aterrizarlas en su cotidianidad, de alguna forma reconoce las limitaciones internas, pero aún carece de herramientas para gestionar esas emociones. En el taller para la portada, fue el primero en hacer la lista de cualidades.</p> <p>Autovaloración: Por las situaciones a nivel sentimental que ha estado experimentando puedo vislumbrar lo afectado que está en relación con su autoimagen y el dominio de sus emociones. Por otro lado, parece tener confianza en sus capacidades de actuar sobre su propia vida.</p> <p>Autogestión: Por el relato de lo sucedido con su primo, observo una falta de control y dominio sobre sus actos, logra identificar que cuando está enojado debe darse su espacio, pero de verse interrumpido esto, no logra contenerse.</p> <p>Autonomía: En este punto considero que la pregunta hecha quizá no era la más acertada, ya que podía dar o no dar respuesta a esto de la "autonomía". Una de las características de la autonomía es el "uso responsable de la libertad" ¿Jugar Free Fire es un uso responsable de ella? Diría que sí, pero no sé qué tan autónomo lo hace.</p> <p>Adaptabilidad emocional:</p> <p>Desarrollo humano:</p> <p>Santiago cuando empieza a responder las preguntas se ve bastante abierto y cómodo al hablar de él y las metas que tiene con su madre lo que refleja que tiene un buen relacionamiento con ella, además de que tiene claras sus metas por ello se considera que el se encuentra en un estado de de logro de identidad, si bien tiene crisis estás a su vez lo conducen a crear compromisos y metas, haciendo que seguridad al momento de tomar decisiones.</p> <p>Además en esta etapa (adolescencia) es muy común que ellos no sepan la manera adecuada de expresar sus emociones debido a que por lo general actúan por impulso esto gracias a la amígdala, pues está es nuestra parte más primitiva la cual suele actuar por impulso sin importar la consecuencia, es por ello que actuó de esa manera con su primo. Pero él ya sabe que esta acción no es algo que se deba repetir y que no es correcta.</p> |
| Sesión 1: 21 de julio del 2022, Portada bitacora. | |
| | De las indicaciones dadas la que atendió fue la de escribir 3 cualidades , escribió: pendejo, comediante o gracioso y distraído. El dibujo lo hizo solamente en lápiz, decidió no hacer uso de los colores, realizó varios trazos haciendo una forma que ni él mismo podía darle un nombre, lo relaciono con un pokemon, pero lo cierto es que dibujó a "la loca". Parece una criatura entre hojas, un tanto sombría, fue el primero en acabar el dibujo. su firma fue "Del picaso Ellith Santiago Duarte Tique" |
| Sesión 2: 28 de julio 2022, identidad (habilidades, cualidades y valores) | |
| | Santiago durante está sesión estaba menos receptivo y solo queri tocar la guitarra, realmente fue difícil hacer que hablara en la primera parte de la sesión (acuerdos) al momento de realizar la actividad "yo soy, yo creo" fue un poco más receptivo pues su compañero era su mejor amigo, entonces lo tomaron como un reto de quién sabía más de quién, y eso hizo que el desarrollo fuera bueno. Pero apenas acabo de distrajo de |

| | |
|--|--|
| | <p>nuevo y solo quería estar con su guitarra, además que llegó la novia de Yulian la cual también hizo que se dispersará un poco más. En la siguiente indicación (¿Que es para ti la felicidad? ¿Que es para ti la tristeza?) aunque la realizó a mi manera de ver lo hizo muy por salir del paso y no se tomó el tiempo adecuado para ejecutarla.</p> |
| | <p>Sesión 3: 4 de agosto de 2022, hoja de vida.</p> |
| | <p>Pudimos observar a Santiago interesado en la actividad y muy concentrado a la hora de hacerla, tuvo algunas preguntas, pero en terminos generales bien. De Santiago, podemos observar que (i) Tiene dificultades a la hora de entender a los demas (ii) No Reconoce qué es la identidad (iii) Se hace participe de su propia crianza (iv) Se tiene a sí mismo en buena estima y confía en sus capacidades (v) Le da una importancia relevante a sus relaciones interpersonales</p> |
| | <p>sesión 4: 11 agosto de 2022 "Genograma y círculo de amistad"</p> |
| | <p>Durante la sesión santiago realizó las actividades pero cada que termina una de las instrucciones él se quedaba pensando al aire o acostado sobre la mesa esperando que más le decían, además al momento de responder las preguntas del genograma se les dificulto, pues no identificaba ningún momento bueno con su familia, además que el no alcanzo a explicarnos detalladamente su genograma.</p> <p>Observaciones: Dentro de la interpretación de su genograma el ubica a sus dos padres, su mamá tiene 35 años, indicando que ella tiene otro hijo pero no le pone nombre ni edad, por otro lado dibuja a una hermana y un hermano de su madre donde la mujer tiene dos hijas y un hijo, el señor tiene una sola hija. Por el lado de su padre el cual tiene 33 años ubica también a un hijo pero tampoco le pone nombre ni edad, dibuja dos círculos indicando que su papá tiene dos hermanas, una de ellas tiene dos hijas y un hijo, la otra tiene una hija y dos hijos. por último ubica a su mascota, pero tampoco le pone nombre.</p> <p>Cómo segunda parte hablaremos del tipo de relacionamiento y prácticas de cuidado que él tiene con sus familiares:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Excelente: Esta relación la tiene con su mamá además que también resalta que entre ambos se cuidan, por otro lado su otra relación es con su mascota indicando que él es quien cuida. - Buena: aca solo tiene una relación, que es con una de sus tías por parte de mamá, pero no indica cuidado de ninguna de las dos partes. - Distante pero buena: tiene tres relaciones en este lugar a sus dos tías por parte de papá y a su tío por parte de mamá, tampoco indica cuidado de ninguna de las dos partes. - Distante: acá solo existe una relación que la que tiene con su padre, indicando que lo cuidan. <p>con ello podemos evidenciar que aunque santiago reconoció a sus tíos por ambas partes no tenía mucho interés para realizar su genograma, pues ni siquiera le puso nombre a sus papás y a sus tíos no les coloco ni nombres ni edad, además que no indico tener algún relacionamiento con alguno de sus primos o hermanos. por último al responder la pregunta un momento significativo con su familia le costó demasiado, lo que nos</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>podría decir que el tipo de relacionamiento y prácticas de cuidado con su familia es un poco distante.</p> <p>Segunda actividad: Círculo de confianza.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Círculo de intimidad: Aca ubica a cinco personas que es su mejor amigo Yulian, victoria, Andrés, Juan pablo y luis, además que les hace un pequeña descripción a cada uno del porque se encuentran ubicados allí. - Círculo de confianza media: aca solo ubica a Juan David. - Círculo de poca confianza: él escribe a una chica llamada Angie. - Círculo de muy poca confianza: aca ubica tres personas a Alisson, Alarcon y Paula. - Círculo de desconfianza: en este último espacio ubica a Sara y Laura donde describe a Laura es una persona hipócrita y fastidiosa. <p>En este ejercicio pudimos observar que el tiene buenos relacionamientos con sus amigos, pues a ellos si les coló a cada uno su nombre además de realizar una descripción del por que pertenecen o no a su círculo de confianza. dando evidencia que su relacionamiento es muchísimo mejor que el que tiene con su familia.</p> |
| <p>Sesion 5: 18 de agosto del 2022, Arbol de problemas.</p> | |
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Atención al/la otro/a: A la par que estaba realizando el árbol estaba jugando junto a Kamila y David, pese a eso siento que en este ejercicio estuvo más atento que en los demás. ● Dinámicas de diálogo y consenso: Junto a Luis mas que dialogar se repartieron tareas, para el arbol se acogían a lo que digiera el otro si entrar en una reflexión, fue sobre todo cuando me acerque a preguntarles que se detuvieron a pensar en el orden que habian dado a las problemáticas. ● Problemática principal que identifican: Dificultad para poner limites en entornos sociales y familiares <ol style="list-style-type: none"> 1. Dificultad para poner limites en entornos sociales y familiares 2. Busqueda de identidad 3. Represion de emociones... 4. Escasa percepcion e identificación... 5. Anulación del cuerpo... 6. Dificultad para conectar los rasgos de su identidad... 7. Sentirse solos y no escuchados 8. Dificultad para reaccionar de manera asertiva... 9. Escaso conocimiento frente a patrones... 10. Fracturas dentro del circulo familiar ● Herramientas: En este punto Luis y Santiago no pusieron atención a las indicaciones, más que no entender, no escuchan lo que se |

| | |
|--|--|
| | les pide, por ultimo casi obligados, pusieron que para todo lo anterior querian escribir |
| | Sesión 1: 25 de agosto de 2022, Percepción e identificación de emociones. |
| | Se charla con él, si realmente quería pertenecer al espacio, expresa que si le gusta el espacio, quiere estar en los talleres de música. |
| | Se retiró del programa |

| | |
|---|---|
| Edad | 11 |
| Entrevista competencias personales, realizada el 21 de julio del 2022 | <p>Velky, ¿Qué emociones conoces?</p> <ul style="list-style-type: none"> - (Silencio) <p>¿Ninguna?</p> <ul style="list-style-type: none"> - No <p>Okay, cuando le dices a tu mamá o a tu papá que te sientes de X manera es... una emoción, si ¿Qué has sentido últimamente?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Yo no le digo eso a mi mamá <p>¿Nunca le dices a tu mamá o a tu papá como te sientes? ¿Por qué?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Porque no <p>Okay... ¿Y a alguna persona le dices cómo te sientes?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Silencio <p>¿A quién? ¿A tu prima?</p> <ul style="list-style-type: none"> - No, a mi papá <p>A tu papá, o sea no hablas mucho con tu mamá, pero si con tu papá.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si <p>Bueno, precisamente esas son las emociones lo que compartes con él, entonces alegría, tristeza, miedo, ira... ¿Si? ¿Con cuales emociones te sientes más identificada?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ehh... a veces con ira <p>¿Con la ira? ¿Y en qué momento sientes que se desemboca esa ira? O sea ¿por qué?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Me sacan la rabia, no sé por qué <p>Y te da rabia situaciones como la que me contabas ahorita ¿Si? Como esa</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si <p>Bueno ¿Qué tan constante eres si te propones una meta?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplirlas todas <p>O sea ¿Si eres muy constante cuando te propones algo?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si <p>¿Cómo sueles actuar cuando estas muy enojada?</p> <ul style="list-style-type: none"> - No me junto con nadie |

| | |
|----------------------------|---|
| | <p>No hablas, como que te aíslas ¿Si? - Si</p> <p>¿Y cuando estas muy alegre? - Pues... me dan ganas de correr y gritar</p> <p>¿Entonces se refleja en tu cuerpo? ¿Cómo que te pones más abierta con la gente? - Si</p> <p>¿Qué haces en tu tiempo si te dejan sola en la casa? - Nada, dormir</p> <p>O sea, no... te escapabas, te sales, haces bochinche, esperas hasta que lleguen tus papas - Si</p> <p>Okay, esta pregunta siento que es un poco compleja, pero me dices lo que se te pase por la cabeza ¿Cuál es tu misión en el mundo? ¿Qué sientes que viniste a hacer? - A cuidar las personas</p> <p>¿A cuidar las personas? ¿A quién vas a cuidar? - A mi mamá, mi papá, mis hermanos, y ya.</p> <p>¿Y ya? Ah bueno, pues yo creo que eso sería todo por ahora Velky ¿Vale?</p> |
| DIARIO DE CAMPO | |
| Descripción de lo que paso | Velky muy al contrario de los demás, estaba muy, muy indispuesta con el espacio, desde el principio busco la forma de salirse, pero en cierto momento algo hablo con Kendy (Que es la prima) y mejoro su actitud. A la hora de empezar la entrevista, antes de todo, intente dialogar con ella sobre el por qué no quería estar con nosotras, me contó que sentía que no la escuchaban y que esto se debía a que cuando alguien le tocaba la cola o le robaba un beso, en la fundación no hacían nada, claramente me sorprendí muchísimo, le pregunté si quien hizo eso estaba ahí con nosotras y dijo que no, que estaba en la oficina con Tatiana (Esto me da a pensar que Tatiana si intervino de alguna manera, pero quizá para Velky no fue suficiente). Le exprese que en este espacio siempre íbamos a estar dispuestas a escucharla, que apreciábamos mucho su presencia ahí y que la idea de todo era que pudiéramos construir juntas. |
| Comentarios | Hay algo que me llama mucho la atención de la entrevista, cuando le pregunte sobre cómo se manifiesta su enojo, su respuesta fue "No me junto con nadie", lo curioso de esto, es que es supremamente callada y aislada de todos sus compañeros, esto me lleva a preguntarme ¿Siempre está enojada? Y de ser así ¿Por qué? |
| Conexiones con lecturas | <p>Competencias personales:</p> <p>Autoconciencia, autovaloración, autogestión, autonomía, adaptabilidad emocional: Considero que: No logra identificar, o no gusta de compartir, sus emociones, sus recursos, capacidades o limitaciones internas. Cumplió con responder las preguntas en la entrevista, pero le cuesta muchísimo abrirse a las personas, de modo que lo que logro deducir es más por lo que percibo de lo que dijo, que por lo que dijo. Tiene una actitud de resignación, ante todo, de fastidio, y</p> |

| | |
|--|---|
| | por lo que noto, no solo frente a docentes sino también ante sus compañeros. |
| | Sesión 1: 21 de julio del 2022, portada bitácora. |
| | La lista de cualidades de Velky, al igual que la de Kendy estaba en blanco, de igual manera trate de ayudarla con ello, pero la verdad fue mucho más difícil, Velky es demasiado callada y muy cerrada a la gente. Su dibujo consiste en un sol y dos nubes, cuando me acerque a hacer la lista logre llegar a escribir "soñadora y alegre", le pregunté que qué se le venía a la cabeza con "soñadora" dijo que una policía, pero no quiso dibujarla, tuve que negociar con Brahyan para que él la hiciera, luego de pintarla, se negó a dibujar más |
| | Sesión 2: 28 de julio del 2022, identidad (habilidades, cualidades y valores). |
| | No asistió, su prima Kendy dice que se tuvo que quedar en casa haciendo oficio. |
| | Sesión 3, 4 de agosto del 2022, hoja de vida. |
| | Velky llegó a esta sesión con muy buena disposición hacia las actividades, el semblante del rostro se le veía muy diferente, no sabemos si haya relevancia en el hecho de que se pintó el cabello y lo traía liso o tal vez esto de debió por la presencia de su amiga Alisson en el grupo, lo cierto es que nos dejó muy sorprendidas y nos llenó mucho de felicidad verla así. En cuanto a la actividad, aunque estaba en disposición a hacerla, no fue mucho lo que nos compartió, fue muy precisa en sus respuestas podemos observar que: (i) No evidencia las dificultades que tiene a la hora de relacionarse (ii) no tiene nociones sobre lo que es la identidad (iii) Reconoce sobre todo sus características físicas para diferenciarse de los/as demás (iv) Logra reconocer sus falencias |
| | sesión 4: 11 de agosto del 2022 Genograma y círculo de confianza. |
| | A diferencia de otras sesiones ella se encontraba muy receptiva para realizar las actividades, aunque ella no es mucho de participar. Al final sí expresó que no quería escribir más, porque ya estaba cansada, se le preguntó si le gustaría hacer este tipo de taller o otro tipo a lo que respondió que le gustaría hacer un juego un poco más movido. |
| | observaciones: |
| | Respecto a su genograma ella al igual que varios de los otros/as chicos/as no ubico a su papá como figura paterna, puso a su padrastro el cual tiene 55 años pero ella no conoce a nadie por parte de él. |
| | Al otro lado ubica a su mamá que tiene 32 años de edad la cual tiene dos hermanas, una tiene 45 y es mamá de una niña y dos niños, la otra tiene 31 la cual es mamá de tres hijos y una niña y al último que dibuja es a un hermano de su mamá, él no tiene ningún hijo. Por último ubica a sus abuelos maternos. |
| | Cómo segunda parte hablaremos del tipo de relacionamiento y prácticas de cuidado que ella tiene con sus familiares: |
| | - Excelente: Acá ubica la relación con sus abuelos maternos indicando que ella es quien cuida, a otra persona con quien tiene excelente relación es con su mamá indicando que la cuidan. |

| | |
|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Buena pero distante, en esta relación ubica a cinco de sus primos pero no expresa ningún tipo de cuidado. - Complicada, acá ubica a sus dos tías y a su prima Kendy, tampoco expresa ningún tipo de cuidado de ninguna parte, por último ubica a su padrastro expresando que él es quien cuida. <p>Ella es una chica muy cerrada a mostrar algún tipo de emoción o sentir, aunque si bien realizó la actividad le costó mucho identificar a varios de su primos he incluso aunque toma a su padrastro como referente paterno dice no tener ninguna relación familiar por parte de él, además de que tiene una relación complicada.</p> <p>Segunda actividad: Círculo de confianza</p> <ul style="list-style-type: none"> - círculo de intimidad, acá ubica a Alisson que es una amiga del colegio y con la cual también se encuentra en redes, en el también ubica a su abuelo Medino pues él fue quien la cuidó de pequeña, - círculo de confianza media, colocó a su mamá y a dos personas más pero luego las tachó. - círculo de desconfianza, acá ubico a su prima Kendy diciendo que ella le hizo algo que la puso a llorar <p>Ella solo realizó tres círculos donde en uno ubica a su abuelo materno con el cual tiene una excelente relación además que se puede evidenciar que lo quiere demasiado, por otro lado aunque tiene una excelente relación con su mamá no le tiene mucha confianza. Por último queremos resaltar que creíamos que ella tenía una buena relación con su prima Kendy, pero se puede observar que no le tiene nada de confianza, pero dentro del centro ellas se la pasan juntas. Es por ello que nos cuestionamos si será que la fractura se creó recientemente o viene de antes y ella tan solo disimula estar bien para evitar sentirse sola.</p> |
| <p>Sesion 5: 18 de agosto del 2022, Arbol de problemas.</p> | |
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Atención al/la otro/a: Al parecer Velky llevo al espacio acongojada por algo, en el momento en que llevo su turno se quedo con la hoja en la mano como con cara de angustia, y tal vez al sentirse muy presionada casi se poner a llorar, Alisson se acerco a ella y logro contenerla. ● Dinámicas de diálogo y consenso: Al parecer estaba peleando con Kendy asi que el diálogo que tuvieron fue muy poco, Alisson estuvo acompañandolas en todo momento para ayudarlas a llegar a acuerdos ● Problemática principal que identifican: <ol style="list-style-type: none"> 1. Búsqueda de la identidad 2. Sentirse solas y no escuchadas 3. Anulación del cuerpo 4. Dificultad para conectar los rasgos... 5. Dificultad para reaccionar de manera asertiva... 6. Represión de emociones, pensamientos... 7. Escaso conocimiento frente a patrones 8. Dificultad para poner limites |

| | |
|--|---|
| | <p>9. Fracturas dentro del círculo 10. Escasa percepción e identificación de....</p> <p>● Herramientas:</p> <p>1. Búsqueda de la identidad Escritura/Juego</p> <p>11. Sentirse solas y no escuchadas Escritura:Carta Corpografía</p> <p>12. Anulación del cuerpo Análisis de problema Escritura: Canción</p> <p>13. Dificultad para conectar los rasgos... Dialogo: Personal Juego de mesa</p> <p>14. Dificultad para reaccionar de manera asertiva... 15. Represión de emociones, pensamientos... Juego: Movido Escritura:Carta</p> <p>16. Escaso conocimiento frente a patrones</p> <p>17. Dificultad para poner límites</p> <p>18. Fracturas dentro del círculo Juego: Movido Dialogo: Personal</p> <p>19. Escasa percepción e identificación de.... Corpografía Escritura: Poema</p> |
| | Sesión 1: 25 de agosto de 2022, Percepción e identificación de emociones. |
| | No asistió. |
| | Actividad complementaria, primer jueves del mes: 01 septiembre 2022 |
| | No asistió, se nos informan que esto se debe a un trateo |
| | Sesión 2: 8 de septiembre de 2022, represión de emociones |
| | No asistió. |
| | Sesión 3: 29 de septiembre del 2022, emociones y corporalidad |
| | No asistió |
| | Sesión 4: 06 de octubre del 2022, reconocer, soltar y sanar |
| | Se retiró del centro. |
| | Sesión 7: 17 de noviembre de 2022, reconociendo mis redes de cuidado. |
| | <p>Reconocimiento de redes de apoyo y transformación de espacios:</p> <p>Ella al igual que kenny no tenía su círculo de confianza por lo tanto se realiza en este momento, cuando se le indica que</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>realice su dibujo de un lugar inseguro o incomodo le cuesta y hace varias cosas y luego las borra a la final hace varias casas con calles, a las preguntas orientadoras solo responde que es un lugar donde la escuchan y la hacen sentir insegura. para el segundo momento si ubica alguien dentro del lugar pero no recuerdo exactamente a quien.</p> <p>Reflexión:</p> <p>Ella al igual que kendy no se encuentra en disposición de hablar sobre el tema que se estaba reflexionando es como si estuviera aburrída.</p> <p>Redes de apoyo:</p> <p>Este ejercicio no lo realizó, no parecía estar cómoda dentro del espacio. Al finalizar el espacio en el tiempo libre ella se quedó junto a kendy y no quiso participar de las fotos de las otras chicas.</p> <p>Nota: Nos hubiera gustado ver el proceso de ella durante cada sesión, de pronto nos hubiera dado la oportunidad de conocer un poco más sobre su mundo, pero debido a su situaciones personales no fue posible.</p> |
| | Sesión 9: Soy porque somos, 24 de noviembre 2022 |
| | No asistio |

| | |
|---|--|
| Edad | 11 (Para doce) |
| Entrevista competencias personales, realizada el 21 de julio del 2022 | <p>¿Qué emociones conoces Brahyán?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ira, tristeza, felicidad, ehh... por ahora esas <p>Okay ¿Y con cual de esas (o si se te ocurren más) más te identificas?</p> <ul style="list-style-type: none"> - La ira, tristeza y felicidad <p>¿Y por qué te identificas? O sea, con cada una ¿cómo te identificas? ¿en qué momento las sientes?</p> <ul style="list-style-type: none"> - La ira, cuando una persona me hace molestar y no me sé controlar tan bien, la tristeza, cuando pasa algo malo me deprimó mucho y la felicidad por alguna cosa buena que pasa <p>Okay, ¿y todas las has sentido últimamente? ¿En los últimos tiempos?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si <p>Okay... Brahyán ¿Qué tan constante eres cuando te propones algo?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues la mayoría excepto que me enferme o no me puedan traer a alguna parte, por cosas que pasan <p>Okay ¿Y cuál fue la última meta que lograste?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mi última meta... mi última meta... Cuando en el colegio... cuando yo cumplí este, una promesa con unos amigos, de que, |

si el primero o el que ganara, una competencia ahí... yo fui el que quede de segundo

Okay ¿Y querías ganar? Ah, Jajaja

- Si jaja

Pero bueno, quedaste cerca. La siguiente pregunta seria ¿Cómo sueles actuar cuando estás muy enojado? ¿Qué pasa en tu cuerpo?

- Cuando estoy molesto, este... empiezo... con las manos empiezo a apretarlas y los dientes a... o sea.

Cómo a carrapearlos ¿si?

- Si

Okay ¿Y eres reaccionario o solo eres de quedarte quieto ahí y mmm? ¿o qué haces?

- Ambas

¿Dependiendo de que tan bravo estes?

- Dependiendo de que tan bravo esté

Okay, ¿y cuando estás feliz?

- Pues normal, como la mayoría de veces

¿O sea que la felicidad no se te nota tanto como el enojo?

- Si, porque la mayoría siempre estoy feliz, normal

¿Tú qué crees que es la felicidad? ¿Por qué sabes que la mayoría de veces estás feliz?

- Porque no me causa ira, tristeza u otros sentimientos y no estoy mal con otras personas

Okay ¿Entonces la felicidad es la ausencia de tristeza?

- No

¿No? Perdón entendí eso, o sea como que sabes que estás feliz porque no estas triste ni enojado

- Si

¿Sí? Okay, ¿Qué haces en tu tiempo libre si te dejan solo en la casa?

- Me la paso dibujando

Ah ¿Te gusta dibujar hartoo?

- Si

Qué bueno, vamos a tratar de dibujar hartoo acá. Ultima pregunta que me parece que es la más difícil de contestar si uno se la piensa mucho y es: ¿Cuál crees que es tu misión en este mundo?

- Ayudar a las otras personas

Okay ¿Y has pensado como podrías ayudarlos?

- Si me volviera presidente o alcalde podría ayudar a las personas que está en la calle, ayudar a darle una vivienda

Okay tu ambición es ser presidente o alcalde ¿Esa es tu meta?

Mi meta

Okay, vale, está interesante, por acá son bien ambiciosos por lo que he visto, bueno gracias, eso sería todo.

| DIARIO DE CAMPO | |
|---|--|
| Descripción de lo que paso | Brahyan es un niño muy juicioso, siempre está en buena disposición y presto a seguir indicaciones. |
| Comentarios | Me pregunto si ser de este modo está en su naturaleza o actúa mecánicamente buscando siempre la aprobación de los adultos. |
| Conexiones con lecturas | <p>Competencias personales:</p> <p>Autoconsciencia: Logra identificar emociones y utilizarlas en su cotidianidad.</p> <p>Autovaloración: Se percibe mucha confianza en él, asimismo, persistencia en sus actos.</p> <p>Autogestión: Demuestra tener control interno</p> <p>Autonomía: Acá, resaltando que se trata de un niño de 11 años, puedo evidenciar que el cumplir sus metas depende de la disponibilidad de un tercero, de alguna manera, aún así, con el desarrollo de su tiempo libre puedo observar autodeterminación y un uso responsable de su libertad.</p> <p>Adaptabilidad emocional: Me parece muy interesante la respuesta que da a esta última pregunta, no se enfoca únicamente en un desempeño laboral, sino que demuestra sensibilidad ante la injusticia social, además de eso, ocupa una posición activa en su inferencia en el mundo.</p> <p>Desarrollo humano:</p> <p>Aunque Brahyan no menciona la relación con sus padres, se puede evidenciar es un chico que ha recibido bastantes cuidados, además de que cuando habla de sus metas las tiene bastante claras, esto resaltando sus altos niveles de desarrollo del yo, seguridad en sí mismos y un buen desempeño lo que hace que el de encuentre en un estado de logro de identidad.</p> <p>No sé puede dejar de lado que aunque parece que tiene una bases sólidas, el apenas se encuentra entrando a esta etapa de adolescencia, dónde tendrá más preguntas que respuestas y depende quien logró resolverlas se va ir desenvolviendo su personalidad e identidad.</p> |
| Sesion 1: 21 de julio del 2022, portada bitácora. | |
| | De Brahyan no logre obtener la lista de cualidades, entre todo el desorden del día para ser sincera, no sé si la realizó o no. Como exprese anteriormente, es un niño bastante juicioso y participativo, pero lo que logró notar, es que es muy disperso, inicio haciendo un dibujo que parece ser alguien viendo una puesta de sol, y terminó luego por hacer un Goku, ninguno de los dibujos los termino y además, me pidio que si podía traer otro dibujo la próxima clase, Al igual que los demás sus dibujos no tenían mucho que ver con sus cualidades, sino más bien con sus gustos personales. |
| Sesión 2: 28 de julio del 2022, identidad (habilidades, cualidades y valores). | |
| | El fue bastante receptivo frente a las indicaciones dadas, pero a su vez un poco acelerado por acabar, la verdad no le pregunté si se sentía aburrido o quería hacer otra actividad pues también andaba pendiente de que los otros terminaran la actividad, pero será un punto a tener en cuenta para más adelante, además cuando estábamos haciendo la retroalimentación de que dificultades, retos o si fue fácil para ellos realizar la actividad el dijo algo bastante valioso, pues dijo que para el no fue difícil |

| | |
|---|---|
| | <p>describir a su compañera, que aunque no sean muy cercanos sus acciones son muy dicentes. El de alguna manera leyó el cuerpo de su compañera y de allí sacó la información, eso es un aporte muy valioso a nuestro proyecto de investigación, pues varios estuvieron de acuerdo con el.</p> |
| <p>Sesión 3: 04 de agosto del 2022, hoja de vida.</p> | |
| | <p>Brahyan hasta el momento, siempre ha llegado con muy buena disposición a realizar las actividades, aunque al acabar y no mantenerlo ocupado se pone muy inquieto y se une junto a David a molestar. En cuanto a la actividad, podemos observar que (i) Le cuesta socializar con otros/as (ii) No tiene nociones de lo que es la identidad (iii) Tiene idea de lo que lo caracteriza, de lo que quiere lograr y de cómo ha influido su familia en su personalidad (iv) Tiene una buena relación con su familia</p> |
| <p>Sesión 4: 11 de agosto, genograma y círculo de confianza.</p> | |
| | <p>Durante el transcurso de la sesión realizó las actividades según lo indicado, pero cada que terminaba alguna de las indicaciones dadas, él comenzaba a jugar en su celular, por lo que toco decirle varias veces que lo dejara a un lado para que siguiera con la siguiente actividad.</p> <p>Observaciones:</p> <p>Cuando se le indica que debe colocar a su papá dentro de su genograma el expresa que no lo conoce, además que su única figura paterna es su padrastro, reconociendo a su vez que su padrastro tiene un hermano el cual tiene dos hijos y una hija, además también dibuja a la hermana de su padrastro la cual tiene dos hijas y un hijo. Por último por parte de su padrastro dibuja a los papás identificandolos como sus abuelos.</p> <p>Por parte de su madre solo reconoce a su hermano menor el cual es hijo también de su padrastro y a sus abuelos.</p> <p>Cómo segunda parte hablaremos del tipo de relacionamiento y prácticas de cuidado que él tiene con sus familiares:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Excelente: acá ubica a sus abuelos maternos y paternos, resaltando también que existe un cuidado de parte y parte. por otro lado también se encuentra su madre con la cual existe un cuidado mutuo. Él resalta a los hijos de su tíastra, señalando que él es quien cuida, por último encontramos a su padrastro dónde a él lo pone como cuidador. - Complicada: en este lugar se encuentra la hermana de su padrastro, acá el no ubica ningún tipo de cuidado de alguno de los dos lados. <p>fue bastante curioso que por mas que le insiste en que dibujara a su papá él se niega en que no lo quería dentro de su genograma, pues él lo abandonó a los cuatro años, pero nos preguntamos si es que tipo de abandono tuvo su padre con él para no querer ni siquiera ubicarlo dentro del núcleo familiar. por otra parte se puede ver que pese a las dificultades económicas el tiene una familia bastante unida y que su padrastro lo ha acogido como un hijo al igual que sus padres.</p> <p>Segunda actividad: Círculo de confianza.</p> |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Círculo de intimidad, en este espacio ubica a Said que es su mejor amigo pues es una amistad que se construyó a medida del tiempo y además de que les gusta las mismas cosas. - Círculos de confianza, acá coloca a David que es uno de sus compañeros de redes y es con quién más comparte tiempo en este lugar. - Círculo desconfianza, a quien escribe en este lado es a su papá, explicando que él no está pendiente, además de que lo abandonó cuando él tenía cuatro años. <p>Como se mencionó anteriormente el chico que al parecer tiene relaciones familiares y de amistad muy buenas, pero el relacionamiento con padre si se ve que está muy fracturada debido al abandono por parte de este, es por ello que nos quedamos con la duda si esto es algo que realmente le afecta dentro de su desarrollo de identidad o realmente no le afecta y tan solo corto con el vínculo que pueda tener con su padre.</p> |
| | Sesión 5: 18 de agosto del 2022, Arbol de problemas. |
| | No asistió |
| | Sesión 1: 25 de agosto de 2022, Percepción e identificación de emociones. |
| | |
| | Actividad complementaria, primer jueves del mes: 01 septiembre 2022 |
| | <p>Siento que durante esta sesión estuvo mucho más perceptivo, aún así podemos ver en él un niño muy hiperactivo al que genuinamente le cuesta prestar atención, aún así, parece estar muy cómodo en el espacio y con todos alrededor.</p> <p>Considero que también prefiere hacer las cosas en su casa, o tratar de entregarlas lo mejor posible, en esta ocasión también me manifestó que si podía hacer un nuevo dibujo y traerlo la próxima clase; me negué, ya que no se me hizo necesario, ya había realizado su dibujo.</p> <p>1. Lograr que los/as NNA hagan memoria de dónde ubican sus emociones a nivel corporal: Cabeza: Miedo y felicidad Boca: Asco Hombros: Tristeza y sorpresa Manos: ira</p> <p>Se tomó el trabajo de pensarse las emociones, y su ubicación, pero en algunos casos puedo percibir (en varios realmente) que es difícil desligar la emoción de la conducta</p> |
| | Sesión 2: 8 de septiembre de 2022, represión de emociones |
| | <p>Reflexión: la empatía y el enojo cadáver exquisito: Este se realizó por una construcción colectiva, el cada integrante del espacio debía agregar algo pero prestando atención al anterior, aunque se realizó la actividad y Bryhan estuvo en disposición no se logró la finalidad, la idea era construir una historia frente a cada término, pero esta terminó siendo muy confusa.</p> <p>El niño que fui.</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>Al momento de explicar y realizar esta actividad el fue bastante receptivo, en lo que decidió compartir, pudimos observar que realizó un dibujo y le agregó algunas palabras al lado.</p> <p>Mariposa origami. Aunque se le explica el por que de la mariposa el quiere realizar una grulla, lo cual se le permite, pero se le dificulto un poco así que él decide terminar haciendo la mariposa al igual que sus compañeros/as. después de ello se le comenta que puede hacer lo que quiera con esta carta y él sugiere quemarla, se le indica que no podemos permitir eso dentro del espacio, pero existe la posibilidad de romperla, pero su decisión final es entregarnosla pero antes de ello, pide a cada uno de los integrantes del espacio que le firmen su mariposa.</p> <p>Socialización sobre la represión de emociones. En este momento las educadoras comunitarias realizan una contextualización del por qué reprimir nuestras emociones es malo y los efectos que pueden tener en el cuerpo, donde Bryhan al igual que algunos de sus compañeros lo relacionaban un poco con sus vivencias de vida y donde también dan sugerencia de cómo podemos evitar caer en este tipo de conductas y su sugerencia es el diálogo con el otro/a.</p> <p>Nota. Aunque Bryan es un chico demasiado atento y dispuesto dentro del espacio, es un poco impaciente y a veces le cuesta un poco acatar órdenes.</p> |
| | Sesión 3: 29 de septiembre del 2022, emociones y corporalidad |
| | No asistió. |
| | Sesión 4: 06 de octubre del 2022, reconocer, soltar y sanar |
| | No asistió. |
| | Sesión complementaria: reconocer, soltar y sanar: 20 de octubre 2022 |
| | Estuvo en refuerzo de tareas |
| | Sesión 6: 2 de noviembre 2022, identificando-me |
| | No asistió al centro Camila nos comenta que se encuentra cuidando a su hermano menor. |
| | Sesión 7: 10 de noviembre 2022, Deconstruyendo el amor romántico |
| | No volvió al centro. |

| | |
|---|--|
| Edad | 11 |
| Entrevista competencias personales, realizada el 21 de julio del 2022 | <p>¿Qué emociones conoces?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enojo, felicidad, miedo, tristeza <p>Okay ¿Cuáles emociones identificas en ti? De las que dijiste y si te acuerdas de más</p> <ul style="list-style-type: none"> - Felicidad y tristeza <p>¿Y últimamente las has sentido mucho?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues... más que todo tristeza <p>¿Me quieres contar por qué? ¿O prefieres no?</p> |

- Es que hace poco murió mi gato y lo encontré en la calle tirado

Que triste

- Quiero llorar, lo amo

Okay... entonces mejor no hablemos tanto de esto, es muy triste.

¿Qué tan constante eres si te propones algo?

- Cada vez que me propongo algo siempre intento cumplirlo, así todos van a confiar en mí

¿Sientes que eso es señal de confianza?

- Sí

¿Cuál fue la última meta que te propusiste?

- Pues la última meta fue ponerme de líder ambiental de mi salón... y pues la verdad lo logre

Y... ¿Sientes que quien va a confiar en ti ahí? ¿Tus compañeros?

- Los compañeros que votaron por mí, sobre todo que confiaron en mis propuestas y confiaron en mí para darme su voto y yo creo que debo cumplir mis promesas

Ve, tan lindo ¿y eres todo un líder? ¿te gusta harto el liderazgo?

- Sí, la verdad sí

Muy chévere. Bueno... ¿Cómo sueles actuar si estás muy enojado?

- Pues primero intento hablar, y si ya la verdad la otra persona no quiere hablar, sino los golpes, pues... no me queda de otra

Ahh, o sea, si eres mediador, prefieres...

- Prefiero hablar antes que los golpes

¿Te sabes contener? O sea, si alguien te habla feo, tú dices “espere, primero vamos a hablar”

- Si me sé contener porque a eso me enseñó mi papá, que si no me entiendo a las palabras me entiendo a los golpes

Okay... o una o la otra, acá no hay puntos medios jaja no hay términos medios. Okay ¿Y cuando estás muy alegre?

- Pues empiezo a saltar, a fastidiar una y otra vez, y casi siempre me la paso con una sonrisa

Okay ¿Y que haces en tu tiempo libre si te dejan solo en la casa?

- Pues desde que tengo mi chelo en la casa, sería ponerme a practicar o cojo mi celular un rato

Okay, tocas el chelo, me dices ¿sí?

- Toco chelo, voy a aprender a tocar (no entiendo) y toco guitarra

Ve, que talentoso, ¿Y quién te enseñó?

- Estoy aprendiendo acá

¿O sea que ahora a las 3:30 te vas para música?

- Sí

| | |
|--|--|
| | <p>Vale... esta esta un poquito más difícil, me parece a mi, pero pues me respondes lo que se te pase por la cabeza, ¿Cuál crees que es tu misión en este mundo?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mi misión, pues yo creo que enorgullecer a mi mamá y a mi papá pues ellos me han dado todo <p>¿Y qué sientes que les enorgullecería a ellos?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Terminar mis estudios, graduarme y conseguir un buen trabajo <p>Vale... creo que por ahora sería todo</p> |
| DIARIO DE CAMPO | |
| Descripción de lo que paso | David llegó un poco después que todos ya que estaba haciendo tareas, desde el inicio tuvo muy buena disposición con el espacio, fue muy juicioso a la hora de hacer todas las actividades. Es un poco brusco a la hora de jugar, y aunque esto no significo un problema (al menos notorio) durante la sesión, si puede llegar a ser uno más adelante. |
| Comentarios | Aunque se mostró triste por la muerte de su gato en la entrevista, durante el desarrollo de la clase hizo un poco de mofa sobre eso y comentarios con tintes de manipulación, nada grave, ni extraordinario, pero me parece no está de más comentarlo. También me resuena aquello de que logra sus metas para generar confianza. |
| Conexiones con lecturas | <p>Competencias personales:</p> <p>Autoconsciencia: Parece reconocer sus propias emociones, y las aterriza al plano cotidiano.</p> <p>Autovaloración: Demuestra tener confianza en sus capacidades, y actúa con persistencia de acuerdo a esto</p> <p>Autogestión: Parece tener un muy buen control sobre sus actos, el hecho de que sea mediador, y busque del dialogo manifiesta su control interno, aun así, igual que con Kendy, me viene esa duda de: ¿Qué tanto control hay cuando mis actos dependen de los del otro? Por aquello de que “si no se entiende a las palabras, se entiende a los golpes”</p> <p>Autonomía: Puedo evidencias autodeterminación, decisión y uso responsable de su libertad, elige hacer uso de su tiempo en una actividad que requiere disciplina sin el mandato paternal de por medio (O eso parece)</p> <p>Adaptabilidad emocional:</p> <p>Desarrollo humano:</p> <p>David es una persona que realmente se nota que tiene muy claras sus metas, pues es un chico que es líder ambiental, le gusta tocar el chelo y pues lo poco que nombró tiene un buen relacionamiento con sus padres, su identidad es bastante por lo tanto se ubica en un estado de de logro de identidad, pues ha creado compromisos con sus metas, haciendo que sea una persona madura, además de tener un buen desempeño para establecer relaciones sociales y un excelente razonamiento moral.</p> |
| Sesión 1: 21 de julio del 2022, portada bitácora. | |
| | David llegó un poco después que el resto ya que estaba en tareas, le pedí el favor a sus compañeros que le explicaran y le indicaron que debía escribir 3 cualidades, escribió: Buen amigo, risueño y fastidioso. También optó por dibujar algo con lo que se sintiera cómodo, aún así se esmero en su labor, realizó un paisaje en lápiz, le hizo sombreado, lo difumino con papel, etc. Parece ser un chico que se entrega mucho a lo que hace |

| | |
|--|--|
| | Sesión 2: 28 de julio del 2022, identidad (habilidades, cualidades y valores). |
| | No asistió al espacio, la trabajadora social nos comentó que la mayoría de los colegios públicos no tuvieron clase por ello faltaron. |
| | Sesión 3: 04 de agosto del 2022 , hoja de vida. |
| | David, al igual que Brahyan siempre llega muy dispuesto a realizar las actividades. Llega muy motivado, con mucha energía y se lleva muy bien con todo el grupo, aunque, también es algo inquieto a la ve. A la hora de hacer la actividad también le surgieron algunas preguntas, pero en su mayoría las respondió por sí solo. De la actividad podemos observar que (i) Se tiene en muy buena estima y reconoce sus capacidades (ii) Tiene nociones de lo que es la identidad (iii) Tiene muy buena relación con su familia (iv) Identifica problemas a la hora de relacionarse con el/la otro/a (v) Tiene nociones de la influencia de su entorno en su identidad |
| | Sesión 4: 11 de agosto del 2022, genograma y círculo de confianza. |
| | <p>Durante el transcurso de la sesión el fue bastante receptivo con las actividades propuestas por las educadoras, pero al igual que Brahyan se le tuvo que llamar la atención por estar en el celular.</p> <p>Observaciones:</p> <p>En su genograma el ubica a su papá pero cuando se le dice que coloque familia por parte de él, expresa que no conoce a nadie, pues su papá fue adoptado entonces no tienen ninguna conexión con su familia paterna, pero a uno de los costados ubica a dos hijos y dos hijas del señor Pablo. Al otro lado ubica a su mamá Sandra, la cual tiene una hermana, pero a ella no le pone ni nombre ni edad, además dibuja a sus abuelos maternos pero los dos se encuentran fallecidos, en la parte de arriba ubica a tres hermanas y tres hermanos, ellos/as son hijos/as de su mamá y papá. Por último indica que su hermana de 17 años tiene un hijo el cual el quiere mucho.</p> <p>Cómo segunda parte hablaremos del tipo de relacionamiento y prácticas de cuidado que él tiene con sus familiares:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Excelente: acá ubica a su sobrino Gabriel dónde dice que él es quien cuida, a su hermana mayor chela, ella es quien lo cuida a su hermana menor Karol, él es quien cuida y a sus dos padres donde ellos se cuidan mutuamente. - Buena, acá ubica a tres de sus hermanos y una de sus hermanas por parte de papá, pero no indica ningún tipo de cuidado con ellos/as. - Distante, acá coloca a dos de sus hermanos por parte de papá dónde tampoco expresa ningún cuidado. - Fracturada, en ese lugar ubicó a su tía por parte de mamá además de cómo se expresa anteriormente no le coloca ningún nombre. <p>El es un chico muy activo y receptivo al momento de realizar la actividad, pero si se negaba a reconocer a su tía por parte de mamá dentro de su genograma, el expresa que es porque ella una vez trató muy mal a su mamá y el no esta de acuerdo con este tipo de actos. Me parece muy normal que el tome esta actitud de aleja su tía ya que se puede ver que sus papás son seres muy importantes para él, pero nos cuestionamos si este repele hacia esta persona puede llegar capaz afectar emocionalmente o el realmente la alejó de una manera sana.</p> |

David también nos indica que un momento significativo con su familia es en año nuevo, es por ello que consideramos que para él es muy importante la familia y estar con ellos/as.

Segunda actividad: círculo de confianza

- **Círculo de intimidad:** acá escribió a sus papás y a su mejor amiga Sheril, expresando que la conoce hace tres meses y que fue la única que le habló.
- **Círculo de confianza:**, acá ubica solo a Alexis.
- **Círculo confianza media:** escribe a su compañero Brahyan que es uno de los chicos de la fundación y a Derek.
- **Círculo de poca confianza:** acá ubica a Karim y Miriam que es una chica de la fundación.
- **Círculo de desconfianza:** ubica a sus hermanos diciendo que no les puede contar nada porque le dan quejas a sus papás, haciendo que ya no lo quieran y por último acá también ubica a sus profesores.

Nos sorprende un poco el hecho de que coloque a sus hermanos/as dentro de su círculo de desconfianza, pues dentro de su genograma el muestra tener una relación buena y excelente con la mayoría de ellos/as, aunque existen dos por parte de su papá que son lejanos a él. lo que nos hace pensar que le gusta tener un buen relacionamiento con sus padres y que la familia es muy importante.

Sesion 5: 18 de agosto del 2022, Arbol de problemas.

- **Atención al/la otro/a:** Durante el ejercicio estuvo jugando con Kamila y Santiago, participó activamente pero siento que no estaba toda su atención allí, sumado a que estaba algo nostálgico, ya que su familia se mudara de la ciudad por tanto se tendrá que ir de REDES
- **Dinámicas de diálogo y consenso:** Junto a Kamila dieron inicio haciéndolo sin pensar mucho, pero cuando Alisson se acercó a cuestionar que por qué habían dispuesto de esa forma los problemas lo pensaron un poco más e iniciaron a dialogar y llegar a un consenso sobre qué les parecía más importante
- **Problemática principal que identifican:** Dificultad para conectar los rasgos de su identidad con su crianza o su entorno social
 1. Dificultad para conectar los rasgos de su identidad con su crianza o su entorno social
 2. Fracturas dentro del círculo familiar
 3. Escaso conocimiento frente a patrones familiares
 4. Dificultades para poner límites...
 5. Búsqueda de identidad
 6. Represión de emociones...
 7. Dificultad para reaccionar de manera asertiva...
 8. Anulación del cuerpo
 9. Sentirse solos
- **Herramientas:**

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Dificultad para conectar los rasgos de su identidad con su crianza o su entorno social <p>Análisis de problema</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fracturas dentro del círculo familiar - Escaso conocimiento frente a patrones familiares <p>Dibujo: Porque sería la mejor manera de entender</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dificultades para poner límites... <p>Escritura: Porque es la mejor forma de decir algo y que todos entiendan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Búsqueda de identidad <p>Diálogo: Porque sería más fácil para nosotros</p> <ul style="list-style-type: none"> - Represión de emociones... <p>Juegos: Porque nos podemos tranquilizar a través de un buen juego</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dificultad para reaccionar de manera asertiva... <p>Análisis de problemas: Porque podemos reconocer cual es el problema y solucionarlo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anulación del cuerpo <p>Juego: Porque así podemos expresarnos más</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sentirse solos <p>Deporte</p> |
| | <p>Sesión 1: 25 de agosto de 2022, Percepción e identificación de emociones.</p> |
| | <p>Diálogo sobre emociones y sentires: Debido a que David se encontraba triste, su actuar durante la sesión hizo que fuera complicado crear un diálogo, ya que él no quería hablar y mucho menos expresar su situación actual.</p> <p>Importancia de la educación emocional: Si bien el reconoció que es importante generar y crear una educación emocional en cada uno de nosotros/as, al igual que el anterior punto él se encontraba disperso, además de que afirmaba que el amor "no importa".</p> <p>Creación: moldear-me: Durante esta actividad el realmente no realizó su cuerpo, se le preguntó el por qué, a lo que él decía que era muy difícil, que no sabía cómo hacerlo y aunque su compañera Camila intentó ayudarlo, se encontraba en una posición muy aleja de ella.</p> <p>Ubicando mis emociones: Aunque esta actividad no se llevó de la manera que se propuso, mientras se realizaba la conceptualización si se le preguntó dónde ubicaba ciertas emociones.</p> <p>Enojo: la ubico en las manos. Miedo: en los ojos, por que, por ellos puede ver lo las cosas que les disgustan. Felicidad: En ningún lado, explicando que no existe.</p> <p>Nutrición del diccionario: Realmente fue muy difícil que él escribiera y contribuyera en este espacio, pues debido a que se encontraba muy triste su forma de expresar era por medio de la molestia. Además de</p> |

| | |
|--|---|
| | que expresó en varias ocasiones su enojo en los adultos, pues cree que no puede confiar en ellos/as. |
| | Actividad complementaria, primer jueves del mes: 01 septiembre 2022 |
| | <p>Nos alegra saber que David va a seguir con nosotras hasta noviembre, durante esta sesión aunque estuvo algo cansón (como raro) estuvo mucho más receptivo y atento que la clase pasada, es un niño muy amoroso. Lo siento bastante cómodo con el espacio.</p> <p>Debo aceptar que en ocasiones me cuesta mucho manejarlo en el transcurso de la sesión, puede llegar a ser demasiado inquieto.</p> <p>1. Lograr que los/as NNA hagan memoria de dónde ubican sus emociones a nivel corporal:</p> <p>Cabeza: Tristeza Garganta: Miedo Hombros: Culpa Pecho: Asco Codos: Sorpresa Manos: Ira</p> <p>La felicidad se negó a posicionarla en algún lado, asumimos que esto es por todo lo que está pasando en su hogar a raíz de la mudanza, sobre todo por haber tenido que regalar a su perrita. Por lo demás no se le dificultó dar cuenta de sus emociones, aún así, se ve una confusión entre lo que se siente y los impulsos que acarrearán este sentir.</p> |
| | Sesión 2: 8 de septiembre de 2022, represión de emociones |
| | No asistió al espacio. |
| | Sesión 3: 29 de septiembre del 2022, emociones y corporalidad |
| | No asistió, estaba de cumpleaños |
| | Sesión 4: 06 de octubre del 2022, reconocer, soltar y sanar |
| | No asistió. |
| | Sesión complementaria: reconocer, soltar y sanar: 20 de octubre 2022 |
| | <p>Es gratificante ver que David siempre se encuentra en buena disposición al vernos. Se presentó un momento estando con el grupo entero que le pedí ayuda para contenerlos un poco y se mostró totalmente dispuesto a ayudarme.</p> <p>Al bajar para desarrollar nuestra actividad sí existió cierta resistencia de él para quedarse con nosotras, ya que empezó a expresar que quería ir para música, a lo cual tanto Alison como yo le respondimos con una negativa. Aún así en el desarrollo de la actividad se mostró muy dispuesto.</p> <p>- Silueta</p> <p>El ejercicio fue un poco difícil para él ya que no percibía una</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>herida tan grande como para ubicarla, no consideraba que algo le estuviera perturbando la paz o le estuviera generando una afectación</p> <p>En su silueta solo ubico una herida en la cabeza y escribió sobre ella "irá" la cura la realizó en forma de celular esto porque considera que es un medio que utiliza para de alguna manera distraerse.</p> <p>En cuanto las respuestas que dio a las preguntas hechas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sí porque igualmente todo se lo lleva el viento 2. Nada porque yo no puedo sanar algo que no existe o existió 3. Nada |
| | Sesión 6: 2 de noviembre 2022, identificando-me |
| | No asistió al centro de redes. |
| | Sesión 7: 10 de noviembre 2022, Deconstruyendo el amor romántico |
| | No asistió al centro de redes. |
| | Sesión 8: 17 de noviembre 2022, reconociendo mis redes de cuidado. |
| | No asistió al centro de redes. |

| | |
|---|--|
| Edad | 15 |
| Entrevista competencias personales, realizada el 21 de julio del 2022 | <p>¿Qué emociones conoces?</p> <ul style="list-style-type: none"> - tristeza, alegría, ira, desagrado <p>¿Cuáles identificas en ti?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Todas <p>¿sabes identificar cada una cuando la sientes?</p> <ul style="list-style-type: none"> - sí <p>¿Qué tan constante eres si te propones una meta?</p> <ul style="list-style-type: none"> - poco <p>¿por qué crees que pasa eso?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ehhhh, porque me da pereza <p>¿Cómo sueles actuar cuando estás muy enojado o muy alegre?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuando estoy muy enojado solamente me quedo en silencio y cuando estoy muy alegre sonrió mucho. <p>¿Qué haces en tu tiempo libre si te dejan solo en casa?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escuchar música, si lo disfruto mucho <p>¿Cuál crees que es tu misión en este mundo?</p> <ul style="list-style-type: none"> - no sabría...ahora no tengo ninguna |
| | DIARIO DE CAMPO |
| Descripción de lo que pasó | Venía de hablar con yulián del espacio de apoyo de tareas, donde el me comentaba que le gustaba mucho dibujar, él se veía muy entusiasmado frente al espacio cuando bajamos y siempre estuvo en disposición para escuchar la indicaciones dadas por las educadoras. Además quedó en un compromiso de traer la portada para la próxima sesión, pues se encontraba un poco cansado debido a que venía de hacer tareas. |
| Comentarios | Pude notar, que si bien, él se encontraba entusiasmado frente al espacio, al momento de hacer la entrevista, no fue tan disiente con sus palabras. Creo que le cuesta un poco hablar sobre él y sus emociones aunque las logra identificar muy bien. Aunque si está dispuesto al diálogo es muy considerado que se limita un poco en sus respuestas, es alguien que tiene |

| | |
|-------------------------|--|
| | mucho que decir pero le cuesta un poco expresarlo, aunque es muy receptivo y está en disposición para aprender. |
| Conexiones con lecturas | <p>Competencias personales:</p> <p>Autoconciencia: Por lo que expresa logra identificar en qué momento siente sus emociones.</p> <p>Autovaloración: En este punto encontramos una falta de motivación para alcanzar lo que se propone, lo cual puede estar relacionado a la falta de confianza</p> <p>Autogestión: Habría que preguntar más en este punto qué podría suceder si alguien interrumpe este silencio cuando está enojado.</p> <p>Autonomía: Percibo lo mismo que en la mayoría, la edad interviene bastante en este punto, aún así, se podría decir que tiene autocontrol y tiene claridad para decidir.</p> <p>Desarrollo humano:</p> <p>Encuentro una relación entre Yulian y la lectura de desarrollo humano, cuando hablan sobre la identidad, ya que él se encuentra en esa búsqueda del que quiere, quien soy yo, tengo algún propósito en esta vida. todas estas preguntas que nos hacemos durante este periodo de búsqueda y reencuentro conmigo mismo. Él está en búsqueda de todas estas respuestas, aunque es alguien que logra identificar sus emociones está buscando saber de qué manera tramitarlas adecuadamente por ello también le cuesta saber lo que quiere para sí mismo.</p> |
| | Sesión 1: 21 d julio del 2022, portada bitácora. |
| | Yulian fue el último en llegar, por tanto no contó con el tiempo necesario para hacer la actividad, se comprometió en realizar la portada y traerla para la próxima sesión. |
| | Sesión 2: 28 de julio 2022, identidad (habilidades, cualidades y valores). |
| | Yulian se había comprometido para esta sesión traer su portada de la bitácora la cual cumplió, durante el transcurso de las actividades las realizó siguiendo las indicaciones. Se puede notar que es un chico muy callado y le cuesta un poco expresarse, además de que pude ver que cuando llegó su novia se puso más serio de lo normal, pues al parecer se encontraban malgeniados. Siempre se encontró en disposición de escucha y realmente lo encuentro interesado en el curso. |
| | Sesión 3: 04 de agosto del 2022, hoja de vida. |
| | No estuvo presente en la sesión ya que tenía tareas |
| | sesión 4: 11 de agosto del 2022, genograma y círculo de confianza. |
| | Estuvo muy dispuesto a realizar la actividad, pero si realmente no quiso hacer a nadie más que a su núcleo familiar papá, mamá hermanos y abuelos. |
| | <p>Observaciones:</p> <p>Respecto al genograma el dice que no tiene ninguna relación con su papá y ubica como figura paterna a su padrastro, también expresa que la relación entre su mamá y padrastro es complicada.</p> <p>por parte de mamá ubica a sus dos abuelos, pero su abuelo ya fallecido y su abuela tiene 52 años, a los siguientes en ubicar son a sus dos</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>hermanos hijos de su mamá y su padrastro los cuales tienen 11 y 8 años, por último ubica a sus dos mascotas Kenchi y luna</p> <p>Cómo segunda parte hablaremos del tipo de relacionamiento y prácticas de cuidado que él tiene con sus familiares:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Excelente: esta relación ubica a dos personas, a su mamá la cual es ella quien cuida y su abuela pero en este espacio no ubica ningún tipo de cuidado. - Buena: en este espacio expresa que tiene un buen relacionamiento con sus dos hermanos, indicando que él es quien cuida. Además el nos resalta que su padrastro tiene una buena relación con sus dos hijos al igual que su madre. - Distante:, acá ubica a su padrastro con el cual no existe cuidado de ninguna de las dos partes. <p>Nos parece curioso que aunque esto era para hacer un tipo de árbol genealógico solo el ubicara a su núcleo familiar, realmente no sabemos si es por que no tiene ningún conocimiento de mas familiares o por que no los considera parte de su familia.</p> <p>Además otra cosa que queremos resaltar es la manera que él se ubico dentro de su genograma, nos hace pensar que no se siente parte de la familia, pues él se dibuja a un lado, a su mamá y padrastro al otro.</p> <p>Segunda actividad: círculo de confianza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Círculo de confianza: En este espacio ubica a Valeria que es una chica de redes quien lo acogió apenas entró al centro, a Laura que es una chica que lo escucho en un momento difícil y a su mejor amigo santiago el cual le da consejos cuando tiene alguna adversidad. - Círculo de confianza media: escribe a dos personas, Paula y Juan David. - Círculo de poca confianza: al igual que el anterior ubicó a dos personas joeseth y dayana. - Círculo de desconfianza: En este espacio ubico a tres personas a Brayan el cual escribe que le robó un celular, a Breinel el cual yulian expresa que es un lambón y por último a traperero el cual dice que inventa chismes. <p>Consideramos que tiene unos buenos relacionamientos con sus amigos, además que tiene un círculo de confianza bien constituido, además de que cuando le pasa algo no se queda callado sino que intenta expresarlo a sus amigos, si hemos observado que la relación que tiene con santiago es demasiado estrecha, por otro lado nos queda la duda si una de las chicas que él ubica dentro de círculo de confianza es su novia o si ella no se encuentra presente dentro de esquema.</p> |
| | Sesion 5: 18 de agosto del 2022, Arbol de problemas. |
| | No asistio |
| | Sesión 1: 25 de agosto de 2022, Percepción e identificación de |

| | |
|--|---|
| | emociones. |
| | No asistió, tenía muchas tareas. |
| | Actividad complementaria, primer jueves del mes: 01 septiembre 2022 |
| | <p>La presencia de Yulian ha sido muy intermitente en el espacio, pero cada vez que está se compromete totalmente con las actividades que se están realizando, durante la sesión estuvo muy concentrado ubicando sus emociones, sin pedírselo fue el único que dio inicio también a ubicar las emociones sociales.</p> <ol style="list-style-type: none"> Lograr que los/as NNA hagan memoria de dónde ubican sus emociones a nivel corporal: <ul style="list-style-type: none"> Cabeza: Desprecio Ojos: Hostilidad Boca: Felicidad Garganta: Tristeza Pecho: Ira, odio Estomago: Miedo, asco, vergüenza Manos: ira Piernas: Miedo, amor. Pies: Ira Espalda alta: Culpa Espalda media: ira <p>Durante todo el ejercicio estuvo sumamente concentrado, fue muy poco lo que hablo, considero que se le facilita más centrar su atención en la hoja.</p> |
| | Sesión 2: 8 de septiembre de 2022, represión de emociones |
| | No asistió. |
| | Sesión 3: 29 de septiembre del 2022, emociones y corporalidad |
| | <p>Yulian llegó bastante tarde al espacio y con aparente afán de irse, veía el reloj a cada rato contando los minutos para que fueran las 5.</p> <ol style="list-style-type: none"> Mímica y análisis: Yulian llegó al momento de terminar esta parte, así que no pudo participar. Comunicación no verbal: No tuvo comentarios al respecto, pero fue receptivo con la información y lo demostró a la hora de realizar la actividad. Conociéndome y reconociéndome: Yulian fue muy breve a la hora de describir su lenguaje corporal, aún así, parece haber entendido muy bien el ejercicio <ul style="list-style-type: none"> ● Felicidad: Yo cuando me siento feliz me tapo la sonrisa ● Tristeza: Me pongo serio ● Celos: Finjo indiferencia ● Vergüenza: Me sonrojo y me da risa nerviosa. ● Amor: No paró de sonreír y me tiemblan las piernas ● Miedo: Tiemblo y me aprieta el pecho ● Asco: Me da un espasmo en la nariz y entre cierro los ojos ● Enojo: Miro mal y me tiemblan las manos |

| | |
|--|--|
| | En algunos casos no fue tan específico a la hora de describir sus emociones, pero en términos generales se puede observar que hizo el trabajo de hacer conciencia de si mismo para responder |
| | Sesión 4: 06 de octubre del 2022, reconocer, soltar y sanar |
| | No asistió. |
| | Sesión complementaria: reconocer, soltar y sanar: 20 de octubre 2022 |
| | Estuvo en refuerzo de tareas |
| | Sesión 6: 2 de noviembre 2022, identificando-me |
| | Refuerzo de tareas. |
| | Sesión 7: 10 de noviembre 2022, Deconstruyendo el amor romántico |
| | Refuerzo de tareas. |
| | Sesión 8: 17 de noviembre 2022, reconociendo mis redes de cuidado. |
| | No asistió al centro. |

| | |
|---|--|
| Edad | 13 |
| | Sesión 1: 21 de julio del 2022, portada bitácora. |
| | A Miriam no se le pudo hacer la entrevista ya que llegó muy sobre el tiempo, debido a que estaba haciendo tareas. Percibo en ella una actitud algo extraña frente al espacio, como de querer estar y no al mismo tiempo. En cuanto a las cualidades, escribió 4: Artista, dibujante, inteligente y escritora, al igual que David, siento que ella le puso mucho empeño a su dibujo, durante la clase hicieron algún comentario de que estaba haciendo un desierto ya que ella estaba o se sentía tan sola como uno... Al finalizar la clase me preguntó si podía traer un dibujo diferente para la próxima sesión, accedí. |
| | Sesión 2: 28 de julio 2022 "identidad (habilidades, cualidades y valores)" |
| | No asistió al espacio, pero sí estuvo en centro con la psicóloga, Tatiana la trabajadora social nos explicó que ese día su mamá descansó y ella quiso pasar tiempo con ella, pues al parecer casi nunca descansa. |
| Entrevista competencias personales, realizada el 4 de agosto del 2022 | <p>¿Qué emociones conoces?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ehh jejeje <p>Las que conozcas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues la felicidad, ehh pues las básicas la felicidad, la tristeza, el enojó, el asco, el temor había una pero se me olvidó y ya. - Por ahí por las básicas por qué ya... por ahí de las que conozco eh ... que son más que todo de las tristezas avanzadas, que ya sigue como pues... - No considero que la ansiedad sea como algo de tristeza, pero está la depresión... eh ... es que se me olvidan. <p>Dejémoslo hasta ahí si quieres</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si <p>Y ¿Cuáles de las que me nombraste identificas en ti?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eh... en mí estaría... |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Muy pocas veces la felicidad, otras veces es decepción, tristeza, ansiedad y por mi parte no considero tener depresión. <p>Ok ... ¿tú llevas un proceso sobre verdad ?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si <p>Lo vamos a dejar hasta allí, cuando quieras lo hablamos para que no te sientas incómoda.</p> <p>Eh ¿Qué tan constante eres cuando te propones una meta?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eh... a qué te refieres con una meta <p>Digamos yo decido durante un año ahorrar un cantidad de dinero, y si lo logro quiere decir que trato de lograr mis metas, ahora sí fueras tú ¿Qué tan constante serías al ahorrar ese dinero en ese año? Lo cumples, no lo cumples, te cuesta, es difícil, te da pereza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues... o sea. - Eh por ejemplo yo me he puesto la meta de tener este mejor figura y por más que lo intente no tengo tiempo... <p>Ok, pero eso es por factores externos más no por qué tú no quieras, pero otra meta como la del ejemplo de ahorrar. O sea eres constante o no lo eres.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Este sí, muy pocas veces <p>Ok está bien.</p> <p>¿Cómo sueles actuar cuando estás muy enojada?</p> <ul style="list-style-type: none"> - En realidad, este... - Bueno yo hace mucho leí un libro y pues decía que no demostrará mucho sus emociones, intenciones. - Entonces cuando estoy brava eh... en realidad ni hago nada digo que estoy feliz y me pongo contenta. - No puedo hacer nada más. <p>O sea tratas de ocultarlas o disimularlas, qué la gente no se de cuenta.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si ... <p>Y ¿Cómo actúas cuando estás muy feliz?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bueno en realidad yo cuando estoy feliz no es una felicidad tan... eufórica - Yo no soy ... o sea... <p>No demuestras ?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si como un ejemplo, este - Que me van a dar algo que yo siempre he querido, no es como que yo me vaya a exagerar !muchas gracias! O empezar a saltar o cosas así, o sea no. <p>Ok, está bien.</p> <p>¿Por qué crees que pasa eso?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Por que en realidad no me gusta mostrar mis emociones, pues yo en mi casa cuando lo hacía me criticaban, me regañaban entonces por eso, ya no lo hago. <p>Vale muchas gracias</p> <p>¿Qué haces en tu tiempo libre cuando estás sola en casa?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Primero que nada, necesito un día completo así.por que no tengo. - Mi mamá nunca me deja sola y pues hace unos años que estuve sola, literalmente había puesto música a todo volumen y pues nada me puse ahí bastante contenta porque podía hacer lo que quiera. - Más que todo escucho solo música a todo volumen y me a leer. <p>O sea ¿no tienes tu propio espacio?</p> <ul style="list-style-type: none"> - No ... |
|--|--|

| | |
|----------------------------|---|
| | <p>Ok, está bien. ¿Cuál crees que es misión en este mundo? O bueno una meta a futuro.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bueno este... eh... - En realidad no tengo un propósito en este mundo, solo lo único que quiero hacer cuando sea grande esirme para el ejercicio. <p>¿Por qué te gustaría irte para el ejército?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eh ... la verdad no sé, yo leo desde hace mucho tiempo desde los 6 ,7 años que una vez me soñé que yo era soldado y yo me veía con el uniforme. - Y mi mamá - ¡que chevere! - Y pues si - Y hoy en día mi hermano está prestando servicio y yo la verdad estoy muy contenta porque, bueno ... - Me habría gustado estar en la posición de él ya que porque soy mujer no puedo entrar así al ejercicio. - Aparte hay mucha gente que no ayuda porque soy mujer... pues la verdad, no sé. - Quiero irme para el ejército. <p>ok, está bien, muchas gracias, lo vamos dejar hasta allí.</p> |
| DIARIO DE CAMPO | |
| Descripción de lo que pasó | <p>Al principio ella no se encontraba muy cómoda con el hecho de la entrevista, me preguntó el motivo de esta, yo le explique un poco del proceso que llevamos haciendo durante estas tres sesiones y porque para nosotras era importante la entrevista de manera individual a lo que ella ya se mostro un poco más cómoda, y realizó la entrevista de manera adecuada.</p> <p>Al finalizar le dije que la clase pasada se había hecho una serie de acuerdos respecto al espacio y que a ella le gustaría proponer a ella, su respuesta fue: - la escucha por parte de todos. Además se le preguntó qué temas le gustaría que abordáramos dentro de los talleres y sugirió que habláramos sobre el tipo de trastornos existen, para que uno de sus compañeros lo siente y logre identificarlos.</p> |
| Comentarios | |
| Conexiones con lecturas | <p>Competencias personales:</p> <p>Autoconciencia: Miriam logra identificar emociones, pero durante el transcurso de la entrevista cuenta cómo las reprime, así que por más de que las identifique no ha tomado conciencia de estas.</p> <p>Autovaloración: Expresa que muy pocas veces es constante, sumado a esto, la última meta que tuvo fue cambiar su cuerpo, lo cual por sí solo no es algo malo, pero ya en otros espacios expresa “odiar su cuerpo”, lo cual evidentemente expresa una falta de confianza en sí misma.</p> <p>Autogestión: Más que poseer control interno, como se dice anteriormente, reprime sus emociones.</p> <p>Autonomía: Como pasa en otros casos, la edad interviene en este factor.</p> <p>Desarrollo humano:</p> <p>Uno de los estados propuestos por James Marcia es el estado de exclusión, el autor explica que en este estado los padres se involucran demasiado con sus hijos, los cuales no les permiten explorar otro tipo de visiones o maneras de ver el mundo. Durante la entrevista Miriam expresa que su mamá nunca la deja sola y que ella no tiene un espacio libre solo para ella. Es por ello que se ubica en un primer lugar en esta categoría,</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>por otro lado también se puede evidenciar que le cuesta un poco relacionarse con los/as otros/as, además que le es muy difícil expresar lo que siente ya que considera que mostrar es algo malo.</p> <p>Por otro lado ella se puede ver que ella se encuentra en constante atrapamiento de la amígdala, pues lleva sus emociones a pensamiento y acciones que no tienen nada que ver con lo que está pasando en el momento. esto es un comportamiento normal durante esta etapa de la adolescencia pues ellos/as se encuentran demasiado desbordados con sus emociones y sentires.</p> |
| <p>Sesión 3: 04 de agosto del 2022, Hoja de vida.</p> | |
| | <p>En un principio no estaba muy dispuesta a estar en el espacio, incluso intentó ir a música y Alisson se vio obligada a ir por ella. De este modo, la actividad la realizo sin muchos animos, como por cumplir. De la actividad se puede deducir que: (i) Tiene una imagen de sí misma (o quiere dar una imagen) de desequilibrada (ii) Tiene miedo de socializar (iii) Parece no tener relación con su figura paterna (iv) Tiene mala relación con su familia (v) No identifica cómo ha influido su entorno en su identidad</p> |
| <p>Sesión 4: 11 de agosto, genograma y círculo de confianza</p> | |
| | <p>Durante la jornada ella se noto muy dispuesta más que otras sesiones, las indicaciones que se le dieron fueron claras pues casi no realizó preguntas y hacia la actividad demasiado rápido.</p> <p>Observaciones:</p> <p>En el genograma cuando se le indica que debe representar a su padre ella se niega completamente, indicando que ella no sabe quién es y que no lo conoce. Es por ello que coloca a su padrastro como figura paterna, indicando que él tiene un hijo pero ella no sabe quién es, además que no conoce a nadie más por parte de él.</p> <p>Al contrario de la mamá que sí sabe que ella tiene tres hermanas, una de ellas tiene dos hijas y dos de ella tienen tres hijos, también dentro de genograma reconoce a sus abuelos maternos y por último expresa que su mamá tiene tres hijas y un hijo que son mayores que ella.</p> <p>Cómo segunda parte hablaremos del tipo de relacionamiento y prácticas de cuidado que ella tiene con sus familiares:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Excelente: con su abuelo materno, además que ella indica que ella es quien cuida. - Buena pero distante: con su mamá, indicando que ella es quien la cuida de su madre. Otra relación que nos señala dentro de este tipo de relación es con sus primas, indicando que entre ellas se cuidan, aunque con una de sus primas si considera que se cuidan mutuamente. - Buena: resalta que con su padrastro tiene una buena relación pero no indica ningún cuidado de ninguna de las dos partes. - Distante la única que ubica en esta categoría es a su abuela materna, además de que tampoco señala que exista cuidado de ninguna de las dos. - Complicado: acá ubica a dos personas, su hermana que tiene la misma edad además indicando que es ella quien cuida. Por otro |

| | |
|--|--|
| | <p>lado también ubica a su hermano de 19 años, al cual también le coloca que se cuidan entre ambos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fracturado: acá solo ubica a una persona que es su hermana mayor, indicando a su vez que tampoco existe ningún tipo de cuidado de ninguna de las dos partes. <p>Durante la entrevista de la sesión anterior Miriam si nos dio a entender que la relación con sus hermanos es complicada y pues en su representación si se puede ver reflejada. además que indica que su momento más difícil fue cuando tuvo depresión y que a nadie le importo, esto no hace evidenciar que no se sintió escuchada lo que puede hacer que ella le cueste hablar y relacionarse con los demás o que se abra solo frente a ciertas personas.</p> <p>Segunda actividad: círculo de confianza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Círculo intimidad: ella ubica acá a dos personas a su profesora Lorena y a su amiga Karol añadiendo que con una es porque pasa mucho tiempo juntas y la profe es quien la escucha y hace reír. - Círculos de confianza: en este espacio ubica a un compañero del centro redes y uno del colegio. - círculo de poca confianza: acá coloca a sus padres, y a dos de sus hermanas. - Círculo de desconfianza: en este espacio coloca a su hermana Marye y su hermano Jhonatan, indicando que esta relación se fracturó pues era maltratada y abusada psicológicamente por parte de él/ella. <p>Aunque ella en anteriores sesiones indicó que no tenía amigos solo conocidos, podemos evidenciar que si tiene una amiga dentro de su círculo de intimidad, además que durante la sesión si se veía muy agusto con sus dos compañeros Bryhan y David, aunque ella trata de venderse como una chica ruda y muy seria, se puede ver que es bastante dulce, además que le importan mucho sus compañeros más cercanos.</p> |
| | <p>Sesion 5: 18 de agosto del 2022, Arbol de problemas.</p> |
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Atención al/la otro/a: Durante el desarrollo del cadáver exquisito Saray se encontraba haciendo tareas, así que no le fue posible participar ● Dinámicas de diálogo y consenso: Ya que llego tarde hizo el trabajo sola, la acompañe durante el proceso, pero realmente ella fue quien decidió cómo acomodar todo ● Problemática principal que identifican: Escasa percepción e identificación de las emociones <ol style="list-style-type: none"> 1. Escasa percepción e identificación de las emociones 2. Sentirse solos y no escuchados 3. Fracturas dentro del círculo familiar 4. Represión de emociones... 5. Anulación del cuerpo 6. Dificultad para reaccionar de manera asertiva 7. Dificultad para poner límites 8. Dificultad para conectar los rasgos de su identidad... |

| | |
|--|--|
| | <p>9. Búsqueda de identidad 10. Escaso conocimiento frente a patrones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Herramientas: <p>La forma en que organizo las herramientas nos parecio a Alisson y a mi super potente para abordar los talleres</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escasa percepción e identificación de las emociones Corpografía: Porque creo que seria mejor ya que lo especifica - Sentirse solos y no escuchados Diálogo: Muchas veces es mejor hablar ya que quizás se sientan mejor - Fracturas dentro del círculo familiar Corpografía: Seria mejor porque nos permite mostrar donde tenemos heridas causadas por este. - Represión de emociones... Escritura: Es mejor ya que me puedo soltar o confiar más - Anulación del cuerpo Corpografía: Es mejor para mostrar qué anulamos - Dificultad para reaccionar de manera asertiva Juego: Porque así aprendemos a razonar y reaccionar - Dificultad para poner límites Diálogo: Para explicar qué tipo de límites - Dificultad para conectar los rasgos de su identidad... Análisis de problemas: Para entender mejor el tema - Búsqueda de identidad Dialogo: Para verificar y pensar que soy - Escaso conocimiento frente a patrones Escritura: Porque quiero expresar mejor eso ya que es un tema delicado |
| | <p>Sesión 1: 25 de agosto de 2022, Percepción e identificación de emociones.</p> |
| | <p>Diálogo sobre emociones y sentires: Mientras la conceptualización estuvo muy callada y afirmaba con su cabeza cuando se hablaba sobre las emociones y los sentires.</p> <p>Importancia de la educación emocional: Ella se encontraba muy atenta durante la retroalimentación de la importancia de generar vínculos al igual que prestaba atención a sus compañeros cuando participaban.</p> <p>Ubicando mis emociones: Esta actividad se realizó al mismo tiempo de la conceptualización y cuando se le preguntó dónde ubica ella sus emociones su respuesta fue:</p> <p>Enojo: en sus manos Miedo: en el corazón</p> <p>Creación: moldear-me Ella fue bastante dedicada al momento de realizar su muñeco, se vio bastante receptiva durante esta sesión y muy concentrada y dedicada.</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>Nutrición de diccionario: Ella se encontraba haciendo tareas por lo que ella no estuvo en esta parte de la sesión.</p> <p>Pero durante este transcurso se le tuvo que decir que era importante que realizará su tarea rápido para que pudiera bajar y estar dentro del taller.</p> |
| | <p>Actividad complementaria, primer jueves del mes: 01 septiembre 2022</p> |
| | <p>A pesar de ser muy poco expresiva, su lenguaje corporal y su participación a lo largo de la sesión me hicieron sentirla interesada y a la expectativa, cada día se ha ido desarrollando mucho mejor y me da la impresión que abrimos al decir que hemos pasado por situaciones similares la hizo conectar mucho más con nosotras</p> <p>1. Lograr que los/as NNA hagan memoria de dónde ubican sus emociones a nivel corporal: Cabeza: Felicidad Garganta: Asco Corazón: Tristeza Abdomen bajo: Sorpresa Manos: Ira</p> <p>No quiso ubicar el miedo, porque, según expresa, ella nunca siente miedo, otra emoción que me pareció le costó ubicar fue la felicidad.</p> |
| | <p>Sesión 2: 8 de septiembre de 2022, represión de emociones</p> |
| | <p>Reflexión: la empatía y el enojo. cadáver exquisito: Este se realizó por una construcción colectiva, el cada integrante del espacio debía agregar algo pero prestando atención al anterior, aunque se realizó la actividad y Miriam estuvo en disposición no se logró la finalidad, la idea era construir una historia frente a cada término, pero esta terminó siendo muy confusa.</p> <p>El niño que fui. Ella durante esta sesión realmente estuvo muy dispuesta a realizar su carta, realmente se concentró en escribirla y ser bastante reflexiva y la dedicación que le dio a cada una.</p> <p>Mariposa origami. Ella estuvo realmente pendiente del paso a paso de la mariposa y al igual que a sus otros/as compañeros/as se le sugiere que puede hacer con esta carta lo que quiera, ella expresa que le gustaría quemarla, se le indica que eso o se puede hacer dentro del espacio, así que ella decide, primero, compartir su carta solamente con las docentes y luego pide que se la lleven y la quemen lejos como un símbolo del soltar esto que la afectaba. pero antes de ellos también pide a cada uno de sus compañeros que firmen su mariposa.</p> <p>Socialización sobre la represión de emociones.</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>En este momento las educadoras comunitarias realizan una contextualización del por qué reprimir nuestras emociones es malo y los efectos que pueden tener en el cuerpo, Miriam sugiere que el gritar es una forma de soltar todo esto que nos afecta, además que pregunta ¿por qué dormir en exceso es malo? donde se le realiza la respectiva aclaración.</p> <p>Nota. Se siente que se ha creado un vínculo estrecho dentro del espacio, pues ahora es mucho más abierta frente a nosotras y a sus compañeros.</p> |
| | <p>Sesión 3: 29 de septiembre del 2022, emociones y corporalidad</p> |
| | <p>Miriam tuvo al parecer una mala semana por cuestiones personales, como siempre, estaba algo seria y sin querer mostrar muchos gestos en su rostro</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mímica y análisis: En un inicio junto Angelica no se mostraron muy emocionadas por la actividad, se les dio tiempo para que acordaran cómo iban a representar sus emociones y, en vez de eso, empezaron a hablar de asuntos personales. Miriam le propuso una escena en la que se vieran involucrados el miedo y la tristeza, pero no logro su cometido. Después de terminada la actividad pidieron poder repetirla, aún así, en vez de representar algo gestualmente, escribieron para dar cuenta del amor, lo que no fue funcional para los objetivos de la sesión. 2. Comunicación no verbal: Parece haber comprendido el concepto. No tuvo muchas inquietudes al respecto. 3. Conociéndome y reconociéndome: <ul style="list-style-type: none"> ● Felicidad: Solo estoy callada ● Tristeza: Solo sonrío o me rio mucho ● Celos: En realidad solo me siento mal ● Vergüenza: Me pongo roja ● Amor: Solo lo miro fijamente ● Miedo: Solo quedo en shok ● Culpa: ----- ● Enojo: Solo lo miro mal ● Asco: Me dan nauseas <p>Nos parece curioso cómo expresa que en la felicidad se queda callada, pero en la tristeza si sonrío. Miriam parece esforzarse mucho por demostrar ser inexpresiva, y hasta insensible, a la hora de hablar frente a los celos, ella dijo nunca tenerlos, para después ser interpelada por sus compañeros/as. Con respecto al desarrollo de la actividad, la entendió (o se le facilitó) en su mayoría, corporalmente no pudo describir la alegría, los celos, el miedo, la culpa y el asco.</p> |
| | <p>Sesión 4: 06 de octubre del 2022, reconocer, soltar y sanar</p> |
| | <p>Miriam cuando fuimos al salón de audiovisuales a buscarla trató de esconderse cómo para que no la bajamos, pero al final si bajó. Mencionó que no está bien pero cuando se le pregunta si quiere hablar de eso responde que no.</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>Quando nos ubicamos en el espacio los chicos/as nos informan que ellos/as tenían que practicar para la obra de teatro, que se las tuvieron que cambiar de su horario habitual, por lo que no se pudieron realizar las actividades planeadas y las educadoras deciden realizar solo la actividad de la postal.</p> <p>4. Postal.</p> <p>Antes de empezar a hacer la postal se les indica que la idea de esta postal es hablar o escribir desde un lugar seguro, para escribirle a aquella persona que nos ha causado bastante daño, también se aclara que este es un ejercicio para ellos/as en símbolo de sanación, pero que igual todo esto es un proceso el cual lleva tiempo. Cuando se le indica a Miriam lo que vamos a realizar no se nota muy expresiva frente a la actividad, pero luego empieza a realizar su dibujo, dónde realiza una especie de mirador y ubica a una persona sola mirando al vacío. luego se le pregunta ¿Cuál es ese lugar seguro? Dónde ella contesta: - es un lugar que no recuerdo el nombre ni donde queda, pero una vez pase por ahí, lo ví y me hizo sentir mucha paz. Luego sigue dibujando. Cuando termina su dibujo y se le indica que debe escribir se nota un poco incómoda para hacerlo, realmente le cuesta expresarse y no sabe cómo hacerlo, dice que quiere putear a esa persona pero no puede, a la final toma la iniciativa y escribe algo, nos dice que podemos verlo y decir lo que opinamos.</p> <p>Nota: El tiempo durante esta sesión fue bastante corto, además de que miriam se veía un poco incómoda, pero no sabemos si fue por la actividad o por qué se sentía mal desde antes de entrar a la sesión. Por último cuando leímos lo que escribió, nos dimos cuenta que ella realmente no está en un momento de sanación con esa persona (eso no está mal) y que la verdad no considera que con tan solo escribir una carta ya pueda perdonar.</p> |
| | <p>Sesión complementaria: reconocer, soltar y sanar: 20 de octubre 2022</p> |
| | <p>Quando estábamos hablando alrededor del modo en qué pueden llegar a afectar las heridas de la adolescencia en la etapa adulta, Miriam se mostró muy interesada por el tema, no participó de manera verbal pero en su rostro se notaba el interés; en algún momento también la sentí reconocida en mis palabras ya que, exprese que claramente una persona que viene de un hogar disfuncional no va a tener las mismas condiciones emocionales que una que viene de un hogar bien estructurado.</p> <p>- Silueta</p> <p>Durante toda la actividad se mostró muy callada, podemos llegar a percibir que, tal vez, este tema del perdonar le cuesta más de lo</p> |

| | |
|---|--|
| | <p>que quizás le cuesta los demás del grupo</p> <p>En su silueta ubico 4 heridas: dos en el brazo izquierdo, una en el corazón y otra en la pierna derecha, también, en su cabeza hizo algunos rayones con lápiz. Las curas la simbolizó con un símbolo del yin y yang</p> <p>En cuanto a las preguntas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No es algo que no tiene perdón 2. Es posible solo que para eso debería devolverle todo 3. Las ignoro |
| Sesión 6: 2 de noviembre 2022, identificando-me | |
| | <p>Ella llegó un poco más tarde al espacio por lo que se encontraba haciendo tareas.</p> <p>Identificando-me.</p> <p>Cuando llegó al espacio y se le hace entrega de la silueta realizada la sesión anterior y se le explica sobre lo que tiene que hacer, ella pregunta: ¿qué pasa si una mujer se siente identificada más como hombres? Por lo que se genera un diálogo frente a la diferencia entre utilizar cosas o estilos que son para "hombres" y el no sentirse cómoda siendo mujer estando en un cuerpo de mujer y aunque se intenta intervenir un poco más sobre el tema ella solo se queda callada y aunque intenta buscar rasgos biológicos ella no se siente identificada con ninguno y se siente su incomodidad. Luego de ello ya llega mi compañera Camila y empieza a explicar sobre la identidad.</p> <p>Referencia teórica.</p> <p>Este se realizó en dos espacios uno con un diálogo mientras los chicos/as estaban recortando y otro cuando mi compañera Camila lo realizó en el tablero, este fue en el que se encontraba Miriam en el espacio pero ella solo prestó atención al tablero pero sin realizar algún tipo de intervención.</p> <p>Nota: me quedo con la duda si ella realmente entendió el fin de mi conversación o simplemente le dejé más preguntas de las que ya tenía.</p> |
| Sesión 6: 3 de noviembre de 2022, resolución de conflictos | |
| | Se encontraba en apoyo de tareas. |
| Sesión 7: 10 de noviembre 2022, Deconstruyendo el amor romántico | |
| | Miriam estuvo muy participativa y centrada en la mayoría de la sesión, hasta que, tuvimos un pequeño conflicto. Todo se propició, en un momento en el que Miriam se levantó a pedirle |

| | |
|--|--|
| | <p>algo a su hermana, al segundo, llegó una “amiga” suya a decirnos que lo que le iba a pedir era una cuchilla, a la vez que nos mostraba unos cortes que se había hecho junto a ella, duró bastante rato diciéndonos cosas al respecto, hasta que llegó Miriam y le pedimos que se fuera. Decidimos llevar todo con calma ya que vimos que lo que recibió fue un celular, pero al rato, Alisson la vio molestandose las muñecas, y le llamo la atención, al ver esto me ofusque mucho ¡, me levante y le dije que fuéramos donde Tatiana; Miriam no se quería parar, me mostro las manos y no tenía nada, decidimos con Alisson que hablaríamos con ella al acabar la sesión. Trate de bajarle a mi genio en ese momento; pero Miriam, quedó algo achantada.</p> <p>Lista de límites:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Que me golpee ● Que se crea dueño de mi vida ● Que me sea infiel ● Que me ignore ● Que sea machista <p>Luego de esto, no estuvo muy participativa con lo de la canción, ni con el violentometro.</p> |
| | <p>Sesión 8: 17 de noviembre 2022, reconociendo mis redes de cuidado.</p> |
| | <p>Reconocimiento de redes de apoyo y transformación de espacios:</p> <p>Ella en un principio estaba esperando que Kendy y Velky realizarán su círculo de confianza y luego que se le pide que realice un dibujo donde se encuentra insegura o incómoda no realiza, después de un tiempo sale hablar con mi compañera Camila lo cual dura la mayoría de sesión por lo tanto no realizó las siguientes actividades, pero cuando llega al tiempo libre se ve un poco más animada y mejor actitud e incluso participó de las fotos que propusieron Angelica y Ana María.</p> <p>Nota: Considero que la charla que tuvo con mi compañera camila la ayudó a sentirse un poco mejor frente al espacio, pero igual me preocupa su estado de ánimo y como todo esto que ha pasado puede repercutir de nuevo en sus vida cotidiana.</p> |

| | |
|------|---|
| Edad | 15 |
| | <p>Sesión 1: 21 de julio del 2022 , portada bitácora.</p> |
| | <p>Luis llegó faltando unos 20 minutos para acabar la sesión, ue de los chicos que anteriormente debimos sacar de lista por x o y razón, se lo comente y me expresó que en serio quería estar en el espacio, hablamos</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>con Tatiana, dijo requerir mucho del lugar, ya que sus emociones lo estaban desbordando, se comprometió a ser responsable con el espacio y Tatiana le permitió estar con nosotras. Opte por no hacerle la entrevista porque en el momento tenía una herida dentro de la boca y no podía hablar muy bien; empeco con la portada, y en ella, dibujó con corazón con grietas, por el tiempo no alcanzamos a hablar mucho de ello.</p> |
| <p>Entrevista competencias personales, realizada el 28 de julio del 2022</p> | <p>¿Qué emociones conoces Luis?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alegría, tristeza, ehh asco, furia, desesperación,ehhh enojo,miedo ehh <p>¿Ya?</p> <p>¿Cuáles identificas en ti? ¿Cuáles son las que más sientes?</p> <p>No entendí el principio.</p> <ul style="list-style-type: none"> - A veces siento todas, alegría, después siento furia, después siento tristeza. <p>O sea y en un solo instante, en un solo según una después de la otra o en intervalos de cuánto tiempo o como funciona eso.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es por minutos, o sea por escala más o menos. <p>No entendí</p> <p>¿Cómo sueles actuar cuando estás enojado?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Me descontroló, no me puede controlar ningún niño, entonces no me puedo controlar, no sé qué hacer <p>Gritos de fondo y no se escucha nada</p> <ul style="list-style-type: none"> - Muchas cosas que tengo de fondo. <p>Y cuando estás alegré</p> <ul style="list-style-type: none"> - Me pongo feliz, me pongo a reír ehhh estoy tranquilo, estoy calmado <p>Ok y ¿Qué es más constante que estés enojado o que estés alegré?</p> <ul style="list-style-type: none"> - No sé es que aveces las dos emociones me dan. <p>Ok</p> <p>¿Qué tan constante eres si te propones una meta?</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Una qué? <p>Una meta, ¿Que tan constante eres si te propones una meta?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues haría todo mi esfuerzo para lograr mis metas y cumplir los sueños que siempre he querido hacer de chiquitico. <p>ok</p> <p>Podrías contarme ¿Cuáles son esos sueños?</p> <ul style="list-style-type: none"> - No porque mis secretos son de mis partes. <p>Ok</p> <p>¿Qué haces en tu tiempo libre si te quedas solo en casa?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Me pongo hacer oficio, pongo a barrer, pongo a ver televisión a arreglar la cama, cuando no tengo nada que hacer, me pongo a mirara televisión o me echó a dormir y que hago cuando vengo del colegio me vengo pa acá a redes y me quedo quieto. <p>Ok, listo</p> <p>Bueno está pregunta depronto es un poquito compleja si no se te viene nada a la cabeza no importa, pero díganos que así a primeraso, si te preguntan¿Cuál es tu misión en este mundo? Qué me responderías, qué crees.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mi sueño es alcanzar las metas, hacerle caso a mi mamá, no responderle, ehhh hacerle caso a las personas que me dicen, hacer favores, ayudar a las personas y cumplir con lo mío. <p>Ok, muchas gracias Luis, eso sería todo.</p> |
| DIARIO DE CAMPO | |

| | |
|----------------------------|--|
| Descripción de lo que paso | <p>Cuando se le empieza hacer la entrevista al momento de preguntarle el nombre se escondió detrás de la hoja y no quiso responder, durante unos segundos se quedó en silencio y se decidió continuar con las otras preguntas, pues está la evadía por completo, la entrevista se pudo culminar.</p> |
| Comentarios | <p>Se puede evidenciar que un chico introvertido, que le cuesta expresar, se le preguntó por qué quiso asistir al espacio, su respuesta fue: - creía que era un taller más de escucha y no de actividades. Se le realiza la aclaración de que van hacer taller didácticos y algunos serán en conjunto.</p> <p>Se le pregunta a Tatiana si él tiene algún tipo de caso abierto con psicóloga y ella responde que no, y se le comenta lo de que él no quiso decir su nombre a lo que Tatiana responde que ellos (refiriéndose a Angélica su hermana) en este momento están pasando por la separación de sus padres y en este momento, por más que el padre no responda, no le quiere ceder la custodia a la madre; también nos comentaba Tatiana que son parte de una población muy vulnerable, pagaron la primera mensualidad del centro (de él y su hermana) y ya no lograron pagar más.</p> <p>Pero igual se quiere resaltar que él dice que siente como saltos de emociones, por lo tanto se considera importante prestar atención a este tipo de acciones, aunque se sabe que no es diagnosticado lo cual puede ser un factor que afecte para que se le haga un seguimiento.</p> |
| Conexiones con lecturas | <p>Competencias personales:</p> <p>Autoconciencia: Luis aún no tiene claridades sobre sus emociones, del por qué las siente, cómo las siente y cómo gestionarlas</p> <p>Autovaloración: Parece tener confianza en sus propias capacidades</p> <p>Autogestión: él mismo expresa que cuanto se enoja no logra controlarse, carece de su dominio interno</p> <p>Autonomía: No requiere de mandatos para hacer sus deberes, de esta manera demuestra autodeterminación y autodirección.</p> <p>Desarrollo humano:</p> <p>Durante este transcurso los adolescentes presentan diversos saltos emocionales, por lo cual también se encuentran confundidos y a veces no saben cómo controlar sus emociones o gestionar de manera adecuada sus acciones. Este podría ser el caso de Luis que sus emociones se encuentran tan a la deriva debido a la etapa en la que se encuentra. Es por ello que siente este salto de emociones, además que uno de sus pilares principales (familia) se está fracturando lo que hace que todo sea un poco más complicado de lo normal, pues la familia es uno de los factores que contribuyen a la construcción de nuestra identidad, pues son nuestro primer lugar de reconocimiento cuando niños. Sería un poco rápido para colocar a Luis en un estado de personalidad según como lo propone Marcia, pues no sé tiene la suficiente información para ello.</p> |
| | <p>Sesión 2: 28 de julio 2022 "identidad (habilidades, cualidades y valores)"</p> |
| | <p>Se le tuvo que insistir en varias ocasiones que se desplazara al espacio donde se realizan los taller pues la verdad no sé le veía en disposición para estar dentro de él, después de llegar se encuentra acompañado de su hermana y celular con unos audífonos.</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>Para realizar la primera actividad propuesta, fue realmente muy difícil, porque no quería decir, ni hacer nada.</p> <p>Para incentivar el vínculo e ir aún lugar un poco más cómodo para él se decide que mi compañera Camila se haga con él, aunque entendió las instrucciones, realmente no se tomó el tiempo de responder las preguntas sino por lo contrario pareciera que lo hizo por salir del pasó, se le realiza una aclaración de que el espacio es un lugar donde de van a realizar actividades donde de necesita interactuar y se le dice que él fue el que pidió estar dentro del espacio.</p> <p>Cómo se menciona anteriormente se habla con Tatiana la cual nos brinda información importante sobre su situación familiar y que él casi siempre es así, que es un chico de días, (a veces bien, a veces mal) pero como no se tiene ningún diagnóstico no sé puede hacer nada con él por la parte de psicología.</p> |
| | <p>Sesión 3: 04 de agosto del 2022 Hoja de vida.</p> |
| | <p>Luis es un tanto indescifrable, parece estar interesado en el espacio, pero al mismo tiempo no querer hacer lo que se propone. Aun así, durante la sesión realizó bastantes preguntas ya que no comprendía muy bien a qué se referían y completó toda la actividad. De esta podemos observar que (i) Logra identificar algunas cosas que le dificulta relacionarse con el/la otro/a (ii) No tiene nociones de lo que es la identidad (iii) Se tiene en buena estima (o eso quiere mostrar) (iv) Tiene buena relación con su familia, aún así, tiene ciertos conflictos con su padrastro y al parecer, en algún momento hubo un quiebre en la relación con su papá (v) No logra identificar la incidencia que han tenido sus familiares, amigos, etc, en su identidad</p> |
| | <p>sesión 4: 11 de agosto del 2022, genograma y círculo de confianza.</p> |
| | <p>No asistió a a la sesión ya que tenía muchas tareas.</p> |
| | <p>Sesion 5: 18 de agosto del 2022, Arbol de problemas.</p> |
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Atención al/la otro/a: ● Dinámicas de diálogo y consenso: Junto a Santiago más que dialogar se repartieron tareas, para el arbol se acogían a lo que dijera el otro si entrar en una reflexión, fue sobre todo cuando me acerque a preguntarles que se detuvieron a pensar en el orden que había dado a las problemáticas. ● Problemática principal que identifican: Dificultad para poner límites en entornos sociales y familiares <ol style="list-style-type: none"> 1. Dificultad para poner límites en entornos sociales y familiares 2. Búsqueda de identidad 3. Represión de emociones... 4. Escasa percepción e identificación... 5. Anulación del cuerpo... 6. Dificultad para conectar los rasgos de su identidad... 7. Sentirse solos y no escuchados 8. Dificultad para reaccionar de manera asertiva... 9. Escaso conocimiento frente a patrones... 10. Fracturas dentro del circulo familiar ● Herramientas: En este punto Luis y Santiago no pusieron atención a las |

| | |
|--|--|
| | indicaciones, más que no entender, no escuchan lo que se les pide, por último casi obligados, pusieron que para todo lo anterior querían escribir |
| | Sesión 1: 25 de agosto de 2022, Percepción e identificación de emociones. |
| | No asistió al espacio, tenía muchas tareas. |
| | Actividad complementaria, primer jueves del mes: 01 septiembre 2022 |
| | <p>Pudimos notar que Luis se presentó sin audífonos a la sesión, puede ser una casualidad, pero teniendo en cuenta el llamado de atención que se le hizo anteriormente por no escuchar, sentimos que fue una señal de que acató a esto. Durante las sesiones Luis siempre quiere dar la imagen de estar desinteresado pero a lo largo de los ejercicios se evidenció que estaba atento a cada una de las instrucciones.</p> <p>Durante el ejercicio se centró mucho más en hacer el dibujo que en posicionar las emociones en el papel, pero internamente sí iba pensando en ello.</p> <p>1. Lograr que los/as NNA hagan memoria de dónde ubican sus emociones a nivel corporal: Ojos: Sopesa Boca: Felicidad Pecho: Tristeza Estomago: Asco Manos: Furia Pies: Miedo</p> <p>Como en varios casos ya, considero que se está confundiendo la emoción con el impulso corporal que genera esta</p> |
| | Sesión 2: 8 de septiembre de 2022, represión de emociones |
| | <p>Reflexión: la empatía y el enojo. Luis se encontraba haciendo tareas y él llegó en el momento de realizar la carta.</p> <p>El niño que fui. Se le explica a Luis lo que debe hacer y en un principio como que decide con entusiasmo hacerlo, pero luego se bajonea y dice que no quiere. Se le indica que no tiene que ser escrito, que puede hacerlo de otras formas, él decide escribir palabras sueltas por toda la hoja.</p> <p>Mariposa origami. El no realizar esta actividad, ya que para él fue realmente liberador romper su carta.</p> <p>Socialización sobre la represión de emociones Él decidió no participar en esta parte ya que aún se encontraba descargando esa energía que le suscitó la carta, pero él expresa que una manera de desahogar los sentimientos es escuchar música, que es algo que a él le ayuda.</p> <p>Nota. Es la segunda vez que Luis se presenta al espacio sin audífonos y con gran entusiasmo de realizar las actividades, además de la completa disposición dentro del espacio.</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>Sesión 3: 29 de septiembre del 2022, emociones y corporalidad</p> |
| | <p>En esta sesión Luis no quería participar en un inicio, cuando fui a llamarlo se resistió un poco para bajar (no mucho), en un inicio fue con los audífonos puestos, luego se los quito. En medio de la sesión tuve que llamarle la atención (cosa que realmente no me agrada) estaba molestando mucho con Kamilia, por lo cual Alisson amenazó con separarlos y él respondió que “le valía verga” lo cual realmente me enoja mucho. Pareció atender al regaño pero sentí el ambiente tenso luego de esto.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mímica y análisis: Para esta actividad Luis se hizo junto a Kamila, no participo mucho y se resistió a realizar la actividad, Kamila tuvo que estar insistiendo y pullandolo para que hiciera algo. En este punto se podría decir que Kamila hizo casi el 100% del trabajo 2. Comunicación no verbal: El término parece no haber sido muy claro para Luis 3. Conociéndome y reconociéndome: <ul style="list-style-type: none"> ● Felicidad: Es cuando uno está con esa persona que lo hace feliz y con la familia. ● Celoso: Es cuando su novio/a está con otra persona o cuando no te pone cuidado ● Amor: Cuando quieres a esa persona y la amas es amor ● Culpa: Cuando te culpas tú mismo cuando no haces las cosas bien. ● Triste: Es cuando pierdes a un ser querido y perder también a tu pareja ● Vergüenza: Es cuando no sabes qué decir a esa personita cuando te da vergüenza de hablar ● Miedo: Cuando miras una peli te da miedo, pues claro, es de terror. ● Asco: Cuando miras o hueles pues claro el cerebro reacciona y le da asco. <p>Los dibujos que realizó Luis dan cuenta del objetivo de la actividad, aún así, observando sus respuestas escritas, no se evidencia una reflexión frente a su lenguaje corporal, sino que identifica alguna de las razones externas por las cuales se dan estas emociones.</p> |
| | <p>Sesión 4: 06 de octubre del 2022, reconocer, soltar y sanar</p> |
| | <p>Cuando fuimos a buscar a Luis al salón de audiovisuales no sé veía muy animado para bajar con nosotras pero a la final lo hizo.</p> <p>Cuando nos ubicamos en el espacio los chicos/as nos informan que ellos/as tenían que practicar para la obra de teatro, que se las tuvieron que cambiar de su horario habitual, por lo que no se pudieron realizar las actividades planeadas y las educadoras deciden realizar solo la actividad de la postal.</p> <p>4. Postal.</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>Se hace entrega del genograma, explicándoles que debían escoger a alguien de allí y realizarle un escrito (postal) en símbolo de poder soltar todo el malestar que tenemos dentro; también se aclara que esto es un proceso que lleva tiempo y que esto es primer inicio, además que esto se hace más por sanación para nosotros/as. Al principio de la sesión se encuentra un poco distraído con los de la obra de teatro pero logra prestar atención frente a las indicaciones que les damos. Al momento de pedirle dibujar pide a Camila que si le presta el celular para mirar cómo dibujar algo, empieza buscando una especie de mirador en un montaña pero cuando empieza dibujar realiza un chico con capota, con la manos en los bolsillos y caminó, además hace una chica al frente de ella pero dándole la espalda. Cuando le preguntamos cuál era su lugar seguro, él nos responde que: - es un lago, que es un lugar donde él siente mucha paz. El no logra escribir nada pues se encontraba bastante concentrado en la primera parte.</p> <p>Nota: nos parece interesante que durante está clase Luis estuvo atento y bastante receptivo, aunque él no es de hablar mucho . Además que importante que ya no ha vuelto a traer sus audífonos a las clases. Además nos pareció demasiado gratificante escucharlo decir que "las profes son una chimba" y que les gustaba estar con nosotras dentro del espacio.</p> <p>cuando los vimos ensayar se veía muy entusiasmado y entregado dentro de ese espacio, lo que no hace pregunta ¿cómo generamos ese mismo entusiasmo para que esté dentro de nuestras sesiones?</p> |
| | <p>Sesión complementaria: reconocer, soltar y sanar: 20 de octubre 2022</p> |
| | <p>Luis parece haber tomado por costumbre negarse a bajar cuando se le pide, aún así, parece que esto es molesto, únicamente con el fin precisamente de irritarnos un poco. Durante el desarrollo de las actividades se mostró, muy a su manera, entusiasmado y entregado al desarrollo</p> <p style="text-align: center;">- Silueta</p> <p>En un inicio, en su silueta no habían tantas heridas representadas, pero al hacer las curas (que las hizo en forma de corazón) las ubicó en varios lados, en total realizó 10 curas, una la ubico en la cabeza, dos en cada uno de sus hombros, dos en el pecho, una en el estómago, una en cada mano, una la parte superior de su pierna izquierda y una en un pie.</p> <p>En cuanto a las preguntas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sí, porque uno puede hacer el esfuerzo necesario para |

| | |
|--|---|
| | <p>que uno por su cuenta solucione sus problemas con ayuda de nuestros papás o alguien que sepa de eso</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Propongo que alguien cercano me ayude a sanar mis heridas que más me duelen con mis sentimientos 3. Las recuerdo cuando estoy más adolorido que antes o a veces las pienso |
| | <p>Sesión 6: 2 de noviembre 2022, identificando-me</p> |
| | <p>Cuando llegó al centro él se encontraba en la rotonda jugando uno con Camila y otra compañera, luego Lorena la psicóloga los llama para realizar una charla con ellos/as después de terminar el se va para donde Santiago hablar el me pide que lo deje hablando 5 min pero llegamos al acuerdo que si terminaba rápido podía ir hablar con Santiago.</p> <p>Identificando-me.</p> <p>Al momento de recortar sus rasgos biológicos fue realmente más difícil encontrarlos primero porque las revistas tenían fotos muy pequeñas pero también por qué Luis tomó referentes a personas que no se parecían físicamente a él. Ya en el segundo momento de la actividad fue mucho más fácil y aunque si bien no encontraba las palabras el busco la manera de hacerlas, allí estaba mucho más concentrado además de que logro identificar que algunas de sus habilidades las tenía gracias a su mamá y otras habían sido desarrolladas por él mismo.</p> <p>Referencia teórica.</p> <p>Cuando estaba hablando sobre la identidad hablamos sobre como nuestros aspectos físicos como latinos aunque son diversos son muy variados, hablamos un poco sobre la identidad cultural y la identidad personal a lo cual estuvo atento. Por otra parte cuando mi compañera Camila habló de identidad él no se encontraba en el salón por el acuerdo que realizamos.</p> <p>Nota: se veía bastante triste ese día, parecía que lo que había hablado con Lorena había sido un poco grave, pero me gustó que realmente estaba muy entregado al momento de realizar la actividad, creo que sí se tomó el tiempo necesario para esta actividad.</p> |
| | <p>Sesión 7: 3 de noviembre de 2022, resolución de conflictos</p> |
| | <p>Luis nos pide el favor de bajar con él pues necesita hablar sobre algo importante, luego de ubicarnos en nuestro lugar de siempre, el nos dice que se encuentra aburrido dentro del espacio y que no desea continuar, nos da alguna explicaciones y por más de que intentamos persuadir su decisión es no continuar. Al finalizar nos da un abrazo de despedida y se va junto a los de ciclo tres y cuatro.</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>Nota: Después de su partida Kamila nos explica la razón por la cual se retira y nos comenta que fue porque su novia le había pedido que no continuará dentro del proceso. Todo esto nos hace cuestionar frente a qué tipo de relaciones erotico-afectivas están creando los/as chicos/as, que tipo de límites colocan dentro de sus relaciones y que tan sanas son.</p> |
| | Se retiró del espacio |
| | Sesión 9: 24 de noviembre 2022, soy porque somos |
| | <p>Aunque Luis se había retirado, le pedimos el favor que participara de esta sesión para poder recoger algo de información, ya que él había hecho parte de la mayoría del proceso, a lo cual accedió. Al llegar al salón la única que salió fue Kamila, tuvimos que mandarle a decir con ella que recordará la promesa que nos había hecho.</p> <p>Estuvo muy participativo en todas las actividades (la línea del tiempo y el glosario las pondre en un archivo aparte) Se mostro muy agradecido al recibir las galletas y el diploma, aunque al irse del salón si lo senti un poco seco.</p> |

| | |
|---|--|
| Edad | 12 |
| Entrevista competencias personales, realizada el 28 de julio del 2022 | <p>¿Qué emociones conoces?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ehhh la tristeza, la felicidad, la soledad, el aburrimiento, la ansiedad, el enojo, la ira, los celos <p>¿Cuáles de esas emociones identificas en ti? ¿Cuáles crees que tú sientes?</p> <ul style="list-style-type: none"> - La felicidad, la tristeza, la rabia y no se que más. <p>¿Por qué crees que tienes presente estás emociones?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Porque siempre las utilizo en mi vida <p>Ok, está bien</p> <p>¿Cuando te propones una meta que tan constante crees que eres?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuando me propongo una meta, pienso: que es lo que voy hacer, lo analizó y ahí si lo hago, cuando no, no lo pienso, me siento triste por no haber hecho eso. <p>Ok, o sea ¿eres constante o no eres constante cuando te propones una meta?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si ... <p>Tratas de ser conste, está bien.</p> <p>¿Cómo sueles actuar cuando estás muy enojada?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Literalmente cuando estoy muy enojada empiezo a gritar, empiezo a llorar y ... reaccionó de una manera salvaje con lo que me encuentre o con quien me saca el mal genio y empiezo a responder con groserías. <p>¿Crees que esa es la manera adecuada, está bien o está mal?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Está mal, por uno no tiene que controlarse así sus sentimientos, sino de una forma adecuada, de una forma tranquila, no así a los golpes y eso. <p>¿Cómo te sientes cuando estás muy alegre?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Me siento feliz porque cumplí o mi familia está feliz, yo estoy feliz o alguien me saca la alegría o alguien me emociona. <p>¿Y qué haces? ¿Qué acción haces correr, gritas, solo sonríes ?</p> |

| | |
|----------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Me río, me da la locura, empiezo a jugar con mi hermanos y cuando no, pues no. <p>Ok ¿Eres una persona bastante entusiasta?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si <p>¡Muy bien !</p> <p>¿Que haces cuando tienes tiempo libre en casa?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empiezo a chatear o mirar televisión o hago oficio <p>Ok, ¿Y hacer oficio que implica ?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Implica los deberes de uno, tender la cama, hacer la comida, hacer oficio, bañarse. <p>¿O sea te toca cocinar?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si <p>Jajjaa yo no sé cocinar ¿Que cocinas?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Todo tipo de comida <p>Ahh bueno ¡súper ! ¡Que chevere!</p> <p>Ehh bueno se que está depronto no la puedes tener muy claro, pero</p> <p>¿Cuál crees que es tu misión o propósito en el mundo?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mi propósito más adelante que tengo es estudiar, ayudar a mis padres, sacarlos adelante, no seguir pasando lo que ha pasado, dejar mis cosas malas en el pasado y conseguir una vida nueva, sin problemas, sin nada de nada. <p>O sea ¿Una vida sin problemas te refieres a problemas económicos?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Problemas económicos, problemas familiares, problemas en el colegio... evitar eso <p>¿Te gustaría evitar eso?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si <p>Ok, está bien y ya creo que eso sería todo. Muchas gracias Angélica.</p> |
| DIARIO DE CAMPO | |
| Descripción de lo que paso | Angélica no había asistido a la sesión anterior, por lo tanto no se le había realizado la entrevista. Ella siempre estuvo a demasiada disposición y es bastante entusiasta, ella es consciente que la manera de solucionar sus conflictos está mal, pero ella a su vez dice que no se va dejar de nadie, pero realmente quiere cambiar esto para evitar más problemas en casa. |
| Comentarios | <ul style="list-style-type: none"> - Cómo así toda la sesión me la pasé con Angélica pude notar que es una chica que realmente quiere el espacio, además de ser muy entusiasta, se puede evidenciar que tiene problemas al resolver conflictos pues acude a la violencia como única manera para solucionarlos. También considero que es alguien que detrás de toda esa energía, tiene demasiada tristeza sin expresar y que trata de evadirla. Pero el hecho de que quiera evitar problemas y que está siendo consciente de ello es un muy buen paso para empezar a tener una mejor resolución frente a los conflictos. - me genera dudas aquello de que “utiliza” las emociones, no porque esté mal, pero ¿De qué modo las utiliza? |
| Conexiones con lecturas | <p>Competencias personales:</p> <p>Autoconciencia: Logra identificar varias emociones</p> <p>Autovaloracion: Manifiesta ser constante, lo cual expresa confianza en sus propias capacidades, el hecho de que le genere tristeza no poder cumplir algo, evidencia de alguna manera la importancia que le da a sus proyectos.</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>Autogestión: Al estar enojada aun no logra gestionar sus emociones, no posee control interno, por más de que reconozca que es algo erróneo.</p> <p>Autonomía: Al igual que Luis parece no requerir de instrucciones para realizar lo que debe hacer y se apropia de dichos quehaceres.</p> <p>Desarrollo humano:</p> <p>Durante esta etapa la amígdala que es la parte más primitiva de nuestro cerebro está demasiado presente, pues los adolescentes constantemente tienen un atrapamiento por esta, pues al momento de ciertas situaciones, está actuando de manera impulsiva sin pensar en las consecuencias de sus actos, considero que es por ello que Angélica reacciona de manera tan violenta frente a ciertas situaciones de su entorno, obviamente no creo que sea el único factor que lo genere, pero si uno de los cuales puede afectar su actuar frente a dichas situaciones. Y frente a los estados propuestos por Marcia se podría decir en un primer momento que ella se encuentra en un estado de logro de la identidad pues tiene unas metas muy claras, pero pues no sé sabe que tan buena relación tenga con sus padres y si ellos la alientan dentro de sus procesos educativos, formativos y de vida.</p> |
| | <p>Sesión 1: 21 de julio del 2022, portada bitácora.</p> |
| | <p>No asistió.</p> |
| | <p>Sesión 2: 28 de julio 2022 “identidad (habilidades, cualidades y valores)”</p> |
| | <p>para realizar la actividad “yo creo, yo soy” yo fui la compañera de Angélica y estuvimos charlando un poco y ella me comentó que se encontraba en proceso con bienestar debido a que en el colegio tenía problemas de convivencia pues se la pasaban buscando pelea y ella no se iba dejar, por otro lado también me comentó que con su hermano Luis era con quién mejor se llevaba y con su hermano mayor no tanto, además mencionó que ella tenía cinco hermanos y que le parecía muy bueno ser tantos no porque si uno se moría pues tendría apoyo de los otros y nunca estaría sola.</p> |
| | <p>Sesión 3: 04 de agosto del 2022 Hoja de vida</p> |
| | <p>Por alguna razón Angelica llegó a esta sesión muy indispuesta, la actividad la hizo lo más rápido que le fue posible, y se notaba que no quería estar en el espacio, le pregunté si quería hablar y me dijo que no, opté por darle su espacio. De la actividad podemos observar que: (i) Tiene diversos problemas a la hora de relacionarse con sus amigos, familia y conocidos (ii) Se hace partícipe de su proceso de crianza</p> |
| | <p>Sesión 4: 11 de agosto del 2022 genograma y círculo de confianza.</p> |
| | <p>Durante el transcurso de la sesión ella estaba y no estaba prestando atención, pues desarrolló las actividades, pero si se encontraba muy dispersa, además que estuvo molestando por lo que si se le tuvo que llamar la atención.</p> <p>Observaciones:</p> <p>Al lado izquierdo del gráfico ella ubica a su mamá la cual tiene una hija y cinco hijos pero no indica quien es el padre, además al lado de su mamá ubica a cuatro hermanos y tres hermanas por último por parte de su mamá reconoce a su abuelo.</p> |

al lado derecho coloca a su papá, el cual tiene una hija y un hijo que murió y debajo debajo ubica a un hermano de ella el cual es hijo de su mamá y su papá.

Por último, en la parte de arriba ubica a su padrastro el cual tiene un hijo y una hija.

Cómo segunda parte hablaremos del tipo de relacionamiento y prácticas de cuidado que ella tiene con sus familiares:

- **Buena:** en este espacio ubico a su padrastro y a los hijos de él, indicando que con su padrastro se cuidan mutuamente y que ella es quien cuida a su hermano y hermana. por otro lado también ubica a su hermano Luis.
- **Buena pero distante:** acá ubica a sus dos abuelos pero no indica ningún tipo de cuidado, a la otra persona que ubica acá es su mamá resaltando que entre ambas se cuidan.
- **Complicada:** en este espacio ubico a sus tíos/as además que tampoco indico ningún tipo de cuidado.
- **Distante:** en este espacio solo resalta una persona, que a es a su padre, pero sí indica que él es quien cuida.

Realmente no sabemos si fue no entendió la actividad bien o realmente le parecía muy cansona, pues dentro de su genograma a ninguno le puso nombre ni quienes eran. Por otro lado se pudo identificar que aunque sabe de la existencia de los hermanos de su mamá ella no tiene ningún tipo de relacionamiento con ellos/as puesto que no completo si tenían hijos/as o no.

Por último cabe resaltar que ella no indico tener ninguna relación excelente, no sabemos si es porque no se dio cuenta que esa relación existía dentro de la hoja de conversiones o tan solo no tiene este tipo de relación con su familia.

Segunda actividad: círculo de confianza.

- **Círculo de intimidad:** en este espacio ubica a ocho personas, Santiago, Angie, Ana Maria a su hermano Luis, Luia, Ana sofía, Camila y Juan pablo.
- **Confianza media:** acá ubica Froilan que es un chico de redes, Michael y Daniel.
- **Muy poca confianza:** ubica a Díaz y Andrea.
- **Desconfianza:** en este espacio ubica a una sola persona la cual la llama "alias Daniela".

Aunque ella muestra tener varias personas dentro de su círculo de confianza se puede evidenciar que su hermano Luis es alguien bastante importante para ella.

Al momento de describir cómo genero esos vínculos se vio muy conflictuada, pues no sabía explicar de qué manera se crearon esa relaciones tan cercanas a comparación de identificar de cómo se fracturaron sus otras relaciones.

Sesion 5: 18 de agosto del 2022, Arbol de problemas.

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Atención al/la otro/a: En cuanto a la actividad del cadáver exquisito, Angelica estuvo muy presta a terminar las historias lo mejor que podria, dandoles un cierre simpatico y acorde ● Dinámicas de diálogo y consenso: Junto a Ana María más que acordar ubicaron en su mayoría todas las problemáticas a la loca, tratando de salir de paso. Luego de que me acerque a cuestionarlas hicieron el intento de charlar, pero abordaron en serio unicamente las primeras problemáticas ● Problemática principal que identifican: Represión de emociones, pensamientos y sentires. <ol style="list-style-type: none"> 1. Represión de emociones, pensamientos y sentires. 2. Sentirse solos 3. Escaso conocimiento patrones familiares 4. Fracturas circulo familiar 5. Búsqueda de identidad 6. Dificultada para conectar los rasgos de su identidad con su crianza... 7. Anulación del cuerpo.... 8. Dificultad para reaccionar de manera asertiva... 9. Dificultad para poner límites 10. Escasa percepción e identificación... ● Herramientas: <ol style="list-style-type: none"> 1. Diálogo y escritura: Porque me siento más identificada con esas 2. Escribir: Es más fácil. 3. Escritura: Porque siempre se presentan problemas y los mismos. 4. Escritura: Porque seria más facil escribir que hablar. 5. Diálogo: Porque sabría más y me conocería más de lo que me gusta. 6. Escritura: Porque de pronto tuvimos dificultad en nuestra crianza y eso nos lleva a hacer cosas más dependientes. 7. Dialogo: Dialogaria cómo siento mis emociones. 8. Escritura: Emmm llegar a acuerdos para no agredir a las personas 9. Diálogo: Que la persona que me interesa me deja en visto 10. Escritura: Que uno a veces no sabe y no encuentra la identificación de emociones |
| | Sesión 1: 25 de agosto de 2022, Percepción e identificación de emociones. |
| | No asistió, tenía muchas tareas. |
| | Actividad complementaria, primer jueves del mes: 01 septiembre 2022 |

| | |
|---|---|
| | <p>Durante esta sesión Angelica estuvo muy tranquila y concentrada en la actividad propuesta, no sé si concederle esto a que estuvo separada de Luis, a que no fue Ana María o a que estuvo trabajando junto a Alisson.</p> <p>1. Lograr que los/as NNA hagan memoria de dónde ubican sus emociones a nivel corporal:</p> <p>Cabeza: Ira Ojos: Tristeza Corazon: Felicidad Estómago: Sorpresa, asco y miedo Manos: Ira Pies: Miedo</p> |
| <p>Sesión 2: 8 de septiembre de 2022, represión de emociones</p> | |
| | <p>Reflexión: la empatía y el enojo. cadáver exquisito: Este se realizó por una construcción colectiva, el cada integrante del espacio debía agregar algo pero prestando atención al anterior, aunque se realizó la actividad y Angelica estuvo en disposición no se logró la finalidad, la idea era construir una historia frente a cada término, pero esta terminó siendo muy confusa.</p> <p>El niño que fui. Cuando se le pide que realice la actividad ella se encuentra muy dispuesta realizarla, pudimos evidenciar que realizó un escrito donde se vio realmente muy concentrada.</p> <p>Mariposa origami. Esta actividad se le facilitó muchísimo a ella e incluso le ayudó a su compañera Camila con algunos de los pliegues. por otro lado cuando se le dice que puede hacer lo que quiera con su carta ella al igual que otros/as de sus compañeros/as expresa que quiere quemarla, se le indica que no se puede pero que si le gustaría romperla, ella decide que lo mejor es tener esa carta lejos de ella y se la entrega a la profe Alisson y dice que le gustaría compartirla con ella dando el permiso para leerla y también al igual que varios compañeros pide que cada uno de los integrantes del espacio la firmen.</p> <p>Socialización sobre la represión de emociones. En este momento las educadoras comunitarias realizan una contextualización del por qué reprimir nuestras emociones es malo y los efectos que pueden tener en el cuerpo, Angelica comienza a entrelazar esto con sus propias experiencias de vida, indicando que el enojo es una de las emociones más difícil de reprimir, pero ella también sugiere que una de las formas adecuadas de expresar mejor lo que sentimos es evitar aislarnos y hablar sobre lo que pasa en el momento, pero todo de forma muy calmada y a través del diálogo.</p> <p>Nota. En esta sesión en especial ella fue demasiado receptiva frente a las actividades y se encontró en una disposición de escucha todo el tiempo.</p> |
| <p>Sesión 3: 29 de septiembre del 2022, emociones y corporalidad</p> | |

| | |
|--|---|
| | <p>Durante la sesión Angelica estuvo muy metida en el celular, según ella, “resolviendo un problema”, estuvo desarrollando todas la actividades pero aun así no la sentí tan presente</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mímica y análisis: En un inicio junto a Miriam no se mostraron muy emocionadas por la actividad, se les dio tiempo para que acordaran cómo iban a representar sus emociones y, en vez de eso, empezaron a hablar de asuntos personales. Mirim le propuso una escena en la que se vieran involucrados el miedo y la tristeza, pero no logró su cometido. Después de terminada la actividad pidieron poder repetirla, aún así, en vez de representar algo gestualmente, escribieron para dar cuenta del amor, lo que no fue funcional para los objetivos de la sesión. 4. Comunicación no verbal: Con el ejercicio se evidencia que la información brindada a Angelica no se dio de forma adecuada para que la entendiera. 5. Conociéndome y reconociéndome: <ul style="list-style-type: none"> ● Felicidad: Cuando me siento feliz, alegre ● Tristeza: Cuando me dicen cosas feas, me hacen sentir triste ● Celosa: Cuando se junta con personas que yo quiero, me pongo celosa ● Vergüenza: Cuando hago o me hacen algo que me hace sentir incómoda ● Amor: Cuando siento algo por una persona o un animal ● Miedo: Cuando veo algo que me asusta ● Culpa: Me siento culpable de no hacerle caso a mi mamá ● Asco: Cuando veo algo que me ruje la barriga y me hace dar asco ● Enojo: Yo me enojo cuando me tocan la cara y me jalan el cabello. <p>Con respecto a los objetivos de la sesión, los dibujos ni lo escrito por Angelica dan cuenta de ello. Podemos evidenciar que tiene claras algunas situaciones que detonan ciertas emociones, y también, actos que son consecuencia de ellas, pero con respecto a su lenguaje corporal no fue mucho lo que escribió. Habria que ver si esto fue porque no le quedo claro qué era el lenguaje corporal, o porque no fuimos muy claras a la hora de explicar la actividad.</p> |
| | <p>Sesión 4: 06 de octubre del 2022, reconocer, soltar y sanar</p> |
| | <p>La fuimos a recoger al salón de audiovisuales y ella al principio dijo: -ya voy como en tono de pereza, pero luego bajo más entusiasmada y preguntó que haríamos durante está sesión</p> <p>Cuando nos ubicamos en el espacio los chicos/as nos informan que ellos/as tenían que practicar para la obra de teatro, que se las tuvieron que cambiar de su horario habitual, por lo que no se pudieron realizar las actividades planeadas y las educadoras deciden realizar solo la actividad de la postal.</p> |

| | |
|--|---|
| | <p style="text-align: center;">4. postal</p> <p>Se hace entrega del genograma, explicándoles que debían escoger a alguien de allí y realizarle un escrito (postal) en símbolo de poder soltar todo el malestar que tenemos dentro; también se aclara que esto es un proceso que lleva tiempo y que esto es primer inicio, además que esto se hace más por sanación para nosotros/as. Al principio le costó un poco consentirse debido a que estaban ensayando la obra de teatro justo en el mismo espacio que nosotras, pero al final logra conectarse con lo que se está hablando durante la sesión. Al momento de realizar el dibujo ella pide un celular para tener una imagen de lo que le gustaría plasmar de su lugar seguro. Cuando le preguntamos cuál era su lugar seguro ella afirma que su cama, -"cuando estoy mal, lloro, duermo, me despierto vuelvo a llorar y me vuelvo a dormir. Si ese es mi lugar seguro. Pero ella en la parte del dibujo realiza un corazón con heridas, una puntilla y una cura. Durante esta sesión se encuentra bastante concentrada y al momento de escribir se ve bastante inspirada.</p> <p>Nota: Durante esta sesión consideremos que si estuvo muchísimo más conectada que con la anterior y aunque no pudimos leer su postal. Vimos que ocupó la mayoría del espacio.</p> <p>A veces es un poco difícil saber si ella se encuentra bien o mal, ya que siempre utiliza el tapabocas lo que hace que ver sus expresiones sea más difícil de leer.</p> |
| | <p style="text-align: center;">Sesión complementaria: reconocer, soltar y sanar: 20 de octubre 2022</p> |
| | <p>Angélica durante esta sesión se mostró bastante interesada por muchos temas, además, se le vio muy entregada al taller muy participativa e hizo de este espacio un espacio muy ameno</p> <p style="text-align: center;">- Silueta</p> <p>A su silueta le puso rostro, este, está llorando, tiene unos cachos y al mismo tiempo una aureola, ubico 4 heridas: una en el pecho una en cada brazo y una en el abdomen</p> <p>En cuanto a las preguntas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No, porque me hicieron harto daño y me marcaron para toda la vida 2. No se, podría tratar de curar esas heridas 3. Evadiendo y olvidando |
| | <p style="text-align: center;">Sesión 5: 2 de noviembre 2022, identificando-me</p> |
| | <p>Ella se encontraba realizando tareas pero bajo muy rápido.</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>Identificando-me.</p> <p>En un primer momento cuando estábamos realizando los rasgos biológicos Angélica no se tomó muy en serio el ejercicio, ya después si empezó hacerlo pero utilizando unos estereotipos un poco marcados. Ya luego empezó a realizar la segunda parte de la actividad y en este momento ya se lo tomó un poco más en serio, realmente si se concentró en encontrar palabras que la identificaran.</p> <p>Referencia teórica.</p> <p>Al igual que Luis creamos una charla frente a la identidad cultural y la identidad personal y de cómo está se va desarrollando a través del tiempo y de cómo está no es estática y se va transformando, cuando Camila lo explica en el tablero ella se ve muy enfocada en terminar la actividad, pero de igual manera está prestando atención.</p> <p>Nota: me quedo con la duda si ella está siendo consciente de que está cayendo en los estereotipos de la televisión frente al cuerpo y me gustaría saber si esto le podría llegar a afectar su autoestima.</p> |
| | <p>Sesión 6: 3 de noviembre de 2022, resolución de conflictos</p> |
| | <p>Angelica se encontraba realizando recuperaciones por lo tanto no pudo asistir al espacio.</p> |
| | <p>Sesión 7: 10 de noviembre 2022, Deconstruyendo el amor romántico</p> |
| | <p>Angelica de un tiempo para acá se volvió un pilar para la clase, siempre participa, siempre está atenta, siempre parece disfrutar las clases (claramente como toda persona se distrae a ratos, pero se le nota muy a gusto con nosotras). Al llegar Ana María se distrae un poco más, pero entre las dos participan mucho. Al leer mi historia su primera reacción es que él chico era un “manipulador”. Junto a Ana María parecían tener claro que ese no era el tipo de amor que querían recibir,</p> <p>Lista de límites:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Que me trate mal ● Que no fuera perro ● Que me pegara ● Que no fume ● Que trabaje y no se gaste la plata ● Que no sea abusivo ● Que no sea manipulador ● Que no se inseguro con uno ● Que no se comporte verbalmente conmigo |

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Que no me humille <p>Añadió luego de la charla</p> <ul style="list-style-type: none"> • Que no me mate <p>Junto a Ana María estuvieron muy sorprendidas con la canción de “si te veo con otro de mato”</p> |
| | <p>Sesión 8: 17 de noviembre 2022, reconociendo mis redes de cuidado.</p> |
| | <p>Reconocimiento de redes de apoyo y transformación de espacios:</p> <p>Ella empieza a dibujar su lugar incómodo o inseguro y ella hace una representación de su casa luego se dispone responder las preguntas orientadoras donde escribe su respuesta en el tablero, donde expresa que no se siente cómoda y no le gusta estar allí. En un segundo momento donde debe ubicar a las personas que la hacen sentir segura ubica a tres personas, a su mamá, Ana María y Luis su hermano y expresa que ellos la hacen cambiar emociones y cuando se enfrenta alguna situación en este lugar dependiendo la gravedad acude a ellos de inmediato o no.</p> <p>Reflexión:</p> <p>Se empieza haciendo reflexión sobre qué entienden por responsabilidad afectiva para incentivar el diálogo. Su participación fue muy mínima debido a que se encontraba en el celular y hablando con Ana María.</p> <p>Redes de apoyo:</p> <p>Se le pide expliquen de qué manera cuidan o los cuidan sus redes de apoyo y ella expresa que escuchándola y abrazándola cuando es necesario.</p> <p>Al finalizar las actividades se abrió un espacio de tiempo libre donde ella quiere tomarse fotos junto a su amiga Ana María y luego nos invita a participar.</p> <p>Nota: Me parece interesante la relación que lleva con su hermano se ve son muy fraternal y que existe un cuidado mutuo.</p> |
| | <p>Sesión 9: Soy porque somos, 24 de noviembre 2022</p> |
| | <p>A esta sesión llegó un poco tarde, ya que estuvo en mundo aventura; Aun así llegó de una vez preguntando “¿Qué hay que hacer?” Alcanzó a añadir algunas cosas al glosario (que no tenían mucho que ver con el tema) realizó la entrevista y aportó al dibujo colectivo con algunas palabras que considero pertinentes (La felicidad, la paz, el amor, la honestidad, la</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>amistad, el respeto), recibió su regalo muy amorosamente, propuso tomar más fotos, charlamos un rato. Al final de la sesión fue la única que se quedó, me da la impresión que se fue con un sinsabor, ya que algo le pasó en su infancia (que no nos ha contado qué) que la inquieta en demasía.</p> |
|--|---|

| | |
|--|---|
| Edad | 13 |
| Entrevista competencias personales, realizada el 04 de agosto del 2022 | <p>¿Qué emociones conoces?</p> <ul style="list-style-type: none"> - La tristeza, la felicidad, el enojo, la alegría y así jeje <p>Ok, está bien</p> <p>¿Cuáles identificas en ti?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues la alegría, el enojo y a veces la tristeza. <p>Ok, ¿por qué crees que identificas la tristeza en tí?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Porque la mayoría yo no me la pasé con mi familia porque la pasan criticándome, entonces por eso yo me la paso alejada para no estar en ese entorno. <p>¿Por eso me preguntabas lo de estar sola?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si - Y pues la alegría porque estoy acá con mis amigos - El enojo cuando me critican, cuando me dicen que no hago las cosas bien, lo que tengo que hacer obligada y así. <p>Ok, está bien.</p> <p>¿Qué tan constante eres cuando te propones una meta?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues a cumplirla yo me enfoco en cumplirla. <p>Súper, o sea eres constante</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si <p>¡Muy bien!</p> <p>¿Cómo sueles actuar cuando estás muy feliz?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues me la paso jugando con mi amigos, hablando y así <p>Y ¿Cuándo estás muy molesta?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues me quedo callada y me centro en mí <p>O sea ¿Tratas de alejarte?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Yo me alejo de ellos <p>¿Por qué crees que tomas esa decisión de alejarte?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Por qué trato de no mostrar que estoy molesta, al frente de todos. - Me han enseñado que no toca mostrar cuando estas molesto, ante personas que sí te han querido. - Por eso me alejé de las personas. <p>Ok, está bien.</p> <p>¿Qué haces cuando tienes tiempo libre en tu casa?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues hago lo que me gusta, a veces acomodo mi habitación. - Eh, escucho música. - Me acuesto un rato - Terminó de hacer unas tareas. - Me pongo a jugar con mis hermanos. <p>Ok está bien.</p> <p>¿Cuál crees que es tú propósito en este mundo?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pues en un futuro me gustaría ser veterinaria, entonces eso es lo que me tiene más enfocada. <p>Y esto es ¿Por qué te gustan muchos los animales? ¿Solo perros y gatos o todo tipo de animales?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Me gusta de todo, pues desde pequeña he estado rodeada de animales, de vacas, de caballos de perritos. <p>O sea ¿Te gusta ayudarlos?</p> |

| | |
|----------------------------|--|
| | - Si Ok, eso es todo por hoy, muchas gracias. |
| DIARIO DE CAMPO | |
| Descripción de lo que pasó | La entrevista se desarrolló de manera adecuada, Kamila siempre estuvo muy dispuesta para hablar, se notaba tranquila respondiendo las preguntas. Por otro antes de iniciar la entrevista se le explico el por qué de esta, qué finalidad tenía, además de le preguntó sobre qué temas le gustaría que habláramos en el espacio a mi que ella sugirió la emociones, como identificarlas y cuáles son. |
| Comentarios | kamila es una chica muy dispuesta a realizar las actividades, aunque por lo general es más activa, igual se encontró en completa disposición al realizar la entrevista, es una chica que tiene varias cosas que contar, además que quiere aprender sobre las emociones, cuáles existen y qué comportamientos están bien o mal pues se cuestiona sobre su actitud frente a ciertas situaciones. |
| Conexiones con lecturas | Competencias personales: Autoconciencia: Parece tener conciencia de sus emociones y está en busca de darles respuesta Autovaloración: Demuestra tener confianza en sus propias capacidades a la hora de proponerse algo y perseverar en ello Autogestión: Más que poseer control interno parece reprimir sus propias emociones. Autonomía: Dentro de las cosas que menciona, hace alusión a tareas que son su responsabilidad, lo cual implica que no necesita de supervisión adulta para realizarlas. Demuestra autodeterminación y autodirección Desarrollo Humano: Durante el transcurso de la etapa de la adolescencia, existen factores que influyen en nuestro desarrollo como individuos, pues en esta época es donde estamos en esta búsqueda de identidad. nuestra familia es uno de los factores externos que más influyen en nosotros/as, puesto que son nuestro primer pilar y lugar seguro. Esto lo relaciono con calima porque durante la entrevista ella nombra a su familia y que le enseñaron que cuando este molesta lo mejor es alejarse porque uno no puede ser grosero con las personas que nos han cuidado a los que ella hace caso. Teniendo en cuenta estos factores y según el cuadro de Marcia se puede decir que camila se encuentra en un estado de exclusión haciendo que adquieran compromisos sin crisis debido a que son bastante obedientes, generando a su vez relacionamientos dependientes haciendo que no explore otro tipo de perspectivas. |
| | Sesión 1: 21 de julio del 2022, portada bitácora |
| | No asistió. |
| | Sesión 2: 28 de julio del 2022, identidad (habilidades, cualidades y valores). |
| | No asistió al espacio, la trabajadora social nos comentó que la mayoría de los colegios públicos no tuvieron clase por ello faltaron. |
| | Sesión 3: 04 de agosto del 2022, Hoja de vida. |
| | Kamila es una niña muy dulce y muy atenta a lo que se tenga por decir, desde que llevo estuvo en disposición de hacer las actividades y de adelantar lo que no había podido hacer en otras sesiones. De la actividad |

| | |
|--|---|
| | <p>podemos observar que: (i) Se le dificulta poner límites (ii) No tiene nociones de lo que es la identidad (iii) No reconoce a su padre biológico en su crianza (iv) Tiene nociones de cómo ha influido su entorno en su identidad (v) No tiene mucha relación con su familia</p> |
| | <p>Sesión 4: 11 de agosto del 2022, genograma y círculo de confianza.</p> |
| | <p>En esta sesión Kamila llega tarde pues ella se encontraba haciendo tareas, pero en el momento que ella entra con bastante disposición de realizar la actividad, además se vio bastante dedicada al momento de ejecutarla, pero debido que llegó tarde solo pudo realizar la actividad del genograma.</p> <p>Observaciones:</p> <p>En el lado izquierdo de la hoja ubica a su mamá y al lado de ella un hermano llamado Carlos, su mamá tiene más hermanos pero realmente no sabe cuántos, además también dibuja a sus abuelos por parte de mamá.</p> <p>Al lado derecho hace un cuadro pequeño representando a su papá ella no sabe quién es, expresa que no lo conoce.</p> <p>Pegado a él ubica a su padrastro quien es su figura paterna, el cual tiene dos hermanos, uno se llama Hector y tiene un hijo, el otro se llama Dipson y el tiene una hija y dos hijos. por último ubica a los papás de su padrastro.</p> <p>En la parte inferior de la hoja ubica a sus dos hermanos los cuales tienen 8 y 10 años, ellos son hijos de su mamá y su padrastro.</p> <p>Cómo segunda parte hablaremos del tipo de relacionamiento y prácticas de cuidado que ella tiene con sus familiares:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Excelente: En este espacio ubica a su tío Carlos por parte de mamá indicando que el quien cuida, en segundo momento a sus cuatro primos indicando que entre ellos se cuidan y por último ubica a sus hermanos menores indicando que ella es quien cuida. - Buena: -en este lugar están su mamá y su padrastro indicando que entre todos se cuidan, también ubica a los papás de su padrastro expresando que ellos son quien la cuidan, por último ubica a los hermanos de su padrastrros indicando que entre ambos se cuidan. - Distante pero buena: aca ubica a su abuela materna, pero en esta relación no se expresa ningún tipo de cuidado. - Distante: en este espacio se encuentra su papá. <p>Ella es una chica demasiado animada para realizar las actividades, también se puede evidenciar que tiene una mejor relación con su tío Carlos que con sus padres, además que reconoce que existen prácticas de cuidado por ambas partes y se puede ver que los sobrinos de su padrastro la acogieron muy bien al igual que los padres de él.</p> <p>Segunda actividad: círculo de confianza.</p> <p>No la pudo realizar debido a que llegó tarde.</p> |
| | <p>Sesión 5: 18 de agosto del 2022, Arbol de problemas.</p> |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Atención al/la otro/a: ● Dinámicas de diálogo y consenso: Junto a Kamila dieron inicio haciéndolo sin pensar mucho, pero cuando Alisson se acercó a cuestionar que por qué habían dispuesto de esa forma los problemas lo pensaron un poco más e iniciaron a dialogar y llegar a un consenso sobre qué les parecía más importante ● Problemática principal que identifican: Dificultad para conectar los rasgos de su identidad con su crianza o su entorno social <ol style="list-style-type: none"> 1. Dificultad para conectar los rasgos de su identidad con su crianza o su entorno social 2. Fracturas dentro del círculo familiar 3. Escaso conocimiento frente a patrones familiares 4. Dificultades para poner límites... 5. Búsqueda de identidad 6. Represión de emociones... 7. Dificultad para reaccionar de manera asertiva... 8. Anulación del cuerpo 9. Sentirse solos ● Herramientas: <ul style="list-style-type: none"> - Dificultad para conectar los rasgos de su identidad con su crianza o su entorno social <p>Análisis de problema</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fracturas dentro del círculo familiar - Escaso conocimiento frente a patrones familiares <p>Dibujo: Porque sería la mejor manera de entender</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dificultades para poner límites... <p>Escritura: Porque es la mejor forma de decir algo y que todos entiendan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Búsqueda de identidad <p>Diálogo: Porque sería más fácil para nosotros</p> <ul style="list-style-type: none"> - Represión de emociones... <p>Juegos: Porque nos podemos tranquilizar a través de un buen juego</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dificultad para reaccionar de manera asertiva... <p>Análisis de problemas: Porque podemos reconocer cual es el problema y solucionarlo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anulación del cuerpo <p>Juego: Porque así podemos expresarnos más</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sentirse solos <p>Deporte</p> |
| | <p>Sesión 1: 25 de agosto de 2022, Percepción e identificación de emociones.</p> |
| | <p>Diálogo sobre emociones y sentires: Ella se encontraba demasiado participativa ayudando a crear un diálogo mucho más fluido al momento de la conceptualización.</p> <p>Importancia de la educación emocional: Ella es una chica muy participativa además de que reconoce la importancia de crear una educación emocional en cada uno de</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>nosotros, pues le permitirá que cuando se vea enfrentada a alguna situación sabría de qué manera actuar.</p> <p>Creación; moldear-me : Aunque ella se entraba muy entusiasmada haciendo su muñeco, realmente si se le dificulta un poco para hacerlo, lo armó y desarmó muchas veces, indicando que no sabía que hacer, además que se comprometió a hacerlo en casa y tomarle una foto para la próxima sesión.</p> <p>Ubicando mis emociones: Aunque la actividad aún no se encuentra del todo desarrollada pudimos generar un diálogo frente a qué lugar ubica sus emociones a lo que ella expresó:</p> <p>Enojo: en sus pies, pues cuando está enojada tiende a tirar patadas. Miedo: en su estómago, afirmando que siente un cosquilleo cuando atraviesa por una situación que le causa mucho miedo. Felicidad: en el corazón.</p> <p>Nutrición del diccionario: Aunque se le explica que la idea es que escriba de manera vivencial las emociones ella lo toma de una forma más conceptual y así describe sus emociones. Además de que sus dibujos realmente fueron expresiones.</p> |
| | <p>Actividad complementaria, primer jueves del mes: 01 septiembre 2022</p> |
| | <p>Durante la sesión (como en todas las sesiones) Kamila estuvo muy atenta y participativa, se nota que el tema le agrada bastante y que se siente muy cómoda en el espacio</p> <p>1. Lograr que los/as NNA hagan memoria de dónde ubican sus emociones a nivel corporal: Cabeza: Ira Garganta: Asco Corazón: Tristeza Estómago: Miedo y sorpresa Manos: Felicidad</p> <p>Kamila en un principio posicionaba el miedo en los pies y la ira en las manos, luego de reflexionar sobre la diferencia de la conducta y el sentir realizó el cambio</p> |
| | <p>Sesión 2: 8 de septiembre de 2022, represión de emociones</p> |
| | <p>Reflexión: la empatía y el enojo. cadáver exquisito: Este se realizó por una construcción colectiva, donde cada integrante del espacio debía agregar algo pero prestando atención al anterior, aunque se realizó la actividad y kamila estuvo en disposición no se logró la finalidad, la idea era construir una historia frente a cada término, pero esta terminó siendo muy confusa.</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>El niño que fui. Pudimos evidenciar que Kamila realizó una carta durante esta actividad. ella realmente fue muy receptiva, además de que decidió decorarla y hacer un muñeco que ella siempre hace, haciendo que sea aún más personalizada.</p> <p>Mariposa origami. Al momento de realizar algunos pliegues del final se le complicó un poco y su compañera Angelica le ayudó. Al igual que a otros compañeros se le dice que puede hacer lo que quiera con esta carta, pero ella decide que quiere que la firmen sus compañeros y que las docentes se las lleven.</p> <p>Socialización sobre la represión de emociones. En este momento las educadoras comunitarias realizan una contextualización del por qué reprimir nuestras emociones es malo y los efectos que pueden tener en el cuerpo al igual que otros de sus compañeros ella relaciona esto con su vida cotidiana y además sugiere que el diálogo es una de las salidas en el momento de reprimir emociones y que también deben ser personas seguras a las que le van contar esto.</p> <p>Nota. Ella siempre se encuentra en disposición para realizar las actividades y además es una persona muy entusiasta además que le gusta participar bastante.</p> |
| | <p>Sesión 3: 29 de septiembre del 2022, emociones y corporalidad</p> |
| | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mímica y análisis: Kamila se mostró muy emocionada con la actividad, pese a que su compañero (Luis) estaba muy reacio al tema, ella jamás perdió la iniciativa ni la emoción, en un primer momento le correspondió representar la ira y logró que sus compañeros/as entendieran, en la segunda ronda le correspondió la envidia y también logró dar cuenta de esta emoción. 2. Comunicación no verbal: Con el desarrollo de los ejercicios podemos observar que logro recoger elementos de lo que implica el lenguaje corporal, pero hace falta reforzar el tema 3. Conociéndome y reconociéndome: <ul style="list-style-type: none"> ● Felicidad: Cuando estoy feliz y juego con todos ● Tristeza: No me gusta hablar con nadie cuando estoy triste. ● Celos: Miro feo ● Vergüenza: Me sonrojé ● Amor: Pienso en todo menos en lo que debo pensar ● Miedo: Me pongo lloroza ● Culpa: Me siento mal conmigo ● Asco: Cuando sale mal la comida <p>Los dibujos logran dar cuenta de su lenguaje corporal, por su parte, algunos de los escritos expresan más su actuar que su corporalidad</p> |
| | <p>Sesión 4: 06 de octubre del 2022, reconocer, soltar y sanar</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>Cuando fuimos a recogerla al salón audiovisual ella como siempre con actitud demasiado entusiasta nos saludo y bajó de una vez.</p> <p>Cuando nos ubicamos en el espacio los chicos/as nos informan que ellos/as tenían que practicar para la obra de teatro, que se las tuvieron que cambiar de su horario habitual, por lo que no se pudieron realizar las actividades planeadas y las educadoras deciden realizar solo la actividad de la postal.</p> <p>4. Postal.</p> <p>Se hace entrega del genograma, explicándoles que debían escoger a alguien de allí y realizarle un escrito (postal) en símbolo de poder soltar todo el malestar que tenemos dentro; también se aclara que esto es un proceso que lleva tiempo y que esto es primer inicio, además que esto se hace más por sanación para nosotros/as. En un primer momento ella se encuentra un poco distraída por los que estaban ensayando una obra de teatro muy cerca a nuestro espacio de encuentro. Pero luego logra conectarse con la sesión y ella empieza a plasmar un paisaje y cuando le preguntamos cuál era su lugar seguro ella dice: - cuando estaba en Venezuela con mi abuelo él siempre nos sacaba a comer donas y nos sentamos en un parque. Nos sorprendimos y preguntamos hace cuánto se vino a vivir a Colombia y dijo que como 5 años. Luego continuó realizando su actividad y cuando terminó la quiso compartir con todos/as.</p> <p>Nota: Camila es una niña muy activa y entusiasta, siempre se encuentra en disposición de escucha activa y de querer participar. Aunque fue sorprendente enterarnos que ella era venezolana pues nunca lo había expresado, pero nosotras tampoco preguntamos.</p> |
| | <p>Sesión complementaria: reconocer, soltar y sanar: 20 de octubre 2022</p> |
| | <p>Camila fue la única que realizó la silueta.Me comentó que estuvo enferma el día anterior o se sintió un poco decaída, y ya casi llegando a la noche se acordó que tenía que hacer esta actividad. Durante la sesión como siempre estuvo muy contenta muy concentrada y al mismo tiempo estuvo jugueteando mucho con sus compañeros</p> <p>- Silueta</p> <p>A su silueta la dibujó con rostro, está con los ojos cerrados y sonriendo; heridas ubico muchas, una en la cabeza, una en la boca, una en cada mejilla, una la garganta, una en el corazón, dos en cada brazo, cuatro distribuidas por el torso, tres en la pierna derecha y una en la pierna izquierda</p> |

| | |
|---|--|
| | <p>El que haya hecho está silueta sonriendo me hace pensar mucho en su actitud ante la vida y ante sus propios problemas</p> <p>Cómo cura uso varias hojitas, las hizo con mucha calma y mucho amor</p> <p>En cuanto a las preguntas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No creo que se puedan sanar porque ya son internas 2. Para sanar uno debe enfocarse en lo que importa y buscar un lugar feliz 3. En este momento pues las escondo porque siempre trato de estar con una sonrisa <p>Con Camila alcanzamos a abordar el tema de identidad, ella habló de sí misma como una chica muy alegre, muy empática, muy amable y muy responsable. Siento que a la hora de explicarle lo que implica la identidad no logré hacerme entender adecuadamente. En cuanto a la actividad, logramos llegar nada más hasta los rasgos físicos recortó un par de ojos cafés y una nariz.</p> |
| <p>Sesión 5: 2 de noviembre 2022, identificando-me</p> | |
| | <p>Identificando-me.</p> <p>Se le hace entrega de su silueta y ella ya llevaba una parte adelantada de lo que habían hecho la sesión anterior con mi compañera Camila, ella trato de buscar rasgos biológicos que se parecieran a ella, luego para realizar la segunda parte de la actividad se veía un poco más concentrada armando las palabras, además de que las logró relacionar tanto con su mamá y su había Sido adquiridas por ella misma, también cuando dábamos con Luis y ella solo me comentaba sobre lo que tía en vacaciones y de que ella había realizado un curso de masajes, además de que ella se encontraba cuidando a sus abuelos después de salir del centro redes.</p> <p>Referencia teórica.</p> <p>Creemos un diálogo frente a lo que ella entendía como identidad luego creamos un diálogo con los/as chicos/as frente a la identidad personal y la identidad cultural y de cómo estamos compuestos de diferentes partes, además de que nuestra identidad no es estática sino que se transforma con el tiempo, en el momento que mi compañera Camila explica ella aunque está realizando la actividad de igual manera está prestando atención.</p> <p>Nota: ella es una niña bastante activa pero al mismo tiempo es</p> |

| | |
|--|--|
| | muy obediente, le encanta participar, además de que le gusta mucho colaborar a su mamá y a sus abuelos. |
| | Sesión 6: 3 de noviembre de 2022, resolución de conflictos |
| | Bajamos con Luis y Kamila ya que Miriam y Angelica se encontraban en apoyo de tareas. Luego de que Luis nos expresara sus sentir Kamila no explica que Luis se fue del espacio ya que la novia no quería que se encontrara lejos de ella. Para avanzar le preguntamos que si le gustaría ayudarnos a desarrollar un poco más el cuento, donde nos dio ideas sobre el año en el que se debería desarrollar, la causa y como nosotras hacemos parte de este proceso. Nota: Ella como siempre es una chica muy activa y atenta, siempre se encuentra en disposición para ayudar a los demás. |
| | Sesión 7: 10 de noviembre 2022, Deconstruyendo el amor romántico |
| | No asistió al centro |
| | Sesión 8: 17 de noviembre 2022, reconociendo mis redes de cuidado. |
| | No asistió al centro. |
| | Sesión 9: Soy porque somos, 24 de noviembre 2022 |
| | Al encontrarnos con Kamila, le preguntamos a qué se debía su ausencia en el centro, nos contó que el padrastro la había golpeado porque pensó (por un chisme) que tenía novio, nos contó que, la golpiza fue tan fuerte, que le rompió la nariz. Durante la sesión estuvo muy alegre e inquieta, la verdad, aunque estaba participando, quien más aportó a esta sesión (hablando únicamente de los talleres a realizar) fue Luis. Cuando Alisson estaba haciendo la entrevista a Luis, me estuvo contando la complicada relación que lleva con su mamá. Al parecer, a partir de varias discusiones, su mamá decidió regalar su perrita, me sorprende cómo en tanta tristeza siempre tiene una sonrisa para brindar. Al igual que todos agradeció mucho el detalle que le dimos, de la carpeta saco algunas cosas y me las entrego porque no quería que su mamá las viera. Con respecto a la despedida, no sé si yo soy muy sentimental, pero senti que igual que Luis se fue muy abruptamente. |

Anexo b. Planeaciones y Diarios de campo

A continuación, se encontrarán las planeaciones de cada una de las sesiones de formación de la propuesta pedagógica las cuales presentan las anotaciones de diarios de campo correspondientes a las reflexiones que se realizaron luego de cada sesión.

| Sesión 1 | 21 de julio del 2022 |
|-------------|--|
| Objetivo | <ol style="list-style-type: none"> 1. Generar un espacio de diálogo entre docentes y los/as chicos/as, en vías de construir colectivamente acuerdos necesarios para el desarrollo del curso. 2. Reconocer qué tipo de relacionamiento hay entre ellos, las nociones que tienen de cuidado y sus intereses y dudas frente al espacio. 3. Identificar qué competencias personales poseen cada uno de los/as chicos/as: autoconciencia, autovaloración, autogestión, autonomía, adaptabilidad emocional. 4. Observar qué cualidades y características identifican ellos/as en sí mismos y de qué forma las representan. |
| Eje central | Mundo interno |
| Actividades | <ol style="list-style-type: none"> 1. Acuerdos. <ul style="list-style-type: none"> - En un primer momento se realizará una mesa redonda. - Para la formulación de los acuerdos se abordarán dos ejes: Relacionamiento e intereses. - Se propondrán dos preguntas guías para abrir el diálogo para cada uno de los ejes. <p style="color: red;">Relacionamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué problemáticas considera que se presentan dentro del espacio (REDES)? ¿Qué crees que cada persona debería hacer para que exista una posible solución? <p style="color: red;">Intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué esperas del espacio? ¿Qué temas te gustaría tratar dentro del espacio? - Las docentes compartirán con el grupo las problemáticas que observan y sus posibles soluciones - A partir de las problemáticas y las soluciones se generará un diálogo para crear los acuerdos. - Se desplegará en el centro de la mesa un papel periódico, en el que anotaremos los acuerdos. <p>Tiempo: 30 minutos</p> 2. Portada de la bitácora <p>Primer momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se les hará entrega de una hoja a cada participante - Cada quien deberá: Hacer un listado de cualidades |

| | |
|------------|---|
| | <p>de su personalidad, de estas, escoger 3 con las cuales se sienta más identificado/a, darle un color a cada una y dar un significado del por qué las escogió.</p> <p>Tiempo: 30 minutos</p> <p>Segundo momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hecho esto, se entregará un octavo de cartulina a cada participante, en el que, de acuerdo con lo que identificó anteriormente realizará un dibujo que represente las cualidades escogidas, haciendo uso de los colores dados a cada una y demás elementos abordados. - Las indicaciones para esto serán: Dejar la menor cantidad de espacios en blanco y no limitarse por el “no saber dibujar”. <p>Tiempo: 60 minutos</p> <p>3. Entrevista</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esta se realizará de modo paralelo al segundo momento de la portada de la bitácora - Cada entrevista tiene un tiempo estimado de 15 minutos - Las preguntas abordadas serán las siguientes: <ul style="list-style-type: none"> ● Nombre ● Edad ● ¿Qué emociones conoces? ¿Cuáles identificas en ti? ● ¿Qué tan constante eres si te propones una meta? ● ¿Cómo sueles actuar cuando estás muy enojado o muy alegre? ● ¿Qué haces en tu tiempo libre si te dejan solo en casa? ● ¿Cuál crees que es tu misión en este mundo? <p>Tiempo: 60 minutos</p> |
| Materiales | Papel periódico, hojas blancas, esferos, cartulinas, colores, marcadores, plumones y escarcha, esferos. |
| Evaluación | <p>1. Acuerdos: Debido a que no se encontraba el grupo completo decidimos posponer este punto, ya que la idea era que todos, de forma sincrónica pudiéramos discutir cuales iban a ser las normas del espacio.</p> |

| | |
|----------------------------|--|
| | <p>2. Portada bitácora: Las indicaciones no se siguieron a cabalidad, cada uno/a opto por realizar un dibujo que le hiciera sentir cómodo/a, de 8 que estuvieron presentes a lo largo del taller, 7 entregaron la portada y 4 la terminaron, lo demás se comprometieron a traerla esta sesión.</p> <p>3. Entrevistas: De los 11 participantes del curso, se lograron hacer 6 entrevistas, esto debido a que algunos se integraron al espacio ya casi para terminar, y otros/as no asistieron a la fundación.</p> |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Camila:</p> <p>Al llegar al espacio nos encontramos con que cuatro chicos estaban abajo disponibles para estar en el taller, cuatro estaban arriba en tareas y tres no se habían presentado a la fundación. Yo me quede con los cuatro primeros, por su parte, Alisson subió con los demás para acelerar la hechura de las tareas, a medida que iban terminando, iban uniéndose al grupo. En términos generales el espacio se desarrolló bien, no realizamos el primer momento de la planeación, que eran los acuerdos, ya que no estaba la mayoría del grupo presente, y en un principio al menos, la idea era que todos estuvieran para que el diálogo fuera más fructífero. Teniendo esto en cuenta les di las indicaciones para iniciar haciendo la bitácora, las indicaciones no se siguieron al pie de la letra, les pedí: una lista de cualidades, escoger tres de ellas y asignarle un color a cada una, de esto, solo atendieron el pensar en tres cualidades, y a algunos esto se les dificultó, por tanto la hoja quedo en blanco.</p> <p>En cuanto al dibujo, a algunos se les facilitó más que otros, aun así, no tuvieron muy en cuenta aquello de las cualidades para su realización, más bien se dejaron llevar por lo que en el momento les apeteció dibujar. Paralelo a la actividad de la portada fui realizando las entrevistas, se tenían previstos 15 minutos para cada una, aun así, la que más duro tuvo un tiempo aproximado de 5 minutos, por más que me esforzara en extender el diálogo, no lo logre.</p> <p>Durante el transcurso de la sesión dos chicos pidieron entrar al curso, ya que no les interesaba estar en musica, les indique que si entraban debían acogerse a las reglas del espacio, pero además, debían consultarlo con Tatiana (nunca regresaron así que supongo que les dijo que no) al irse, varios de sus compañeros me suplicaron que por favor no les permitiera entrar al espacio, ya que eran demasiado bruscos (sobre todo Alfonso). Casi a punto de finalizar llegó un chico llamado Luis, por el descarte hecho la anterior sesión él no había quedado en lista, le explique eso, pero aún así él insistió en querer ser parte del</p> |

| | |
|---------------------------|--|
| | <p>grupo, nos acercamos a hablar con Tatiana y él le dijo que necesitaba mucho saber qué podía hacer con sus emociones y que prometía comprometerse con el espacio, ella accedió.</p> <p>Alisson,</p> <p>Recién llegamos al espacio se habló con Tatiana para realizar una aclaración frente a un punto de la planeación, seguido de ello con la lista en mano se revisó que chicos se encontraban libres y quiénes haciendo tareas, mi compañera Camila se quedó con los que se encontraban libres y se ubicaron en espacio que se adaptó para realizar talleres, que de ahora en adelante va hacer nuestro espacio de encuentro. mientras tanto subí apoyar en tareas, me senté como n Miriam pues ella es una de las que reconocí de inmediato, ella tenía una tarea de matemáticas, mientras estábamos realizando las tareas le pregunté que cómo le había ido en el colegio y su respuesta fue: - hoy me golpearon.. y le pregunté exactamente que había sucedido a lo que respondió - que varios compañeros la habían cacheteado, pregunté que si había avisado algún docente o algo por el estilo ella me respondió -no, que no quería problemas, le dije que era demasiado importante avisarle algún profesor o algún adulto cuando pasen estás cosas, pues no está nada bien que la golpeen. Ella enseguida cambió el tema y continuamos realizando la tareas hasta que la terminamos, segundo a ello me fui apoyar a Yulian al cual no le faltaba mucho de su tarea, mientras que terminamos la tarea note que le gustaba dibujar y le pregunté a lo que su respuesta fue -si, a veces dibujo pero no es de mi pasatiempos favoritos. Para terminar su tarea rápido le realice un dictado de lo que debía hacer, ya bajamos y nos encontramos con mi compañera Camila. Aprovechando que Yuliam se encontraba cansado de su mano fuimos hacer la entrevista, dónde le expliqué que estaremos hablando sobre el mundo interno y el mundo externo, que está entrevista iba hacer sobre el mundo interno, también para tener una visión de sus conocimientos previos frente a las emociones y sus sentires para saber también como podemos llevar acabo estos talleres. Sus respuestas fueron realmente muy cortas y rápidas, ya después de esto les dejamos unos compromisos a quienes no habían terminado su portada y entre todos organizamos el espacio para recibir las onces y culminar este día.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <p>Camila:</p> <p>Con respecto a la situación que se presenta con Velky, mantenerla interesada en espacio y que quiera abrirse con nosotras me parece todo un reto, así mismo, pese a que la mayoría del grupo parece estar en la disposición de aprender, será también todo un desafío generar estrategias pedagógicas</p> |

| | |
|-----------------------------|--|
| | <p>que nos permitan conectar con las necesidades emocionales de cada uno/a</p> <p>Alisson,</p> <p>Pude darme cuenta que va a ser muy difícil tener a todos los chicos/as juntos/as al mismo tiempo, pues la tareas van hacer un factor que nos afectará. Por otro lado después de terminar el apoyo en tareas me di cuenta que a la próxima, lo que puedo hacer es, ver quién tiene menos tareas, ayudarlo y así hacer que bajen más rápido a nuestros talleres.</p> <p>Me quedé pensando ¿Cuál es el conducto regular a seguir con lo que me comentó Miriam? Aunque no fue algo que pasó dentro de redes pues ella por "evitar problemas" evite comunicar cuando este siendo violentada y eso me parece que debe ser algo a lo que debemos prestar bastante atención, para prevenir que esto pueda llegar a avanzar.</p> <p>Por último pude notar que la mayoría de los/as chicos/as se encuentran interesados dentro del espacio.</p> |
| Conexiones con las lecturas | <ul style="list-style-type: none"> - En cuanto al texto de competencias socioemocionales, las conexiones se dieron sobre todo en las entrevistas, esta información se encuentra en el archivo correspondiente. - Relacione demasiado el texto de desarrollo humano con esta sesión cuando mi compañera Camila me habla de lo que pasó durante las entrevistas, pues el hecho de que algunos no tengan tan claro lo que quieren o no tienen tan definido varias cosas de su identidad es por qué en esta etapa ellos se encuentran con más preguntas que respuesta, además que existen varios factores sociales, biológicos, familiares etc. Que están relacionados en la construcción de esta. |

| Sesión 2 | 28 de julio del 2022 |
|-----------------|--|
| Objetivo | <ol style="list-style-type: none"> 1. Generar un espacio de diálogo entre las educadoras y los NNA en vías de construir colectivamente acuerdos necesarios para el desarrollo del curso. 2. En base a los acuerdos identificar las nociones que tienen de cuidado, sus intereses y dudas frente al espacio. 3. Generar un espacio de diálogo frente a las nociones que tienen sobre su identidad: gustos, cualidades, valores, temperamento, habilidades y carácter. 4. Construir vínculos a partir del reconocimiento de la |

| | |
|-------------|--|
| | identidad de los/as otros/as |
| Eje central | Mundo interno |
| Actividades | <p>1. Acuerdos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se hará una socialización de los acuerdos que las educadoras proponen para el espacio - Se le dará a los NNA una hoja blanca - En esta hoja se les indicará que escriban: (1) cuál o cuáles son los acuerdos de convivencia que ellos/as proponen para el debido desarrollo del espacio (2) Cuáles son los interés y expectativas que tienen del espacio. <p>Tiempo: 30 minutos</p> <p>2. Yo soy, Yo creo</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Formarán parejas (En caso de que haya número impar, se hará un grupo de tres personas) ● Por cada pareja, se hará entrega de dos hojas blancas junto a una lista de: habilidades, cualidades y valores. ● Las indicaciones serán: (1) Dibujarse el uno al otro, hecho esto (2) en el la parte superior izquierda de la hoja escribir “Yo creo” y en la parte superior derecha “Yo soy” (3) A cada pareja se le hará entrega de las preguntas a responder; Cuál cree que es: su color favorito, su animal favorito, su música favorita, su actividad favorita y su religión. También, mencionar 3 cualidades, 3 valores y 3 habilidades que identifica en su compañero/a y por último, qué temperamento cree que tiene. (4) Estas preguntas, se responderán en la casilla de “yo creo”, por parte del que realizó el dibujo, dando cuenta de las suposiciones que tiene sobre su compañero/a (5) En la casilla de “Yo soy” se deberán realizar las mismas preguntas, pero en este caso, cada uno/a deberá compartirle al/la otro/a la respuesta correcta. ● Socializarán entre ellos sus respuestas. ● Se realizará un círculo de la palabra para compartir lo que lograron identificar, las dificultades, los aciertos y cómo se sintieron con la actividad. <p>Tiempo: 60 minutos</p> <p>3. Entrevista</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esta se realizará de modo paralelo a la actividad “Yo soy, Yo creo” - Cada entrevista tiene un tiempo estimado de 15 minutos - Las preguntas abordadas serán las siguientes: |

| | |
|------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Nombre ● Edad ● ¿Qué emociones conoces? ¿Cuáles identificas en ti? ● ¿Qué tan constante eres si te propones una meta? ● ¿Cómo sueles actuar cuando estás muy enojado o muy alegre? ● ¿Qué haces en tu tiempo libre si te dejan solo en casa? ● ¿Cuál crees que es tu misión en este mundo? <p>4. Socialización acuerdos</p> <p>- Se abrirá un diálogo en torno a lo escrito en las hojas blancas dadas al principio de la sesión, esto con el fin de establecer colectivamente la lista de acuerdos de convivencia dentro del espacio.</p> <p>Tiempo: 30 minutos</p> |
| Materiales | Hojas blancas, lista de: habilidades, valores y cualidades, esferos, lápices, colores, marcadores y preguntas guía |
| Evaluación | <ol style="list-style-type: none"> 1. Acuerdos: Aunque no se encontraban todos/as los/as del grupo con los/as que se encontraban dentro del espacio se decidió que cada uno/a iba a proponer uno o varios acuerdos que ellos/as consideraban importantes, además de realizar una propuesta frente a qué temas les gustaría que abordáramos durante los talleres, esto se realizó en hojas blancas y al final de la sesión se socializó. 2. Yo creo, yo soy: La actividad se realizó de la manera planeada, los/as chicos/as estuvieron con bastante disposición y concentración al desarrollar la actividad, creo que funcionó bastante bien el hecho de llevar el material de apoyo. 3. Entrevistas: Se realizaron dos entrevistas una a Luis Salcedo que fue el último chico en inscribirse al espacio, la siguiente entrevista fue para Angélica Salcedo que ella no había participado la clase anterior. 4. Socialización acuerdos: Se realizó una socialización de las propuestas escritas al principio del taller por los/as chicos/as para ver si todos/as se encontraban de acuerdo con estas, seguido a ello en un pliego de papel periódico se escribieron los acuerdos socializados, además de los que las educadoras ya habían propuesto. Al final del |

| | |
|-----------------------------------|---|
| | <p>pliego todos/as firmaron con la finalidad de crear un compromiso.</p> |
| | <p>Observación: Diario de campo</p> |
| <p>Descripción de lo que pasó</p> | <p>Alisson</p> <p>En esta sesión llegamos un poco más temprano de lo usual, debido a que teníamos una reunión con la trabajadora social y nuestro tutor de tesis para llegar a algunos acuerdos.</p> <p>Seguido a ello verificamos quiénes estaban en la lista y los llevamos a nuestro espacio, mientras mi compañera Camila subió apoyar a Yulian para que bajara rápido a nuestro taller, lo cual fue bastante rápido, mucho más que la anterior sesión.</p> <p>Ya después empezamos a preguntarles que tipo de acuerdos les gustaría que existieran dentro del espacio y sobre qué temas les gustaría hablar, aunque fue un poco difícil al principio hacer que dialogar o que escribieran, a la final de logro. Seguido a ello se les indico la siguiente actividad, donde mi compañera Camila y yo nos hicimos cada una con un chico/a esto también con la finalidad de generar vínculos más cercanos con ellos/as y ser partícipes de la actividad. En mi caso me tocó con Angelica fue una chica que siempre estuvo con disposición para realizar las actividades y mientras se iban desarrollando ella me comentaba un poco sobre su situación de convivencia en el colegio, al mismo tiempo también estaba pendiente de los/as otros/as chicos/as estuvieran realizando la actividad. En esta sesión estuvieron muy receptivos realizando las actividades tanto que acabaron más rápido de lo usual y tuvimos que realizar otra actividad para ocupar el tiempo, luego me fui a realizar la entrevista con Angelica la cual estuvo en completa disposición para esta, para finalizar se socializaron los acuerdos y se escribieron en un pliego donde todos/as firmamos, esto con la intención de comprometernos a cumplirlos.</p> <p>Camila</p> <p>Esta sesión estuvimos algo antes en el espacio ya que debíamos reunirnos con Tatiana y el asesor de la tesis, en dicha reunión despejamos dudas y llegamos a acuerdos, los cuales se hicieron por escrito en un acta.</p> <p>Este día me correspondía a mi el apoyo de tareas y a Alisson desarrollar la planeación, el único que estaba arriba era Yulian, así que subí a acompañarlo, no era mucho lo que debía hacer, escribir algo sobre la revolución francesa, le dicte un párrafo y me entrego su portada y bajamos. Cuando llegamos Alisson les</p> |

| | |
|-----------------------------|--|
| | <p>estaba comentando sobre los acuerdos, tuvo que repetir varias veces ya que llegó Yulian y luego Brahyán, en un principio los/as chicos/as no estaban muy receptivos/as, Santiago estaba desanimado porque tocando la guitarra había recordado errores del pasado, Yulian estaba peleando con la novia, Kendy estaba sin la compañía de Velky y Luis y Angelica al parecer, están pasando por una situación difícil en casa. Aun así, Angelica fue la más presta a desarrollar la actividad, Luis por su parte, por lo que logro notar se le dificulta mucho decir lo que esta en su mente, si no participa en algunos talleres, que le requieran expresar un idea, considero que es más por eso, más no porque no le interese participar. Luego de terminar la actividad de los acuerdos dimos inicio a la de “Yo soy, Yo creo” en esta Alisson se hizo con Angelica y yo con Luis, le pedí a Luis que nos sentáramos en otro espacio, ya que me parecía que la mesa estaba muy llena y no íbamos a poder desarrollar la actividad bien, además, quise darle espacio a Alisson para que se apropiara del manejo del curso. Estando sola con Luis me sentí muy conflictuada, para empezar, durante la entrevista al preguntarle su nombre completo, se quedó en silencio un buen rato y no me lo quiso dar, mi primer impulso fue querer regañarlo, pero me detuve a pensar en las múltiples razones del porqué no quería darme su nombre, después de una larga conversación opte por negociar e iniciar por preguntarle su edad y omitir el nombre. Durante la actividad del dibujo, estuvo muy concentrado y se esforzó lo más que pudo, ya para responder las preguntas lo hizo con todo el afán del mundo y no atendió mucho a las indicaciones. Al integrarnos con el grupo Luis retomó el dibujo que estaba haciendo en la hoja que le dimos para hacer los acuerdos; Alisson ya había terminado todas las actividades incluyendo la del diccionario, y estaba aparte realizando la entrevista a Angelica, así que mande a traer el papel periódico e inicie a organizar las hojas de los acuerdos, ya cuando subió Angelica socialice los acuerdos (nuestros y de ellos) y Alisson procedió a anotarlos en el papel periódico, para que ellos firmaran.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <p>El hecho de que se tuviera un material de apoyo fue bastante bueno ya que los/as chicos/as no estuvieron tan dispersos al realizar las actividades sino todo lo contrario la realizaron más rápido de lo planeado.</p> <p>Por otro lado pudimos notar que es necesario llevar otras actividades de respaldo para cuando lo planeado se ejecute más rápido de lo que pensábamos y que podamos aprovechar ese tiempo con ellos.</p> |
| Conexiones con las lecturas | <ul style="list-style-type: none"> - Una de las finalidades de esta sesión era que ellos/as logran identificar que existen cualidades, habilidades, valores y rasgos en cada uno de nosotros/as, que a veces |

| | |
|--|--|
| | <p>no evidenciamos, y que estos también hacen parte de esta construcción de identidad. Además que a veces no es necesario conocer tanto a una persona para darse cuenta de su comportamientos, por medio del cuerpo también podemos leer al otro. Esto lo relaciono con la conferencia Pensar los vínculos en tiempo de pandemia de Najmanovich D. Pues ella en una parte habla del cuerpo y de como este también expresa cosas, por medio de movimientos o dolores y que esté a su vez tiene historia, que estamos compuestos de ella.</p> <p>Durante está sesión considero que los/as chicos/as se basaron en está observación del otro, de cómo el cuerpo del otro/a habla, esto fue la base fundamental para el desarrollo de la actividad, esto lo digo porque Bryhan no lo expresó al momento de la socialización, el nos dijo: - no necesito conocer tanto a mi otra compañera, para saber cómo es, con sus expresiones y lo que he observado desde lejos de ella puedo notar varios rasgos de su personalidad. Lo cual nos sorprendió a mi compañera y a mi. Ellos/as sin saberlo han aprendido a leer a los/as otros/as por medio del cuerpo. Esto hace parte del desarrollo de vínculos con el/la otro/a y que si se logra potenciar estás habilidades se pueden generar vínculos de cuidado, pues estos a su vez se encuentran relacionados con la empatía y esta es una de las habilidades que ellos desarrollan en esta construcción de identidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desde las competencias socioemocionales se nos muestra que una emoción muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales como: fobia, estrés, depresión, estos/as chicos/as al entrar en la etapa de la adolescencia están estallando de emociones, sumadas a su contexto noto que están creando un desequilibrio emocional |
|--|--|

| | |
|----------|---|
| Sesión 3 | 4 de agosto del 2022 |
| Objetivo | <ol style="list-style-type: none"> 1. Crear una conexión con los NNA y el espacio para crear una mayor concentración al realizar la actividad. 2. Observar qué tan cómodos/as se sienten ellos/as con sus cuerpos y ver el tipo de relacionamiento tienen con este. 3. Identificar qué factores externos que han influido en la construcción de la identidad de los NNA, que tipo de |

| | |
|-------------|---|
| | <p>relaciones interpersonales han tenido, además, de cómo estas han ayudado a la formación y construcción del yo.</p> <p>4. Generar un espacio de diálogo frente a las dificultades o facilidades que tuvieron al realizar la actividad, que fue lo que más le gustó o les disgustó y qué reflexión les deja esta actividad.</p> |
| Eje central | Mundo externo |
| Actividades | <p>1. Ejercicios de estiramiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizará un círculo entre todos/as los/as participantes. - Se les indicará que deben cerrar los ojos y empezar hacer conciencia de su respiración tomando aire por la nariz y expulsando por la boca. - Seguido a ellos la docente que se encuentra dirigiendo el ejercicio les pedirá que estiren sus brazos hacia arriba lo más alto que puedan, como si quisieran tocar el techo, haciendo a su vez que sus piernas también se estiren hasta quedar en puntas, esta posición se mantendrá por unos segundos para luego bajarlos lentamente. - Para continuar con el estiramiento deberán colocar su mano derecha sobre su cabeza y llevarla lentamente hacia su hombro derecho haciendo que su cuello se estiré manteniendo esta posición por unos segundos, para luego soltar lentamente haciendo que vuelva a su posición, se les indicará que deben hacer lo mismo pero ahora con el brazo izquierdo. - Después de ello deberán abrir sus piernas al mismo ancho de sus hombros y sus manos deberán intentar tocar el suelo (en lo que les sea posible) este estiramiento se mantendrá por unos segundos, para luego regresar lentamente a la posición inicial. - Por último tendrán que pararse sobre la punta de sus pies, indicándoles luego, que suban y bajen lentamente, este ejercicio se repetirá cinco veces contándoles que lo hacemos para crear una conexión con el espacio. <p>Tiempo: 10 minutos</p> <p>2. Hoja de vida:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se les hará entrega del formato de una hoja de vida realizada previamente por las educadoras además de una lista de aptitudes.(anexo 1 y 2) - Se les indicará que deben hacer un retrato de ellos/as en el recuadro que se encuentra en la |

parte superior izquierda de la hoja.

- Seguido a ello se les pedirá que respondan las preguntas que se encuentran en la hoja, estas son:

1. Nombre completo
2. ¿Dónde se ven en un futuro?
Descripción:
 - a. ¿Quién es? ¿Cómo es?
 - b. ¿Qué tipo de relación tiene con su familia?
 - c. ¿Qué tipo de relaciones tiene con sus amigos o compañeros?
 - d. ¿Qué habilidades tiene?
 - e. ¿Qué problemas ha tenido al relacionarse con el/la otro/a?
 - f. ¿Qué cree que es la identidad?
 - g. ¿Quienes han estado a cargo de su crianza?
 - h. ¿Qué problemáticas cree que ha tenido en la construcción de su identidad?
 - i. ¿De qué manera ha influido su familia, amigos, entorno y creencias religiosas en su identidad?
 - j. ¿Cómo ha influido su identidad de género en su identidad?

Tiempo: 40 minutos.

3. Socialización

- Después de culminar con su hoja de vida se le realizará un espacio de reflexión frente a cómo se sintieron en el espacio, si tuvieron dificultades o no al responder las preguntas, qué fue lo que más les gustó y no les gustó de la actividad.
- También se les preguntará qué conocimientos, conceptos, experiencias etc. Se llevan de esta sesión.
- Por último las educadoras harán una reflexión del porqué se realizó esta actividad y que finalidad tiene.

Tiempo: 10 minutos.

| | |
|----------------------------|--|
| Materiales | Formato de hoja de vida, lista de aptitudes, lápiz, marcadores, colores. |
| Evaluación | <p>Objetivo 1 y 2: Debido a la premura del tiempo y al desorden del espacio no se lograron hacer los estiramientos, por tanto no se lograron alcanzar estos dos objetivos.</p> <p>Objetivo 3: Algunas de las preguntas hechas en la hoja de vida no se respondieron como esperábamos, aún así, la actividad se llevó a cabo con éxito, logramos entablar un diálogo con cada uno/a de los/as chicos/as</p> <p>Objetivo 4: Entablamos un diálogo de manera individual con algunos/as de los/as chicos/as, por tanto, este objetivo no se cumplió en su totalidad, ya que no se logró socializar de forma colectiva.</p> |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Alisson,</p> <p>En esta sesión se nos había indicado que la primera estaríamos apoyando en una charla que les dan a los chicos el primer jueves del mes, esta vez correspondía sobre los elementos que tienen los bomberos y los métodos de prevención en caso de un incendio, los chicos realmente estaban muy desorganizados y no querían hacer mucho caso, pero a la final se terminó la actividad. Seguido a ello los chicos que se encuentran con nosotros se ubicaron en nuestro espacio de trabajo y los otros se dirigieron a música, aunque debo decir que si se desorganizan un poco en este momento.</p> <p>Respecto a las actividades empezamos con la hoja de vida directamente, pues se no había corrido nuestra organización gracias a la charla, por ello se le hizo entrega del formato de hoja de vida y seguido a ello mi compañera Camila empezó a explicar la actividad.</p> <p>Miriam una de las chicas que se encuentra en el curso terminó rápido y como ella faltaba de entrevista me la lleve a un lugar donde no hubiera tanto ruido, pues los profesores de música este día se despidieron en la parte del restaurante lo que hace que las condiciones sean un poco más complicadas para realizar actividades con los chicos/as. Luego de terminar la entrevista con Miriam seguí con Camila, pues ella era la primera vez que asistía a este espacio, primero se le explicó el por qué de la entrevista, al terminar con ella ya estaban empezando a repartir las onces donde se realizó el acompañamiento pertinente.</p> <p>Camila</p> <p>En la primera hora estuvimos acompañando a ciclo 3 y 4 durante</p> |

| | |
|---------------------------|---|
| | <p>una capacitación, esta, la estaban dando bomberos. A las 3:30 quienes no estuvieran en el taller de educación emocional debían pasar a música, Alisson trató de llevarse a la mayoría para el salón que les correspondía, mientras los del taller se quedaban conmigo; aun así, algunos se quedaron por ahí rondando, y para empeorar las cosas, los profesores de música devolvieron a varios de los/as chicos/as al salón donde estábamos, por tanto se volvió un total desorden, algunos/as ya no querían entrar, se dispersaron y tocó empezar, prácticamente, a empujarlos hasta el salón.</p> <p>Decidimos iniciar la sesión con la hoja de vida y finalizar con los estiramientos, nos ubicamos, y mientras estaba explicando Alisson se percató de que Miriam estaba con el grupo de música, así que se fue a traerla. Durante la actividad nos sentí bastante bien, la mayoría del grupo estuvo en total disposición, a excepción de Angelica, que hizo la actividad lo más rápido que le fue posible (le pregunté si quería hablar y se negó). Para nuestra sorpresa, Velky llegó con una actitud hermosa al espacio, las preguntas de la hoja de vida no las respondió del todo, pero estuvo muy receptiva durante la hora que compartimos. Algunos/as chicos/as acabaron antes que los demás, y quienes acabaron de últimas, requirieron mucha atención para explicarles las preguntas, además, terminaron casi a las 4:30, así que eso complicó que pudiéramos socializar entre todos/as el taller.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - Durante esta jornada si bien los chicos/ss estuvieron muy atentos realizando la actividad, todo el tiempo estuvieron preguntando que había que hacer en este lugar a pesar de que mi compañera Camila ya les había explicado, no sé si las indicaciones no fueron claras para ellos/as o el hecho de que estuvieran los de música tan cerca de nosotros/as hacía que los chicos/as no estuvieran atentos completamente, pues al momento de terminar la actividad y recoger las hojas con mi compañera Camila nos sentamos a revisar y nos dimos cuenta que en algunos espacios respondieron cosas que no tenía nada que ver con lo que mi compañera y yo les habíamos explicado. <p>Por otro lado realmente el hecho de no tener un espacio cerrado hace que sea muy difícil prestar atención, pues no solo es el ruido sino que otros chicos/as de otros ciclos llegan a interrumpir el espacio haciendo que también de corte un poco la conexión que tratamos de tener cada sesión.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cómo comparte Alisson, me “preocupa” el hecho de que por más de que explicara lo más detallado posible, con ejemplos y demás, muchos/as no lograron entender algunos conceptos dados, así que me genera la incertidumbre de qué herramientas metodológicas |

| | |
|-----------------------------|--|
| | <p>podemos usar para que les podamos llegar con más claridad, también, es preocupante si esta falta de atención se debe al espacio, ya que no contamos con ningún otro para poder dar el taller.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Veo otro reto en el qué podemos hacer con los/as chicos/as que acaban antes de lo esperado, ya que por la edad, claramente, no son de quedarse quietos, sino que buscan cómo llenar ese espacio, haciendo maromas, molestandose entre ellos, etc, y al estar ocupadas con quienes no han acabado no podemos darles la atención suficiente. - Otra pregunta que me genero la sesión es: ¿Qué conducto regular, ayudas o herramientas podemos implementar para quienes lleguen mal al espacio? |
| Conexiones con las lecturas | <p>La conexión con las lecturas en esta jornada la encontré más en las entrevistas de Camila y Miriam pues cuando daban sus respuestas entendía un poco el por qué de sus actitudes y sus respuestas frente a ciertas indicaciones.</p> |

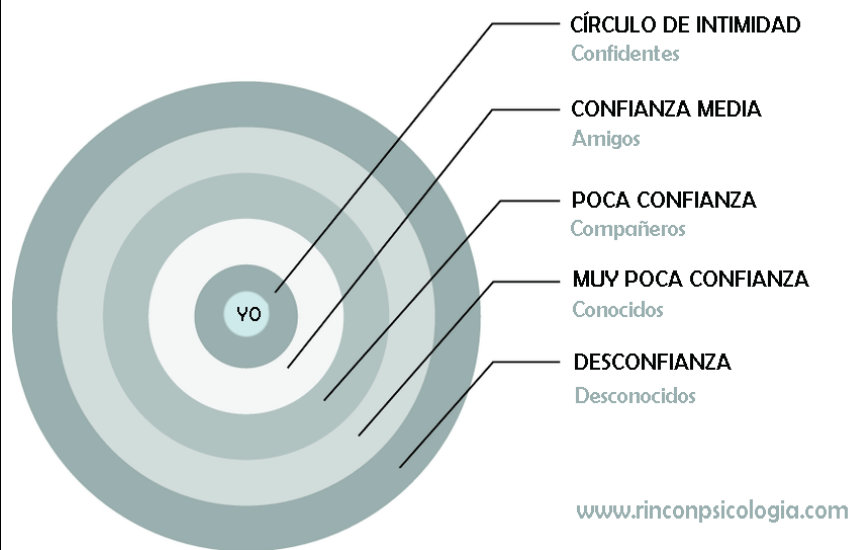
| | |
|-------------|--|
| Sesión 4 | 11 de agosto 2022 |
| Objetivo | <ul style="list-style-type: none"> - Identificar quienes conforman el árbol familiar de los/as NNA. - Reconocer los vínculos, fracturas y relaciones de cuidado que se encuentran inmersas en las familias de los/as NNA. - Observar los vínculos que han construido en su entorno social (escuela,barrio,redes,etc.) - Identificar las condiciones que permitieron la construcción del vínculo dentro de su entorno social. |
| Eje central | Mundo externo |
| Actividades | <p>1. Genograma.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se pondrá a disposición de los/as NNA una hoja blanca, una guía de conversiones, colores, resaltadores y marcadores. - Las instrucciones serán las siguientes: (1) En la parte inferior de la hoja, ubicándose en el centro, deberán representarse con un círculo o un cuadrado (circulo para las mujeres, cuadrado para los hombres) (2) Representaran (con círculos o cuadrados según corresponda) a sus hermanos (si los tienen) padres, tios, abuelos (paternos y |

maternos) bisabuelos, etc **(3)** Con líneas unirán las figuras de acuerdo a su parentesco **(4)** En el centro de las figuras deberán poner una edad aproximada de cada persona **(5)** Identificarán el tipo de relación que tienen con cada familiar (Fracturada, distante, buena, excelente) y las prácticas de cuidado que hay entre ellos (Yo cuido, me cuida, nos cuidamos) - **Las conversiones correspondientes se encuentran ubicadas en el anexo**

- En un segundo momento deberán escribir: Un momento significativo para su vida familiar y un momento difícil.

2. Círculo de la confianza

- Se le dará a cada NNA una hoja blanca, en la que deberán hacer el siguiente gráfico:



- En las diferentes esferas deberán dar cuenta de donde ubican a cada persona que tienen presente en su entorno social (representando con un círculo a cada una)
- Debajo de cada círculo, si así lo desean, pueden poner el nombre de a quién corresponde.
- Al terminar, responderán las siguientes preguntas: ¿De qué manera se construyeron sus vínculos más cercanos? ¿Que ha causado las fracturas o la desconfianza existente?

3. Socialización:

- Compartiremos los sentimientos, dificultades y

| | |
|----------------------------|---|
| | <p>preguntas que nos evocaron las actividades.</p> <p>4. Actividades de refuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estiramientos - Complementar diccionario: ¿Qué es la familia? ¿Qué es la amistad? |
| Materiales | hojas blancas, guía de conversiones, colores, resaltadores y marcadores. |
| Evaluación | Se lograron los cuatro objetivos puesto que las actividades se pudieron realizar a cabalidad, si bien con algunos de los chicos/as fue un poco más difícil el resultado final fue bastante bueno. |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Alisson</p> <p>Recién llegamos al centro nos indicaron que teníamos que ir a buscar a los chicos/as en la sala de música, mi compañera Camila se encargó de ello mientras que yo ubicaba a los otros/as en nuestro espacio de encuentro.</p> <p>Seguido de ello empezamos a realizar la explicación de la actividad la primera actividad, pero se ve se les hizo complejo entender ya que era un poco enredado, mi compañera Camila optamos por cada una hacerse con una cantidad de chicos/as para que la explicación fuera de alguna manera más personalizada, ella tomo la mitad de la mesa y yo la otra mitad, en esta mitad me encontraba con velky, Miriam, David y Bryhan dónde en varias ocasiones tuve que llamarles la atención pues estaba jugando en el celular, Miriam y velky a diferencia de otras sesiones fueron bastante receptivas y estuvieron más atentas a las indicaciones dadas.</p> <p>La segunda actividad fue un poco más fácil de explicar cómo de hacer por ello se les pide que si podrían colaborar a la construcción de nuestro diccionario.</p> <p>Por último ya fue la recolección de todos los datos y la entrega de los refrigerios.</p> <p>Camila</p> <p>Al tener reunidos todos/as los/as chicos/as vimos que el único que estaba en refuerzo de tareas era Luis, subí a ver qué tanto trabajo tenía y era bastante, opte por bajar, ya que la mayoría de chicos/as estaban abajo y la actividad del día requería bastante acompañamiento.</p> <p>En definitiva las hojas que acompañan las actividades son de</p> |

| | |
|-----------------------------|--|
| | <p>gran ayuda para que estas se desenvuelvan bien, aun así, si requieren de bastante atención para entender con claridad qué es lo que hay que hacer. Yo acompañe principalmente a Angelica, Ana María (la cual se integro este día al grupo) y a Yulian, en momentos acompañe a Santiago y a Kamila. Ana María es una niña juiciosa y con una personalidad muy extrovertida, se distraía en momentos, pero acataba cuando se le llamaba la atención. Note en Angelica una actitud más desafiante en cuanto a los talleres. se distrajo mucho, los hizo de rapidez y expresó (en sus modismos) que le aburrían un poco, le pedí que entonces me diera una idea de cómo mejorarlos y solo respondió “mentiras, así están bien”. Yulian y Santiago, por su parte, expresaron que les gustaban este tipo de actividades escritas y que lograban ver que si les aportan a identificar factores de su vida,</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - En la primera parte tuvimos que ir a buscar a los chicos/as que se encontraban en el salón de música. - En segundo momento observando al grupo, en su mayoría pudimos evidenciar que ellos/as son criados por sus padrastros, además que muchos afirman no conocerlos y otros realmente no quieren ningún tiempo de vínculos con ellos. Lo que me hace cuestionar: ¿De qué manera ellos están rompiendo estos vínculos? A qué voy con esto si se está haciendo de manera sana sin afectar a ellos dentro de su desarrollo de identidad o realmente está fracturas los están lastimado o fragmentando más a ellos como individuos. <p>Por último durante esta sesión varios chicos me expresaron que algunos de sus familiares se encontraban en Venezuela lo que me hace cuestionar si todos son de nacionalidad Colombiana.</p> |
| Conexiones con las lecturas | |

| | |
|----------|-------------------|
| Sesión 5 | 18 de agosto 2022 |
|----------|-------------------|

| | |
|-------------|---|
| Objetivo | <ul style="list-style-type: none"> ● Generar un espacio de construcción colectiva entre los NNA, en el que se vea involucrada la atención al/la otro/a. ● Generar un diálogo colectivo alrededor de las problemáticas propuestas por las educadoras. ● Observar las dinámicas de diálogo y consenso que hay entre los NNA. ● Conocer cuál es la problemática principal que identifican los/s NNA en cuanto a sus competencias personales y las sociales. ● Generar un espacio de participación, en el que los NNA puedan expresar con qué herramientas quieren abordar el curso. |
| Eje central | Mundo interno y externo |
| Actividades | <p>1. Cadáver exquisito (El juego consiste en realizar una historia de manera colectiva)</p> <ul style="list-style-type: none"> - El grupo deberá estar ubicado en mesa redonda. Las indicaciones para la actividad serán las siguientes: En una hoja en blanco la primera persona escribirá una oración, la cual deberá dividir en dos renglones, esto con el fin de tapar una parte de la oración haciendo un dobléz en la hoja, y dejando al descubierto la otra. - la siguiente persona deberá seguir la historia acorde a la última palabra que queda al descubierto (Recordando que debe dividir la oración en dos renglones y hacer un dobléz tapando el primero) - Se realizará esto hasta llegar a la última persona del círculo. <p>Tiempo: 15 minutos.</p> <p>2. Problemáticas observadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las educadoras socializarán las problemáticas observadas a lo largo de las 4 sesiones de identificación. - Se aclararan dudas que surjan sobre las mismas. <p>Tiempo: 10 minutos</p> <p>3. Árbol de problemas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se deberán organizar por parejas - A cada pareja se le dará una cartulina - En ella deberán dibujar un árbol (que abarque la totalidad) con raíces y __ ramas. - Se les hará entrega de las problemáticas identificadas por las docentes en cuanto a las |

| | |
|------------|---|
| | <p>competencias personales sociales (Anexo 1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deberán identificar la problemática principal (la ubicaran en la raíz) y las secundarias (las ubicaran en las ramas de manera jerárquica) <p>Tiempo: 30 minutos</p> <p>4. Propuestas abordaje problemáticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A cada pareja se le dará una hoja blanca - Por cada problemática deberán escoger una herramienta con la que les agradaría abordarla, así mismo, deberán explicar el porqué. <p>Herramientas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escritura - Dibujo - Diálogo - Juego/Deporte - Análisis de problemas - Corpografía <p>(Durante la sesión se clarara conceptualmente a que refiere cada una)</p> <p>Tiempo: 35 minutos</p> <p>5. Socialización</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cada pareja deberá compartir al grupo su árbol de problemas, explicar el porqué lo organizó de ese modo y las propuestas para el abordaje de estas. <p>Tiempo: 20 minutos</p> <p>6. Tiempo de dispersión</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se llevará un juego de mesa con el fin de compartir con los/as NNA. <p>Tiempo: 10 minutos</p> |
| Materiales | cartulinas, hojas blancas, esferos, marcadores, colores, pegante, juego de mesa, lista de problemáticas. |
| Evaluación | <ul style="list-style-type: none"> ● Generar un espacio de construcción colectiva entre los NNA, en el que se vea involucrada la atención al/la otro/a: Por medio del cadáver exquisito logramos que los/as chicos/as retomaran la voz del/la otro/a para complementar la propia, de esta actividad solo una de las niñas no quiso participar. ● Generar un diálogo colectivo alrededor de las problemáticas propuestas por las educadoras: Dimos a conocer las problemáticas propuestas y nos abrimos a la posibilidad de preguntas, esto no se dio, aún así aclaramos y explicamos cada problemática. |

| | |
|----------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Observar las dinámicas de diálogo y consenso que hay entre los NNA: Observando cada pareja, realmente les cuesta llegar a un consenso, fue más la división del trabajo que el dialogo que hubo alrededor de las problemáticas ● Conocer cuál es la problemática principal que identifican los/s NNA en cuanto a sus competencias personales y las sociales: En su mayoría estuvieron de acuerdo con que todas las problemáticas eran importantes, aun así, la mayoría le dio cierta importancia a las de carácter emocional, también, identificaron la importancia de la construcción de la identidad y de la influencia que ha tenido las fracturas familiares en esta. ● Generar un espacio de participación, en el que los NNA puedan expresar con qué herramientas quieren abordar el curso: De los cinco grupos que se conformaron, solo hubo uno que no se tomo a tarea, |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Camila: Llegue algo tarde a la sesión, aun así, cuando llegué Alisson estaba por explicar la actividad, ya que yo debía responsabilizarme de esta sesión Alisson fue a ver quienes requerian acompañamiento y yo me quede explicando lo que íbamos a hacer. Haciendo el cadáver exquisito Velky no quiso escribir nada, se notaba acongojada y estuvo a punto de llorar, Alisson se acercó a acompañarla y pudo contenerla. En términos generales todo salio bien, todos/as los/as chicos/as participaron y realizaron las actividades asignadas, aun así, en dos momentos tuve que ponerme seria, en uno con Ana María y Angelica, ya que no estaban realizando la actividad a conciencia, sino acomodando los problemas como cayeran, sin detenerse a dialogar; el siguiente momento fue con Luis y Santiago, cuando estábamos escribiendo las herramientas, en este caso me disgustó que no estaban poniendo atención a las indicaciones, cuando explique dos veces con ejemplos detallados, los vi escribiendo muchas cosas en la hoja, y aunque valiosas, no era lo que se les estaba pidiendo, el regaño a ellos fue tal vez más notorio, al final de la sesión me acerqué a hablarles. Debido a que todo empezó tarde, la sesión se nos fue rápido y no alcanzamos a realizar la socialización ni a jugar Jenga,</p> <p>Alisson: Cuando llegué al espacio algunos de los/as chicos/as se encontraban almorzando por lo que decidí subir para verificar</p> |

| | |
|---------------------------|---|
| | <p>quiénes estaban realizando tareas y si eran muchas. Luego baje nos ubique en nuestro espacio de encuentro, allí comencé a preguntar cómo estaban y David comentó que se encontraba muy triste puesto que se va de Bogotá y ahora va a vivir en Ibagué, lo que realmente le afectaba, seguido de ello mi compañera Camila quedó a cargo de la actividad que era de un cadáver exquisito en la cual la mayoría participó menos Velky.</p> <p>Luego de ello cada una de hizo con un grupo de chicos/as para poder realizar la siguiente actividad, a mí me corresponden Camila, David, Velky y Kendy.</p> <p>Camila y David estuvieron siempre muy dispuestos a realizar la actividad y a socializar conmigo, por el contrario con Velky y Kendy fue muy difícil puesto que Velky realmente no quería hacer nada y tan solo miraba para adelante, aunque en diversas ocasiones se le preguntó que si quería salir del espacio o hablar ella se negó completamente, por lo que la mayoría de actividad la realizamos entre Kendy y yo mientras ella solo acentuaba con la cabeza cuando estaba de acuerdo.</p> <p>Al final de la sesión pude realizar una pequeña charla con Velky dónde se soltó un poco más y me comentó dónde vivía antes, que extraña mucho a su abuelo pues él fue quien la crió.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - Me pregunto cómo ocupar un lugar de respeto sin que esto implique ser autoritario, siento que los/as chicos/as (algunos/as) nos sienten tan tranquilas y relajadas que creen que esto implica poder hacer lo que quieran en espacio. - Creo que logre hablarles de un modo asertivo, aun así me senti mal al tener que entrar en estas dinámicas, sobre todo con Luis y Santiago, ya que por más que no atendieron, si estaban haciendo algo - Sigo considerando que es importante generar una ruta de acción para chicos/as que lleguen muy afectados/as al espacio. Velky estaba apunto de llorar, Santiago parece tener líos en la casa y a la hora de salir dimos con otra niña afectada. - Me cuestionó de qué manera se debe llevar el actuar de Velky o de los chico/as dentro de la fundación, pues ella realmente no mostraba ninguna señal de querer hacer algo, pero tampoco quería salir del espacio y ya llegaba un momento donde realmente no sabía qué más hacer o preguntar para que ella se sintiera cómoda. |
| Conexiones con las | <ul style="list-style-type: none"> - Cuando se habla de las competencias socioemocionales, |

| | |
|----------|---|
| lecturas | las “competencias” e conforman por diferentes categorías: Acciones, contextos, desempeño, idoneidad, procesos complejos y responsabilidad. Considero que al grupo para fortalecer el desempeño y la responsabilidad, al entrar al curso están tomando una acción para formarse, aún así, estando dentro de él no se están esforzando cuanto deberían. |
|----------|---|

SOY PORQUE SOMOS

| | |
|--------------------------------------|---|
| Sesión 1 | Percepción e identificación de emociones: 25 de agosto del 2022 |
| Objetivos | <ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar un primer acercamiento a nivel conceptual sobre las nociones de: emociones y sentimientos. 2. Reconocer la importancia que tiene la educación emocional dentro del desarrollo personal. 3. Potenciar en los/as NNA sus facultades de creación, a la vez que reconocen su propio cuerpo. 4. Lograr que los/as NNA hagan memoria de dónde ubican sus emociones a nivel corporal. 5. Nutrir el diccionario (emocional) colectivo. |
| Eje central | Mundo interno Competencia socioemocional: Autoconciencia |
| categorías transversales de la línea | Memoria y corporalidad. |
| Fundamento teórico | <p>Rendón, M. A. (2016). Consideraciones acerca de las competencias socioemocionales. En M. A. Rendón, O. Cuadros, B. Hernández, D. Monterrosa, A. Holguín, L. Cano, . . . A. Ortiz, Las competencias socioemocionales en el contexto escolar (págs. 15-16). Antioquia: Editorial universidad de Antioquia.</p> <p>Calderon, M., Gonzalez, G., Salazar, P., & Washburn, S. (2012). Manual de educación emocional. En M. Calderon, G. Gonzalez, P. Salazar, & S. Washburn, <i>Aprendiendo sobre las emociones</i> (pág. 10). San José: Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana.</p> <p>Calderon, M., Gonzalez, G., Salazar, P., & Washburn, S. (2012). Manual de educación emocional. En M. Calderon, G. Gonzalez, P. Salazar, & S. Washburn, <i>Aprendiendo sobre las emociones</i></p> |

| | |
|-------------|--|
| | (pág. 14-15). San José: Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana. |
| Actividades | <p>1. Emociones y sentimientos. Se retomaran conceptos dados por:</p> <ul style="list-style-type: none"> - María Alexandra Rendón: Emociones primarias, emociones secundarias y emociones sociales. (Rendón M. A., 2016) - Rafael Bisquerra: Definición de: Enojo/ira, miedo, tristeza, felicidad y amor. . (Calderon, Gonzalez, Salazar, & Washburn, 2012) - Daniel Goleman: Sentimientos. . (Calderon, Gonzalez, Salazar, & Washburn, 2012) <i>(ver anexo 1)</i> <p>2. Ventaja educación emocional.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se reflexionará en torno a elementos dados por Daniel Goleman, y desde la experiencias propias de las docentes. <p>Tiempo: 20 minutos</p> <p>3. Moldeando-me</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se les hará entrega de una porción de arcilla y una hoja blanca. - Con la arcilla, deberán moldear su silueta, lo más semejante a ellos/as. <p>Tiempo: 30 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> - A partir de los conceptos dados por las docentes, la instrucción será indicar donde ubican las emociones primarias y 6 de las emociones sociales. - Ubicarán las emociones con bolitas de plastilina, a la par, en la hoja blanca especificarán la emoción, el lugar y la sensación que les produce. <p>Tiempo: 30 minutos</p> <p>4. Darnos un tiempo para limpiar el espacio Tiempo: 15 minutos.</p> <p>5. Diccionario colectivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se les hará entrega de una hoja blanca - En ella deberán definir: Amor, miedo e ira. - La definición deberá ser de manera vivencial (a qué recuerdo los remonta cada emoción) más no de forma conceptual. - Se acompañará cada emoción de un dibujo |

| | |
|----------------------------|---|
| | Tiempo: 35 minutos. |
| Materiales | Arcilla, plastilina, hojas blancas, esferos, lápices, colores. |
| Evaluación | <ul style="list-style-type: none"> ● Realizar un primer acercamiento a nivel conceptual sobre las nociones de: emociones y sentimientos: por medio de una charla que realizó con los/as niños/as, pudimos construir un círculo de la palabra donde las docentes hablaron sobre términos: cuáles emociones existen, dónde las sentimos, lo que permitió que los chicos/as se soltaran y hablarán desde sus vivencias. ● Reconocer la importancia que tiene la educación emocional dentro del desarrollo personal: en una construcción colectiva, llegamos a la conclusión de la importancia de generar un reconocimiento de las emociones y de saber cómo tramitarlas, esto por medio de las vivencias propias de los/as chicos/as. ● Potenciar en los/as NNA sus facultades de creación, a la vez que reconocen su propio cuerpo: este objetivo lo realizamos por medio de la arcilla que se llevó a la clase, dónde se les indicó que deberían moldear su cuerpo y tratar de hacerlo lo más parecido a ellos/as. ● Lograr que los/as NNA hagan memoria de dónde ubican sus emociones a nivel corporal: por cuestiones de tiempo no pudimos realizar esta actividad. ● Nutrir el diccionario (emocional) colectivo: aunque era la última actividad que queríamos realizar, por motivos de algunas adversidades tuvimos que realizarla de primeras, lo que fue realmente provechoso ya que no influimos en el significado que cada uno de los/as chicos/as le pudieran dar a las palabras. |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Alisson: Recién llegamos pudimos observar que la mayoría de los/as chicos/as se encontraban haciendo tareas, lo que nos alertó un poco, decidimos que mi compañera Camila se quedaría con ellos/as mientras que bajaba con Kamila y David, el cual estaba muy triste, pues tuvieron que regalar a su mascota.</p> <p>Seguido a esto se les indicó que describieran para ellos/as que significaba amor, ira y miedo, además que lo debían acompañarlo de un dibujo. Después de un tiempo bajo Bryan y al tiempo bajo Ana María y una compañera, las cuales debían realizar la misma actividad.</p> |

| | |
|-----------------------------|---|
| | <p>Después de un tiempo bajo mi compañera Camila con Miriam y nos dispusimos a realizar la siguiente actividad, que consistía en moldear el cuerpo de ellos/as con arcilla, mientras tanto se realizó una charla frente; qué son las emociones, los sentires, que emociones existen, cuáles identifican en ellos y en qué lugar se ubican, creando un espacio de diálogo entre docentes y los/as chicos/a.</p> <p>Camila Apenas llegamos el 80% del grupo se encontraba en tareas, esto no nos había pasado nunca, por tanto, quedamos por un momento en blanco sin saber cómo manejar la situación. A mi me correspondía el apoyo en tareas, pero realmente la mayoría tenía muchas cosas que hacer, el primero en bajar fue Brahyan, después de un rato logré que bajara Ana María (que no tenía trabajos para el siguiente día, al parecer no quería bajar). Me quedé sobre todo acompañando a Miriam, la cual, también parecía no estar muy interesada en bajar, pero realmente leerla es un poco difícil.</p> <p>Durante este tiempo también hable con Santiago, con todo el amor que pude, le exprese que si deseaba podía hablar con Tatiana para que le permitiera estar en música (esto lo habíamos acordado con antelación junto a Alisson, ya que desde el primer día se sintió inconforme ya que los dos talleres se cruzaban) su decisión fue retirarse del curso.</p> <p>Luego de un rato de apurar a Miriam, bajamos, allí dimos inicio al trabajo con la Arcilla, me pareció demasiado interesante el ejercicio de ir creando con las manos e ir hablando sobre los conceptos, seguido de compartir sentires frente aquello, me encantaría poder hacer algo parecido en todas las clases.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - Durante esta sesión realmente me encontré un poco confrontada con David, aunque entiendo bien su sentir del momento, realmente fue muy difícil hacerlo hablar. El indico en varias ocasiones que los adultos no le daban confianza, que por ello no quería hablar de lo que le pasaba conmigo, lo cual puedo entender. Pero me cuestionó qué hacer en esos momentos, le doy su espacio aunque esté interfiriendo con los demás del grupo. - Asumirnos desde los sentires de cada uno es muy complicado, y siento que a veces por el afán de cumplir no hacemos lo correcto, en el caso de David, quedé con un sinsabor, porque pudimos darle un abrazo, darnos el tiempo para despedirnos o algo, pero no nos detuvimos |
| Conexiones con las lecturas | |

| | |
|-------------|---|
| Sesión - | ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA: PRIMER JUEVES DEL MES: 01 SEPTIEMBRE 2022 |
| Objetivos | <ol style="list-style-type: none"> 1. Culminar las actividades de la sesión 1 2. Lograr que los/as NNA hagan memoria de dónde ubican sus emociones a nivel corporal. |
| Eje central | |
| Actividades | <ol style="list-style-type: none"> 1. Repite el movimiento <ul style="list-style-type: none"> - Formando una mesa redonda, la docente a cargo dara inicio a la actividad haciendo un movimiento, quien este a su derecha debera repetirlo y añadir uno nuevo, el siguiente, debera repetir el movimiento de la docente, el de su compañero/a y añadir otro; así sucesivamente hasta llegar al ultimo que se encuentre en el circulo. <p>Tiempo: 10 minutos</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Diálogo <ul style="list-style-type: none"> - Se hará un breve repaso de los temas vistos en la sesión anterior <p>Tiempo: 15 minutos.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Actividad complementaria de Moldeando-me <ul style="list-style-type: none"> - Se les hará entrega de una hoja blanca, en ella deberán dibujar su silueta - A partir de lo charlado en la sesión anterior, la instrucción será indicar donde ubican las emociones primarias y 6 de las emociones sociales. (Anexo 1) - especificarán la emoción, el lugar y la sensación que les produce. <p>Tiempo: 35 minutos</p> |
| Materiales | Hojas blancas, lápices y colores. |
| Evaluación | <ol style="list-style-type: none"> 3. Culminar las actividades de la sesión 1: Debido a la premura del tiempo, esta sesión tampoco pudimos terminar del todo, se realizo la corpografía, pero la información que la acompañaba (la sensación que les produce) no se logro hacer, asi mismo, solo se lograron abordar las emociones primarias. 4. Lograr que los/as NNA hagan memoria de dónde ubican sus emociones a nivel corporal: En cuanto a la memoria, todos los/as NNA presentes en el espacio hicieron el ejercicio a conciencia de pensarse en donde se |

| | |
|-----------------------------|---|
| | ubicaba cada una de sus emociones (primarias) |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Camila</p> <p>La primera hora se realizó un curso de primeros auxilios; al llegar, me sentí muy querida, los y las chicas con quienes tenemos el taller me recibieron muy afectuosamente, aun así fue una hora difícil ya que hay algunos chicos que es muy difícil manejarlos, cuando llegó Alisson sentí un respiro porque realmente no sabía qué hacer.</p> <p>En cuanto a la hora que nos correspondió únicamente con nuestros/as chicos/as, el primer ejercicio siento que sí los hizo conectarse más con el espacio, reforzando más el vínculo, todos/as fueron muy participativos y receptivos pese al ruido envolvente del lugar. también pude notar que Luis en esta ocasión no llevaba los audífonos puestos, lo que me hizo sentir que sí había logrado llegar a él con las palabras de la clase pasada. Aunque la actividad no se logró culminar el tiempo fue provechoso. También hubo iniciativa de parte de dos chicas para proponer un compartir, lo cual me parece muy valioso para fortalecer los vínculos.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - Sigue representando un problema el ruido del espacio, por más de que intenten poner atención esta se disipa por este factor y la alternativa de irnos arriba parece representar otro tipo de problemas. - Me parece importante resaltar que los/as chicos/as manifestaron que este espacio es el primer acercamiento que tienen a la educación emocional. - Me da la impresión (aunque ellos/las dicen que no) que están confundiendo la conducta con las emociones |
| Conexiones con las lecturas | |

| | |
|-----------------|---|
| Sesión 2 | Represión de emociones. |
| Objetivo | <ol style="list-style-type: none"> 1. Generar un espacio de construcción colectiva entre los NNA, en el que se vea involucrada la atención al/la otro/a, a la vez que reflexionan sobre lo que les evoca la empatía y el enojo. 2. Contextualizar sobre las múltiples afectaciones que se generan a partir de la represión de emociones. 3. Generar un diálogo frente a las consecuencias de esta represión a nivel social y familiar. 4. Materializar una dinámica en el que los/as NNA logren |

| | |
|--------------------------------------|--|
| | <p>expresar sentires, emociones y pensamientos.</p> <p>5. Lograr transformar esos sentires, emociones y pensamientos en algo simbólico, dándole un cierre.</p> |
| Eje central | <p>Mundo interno - Mundo externo.</p> <p>Competencia socioemocional: Autoconciencia</p> |
| Categorías transversales de la línea | Autocuidado |
| Fundamento teórico | <p>Honrubia, L. (09 de 11 de 2020). <i>Serendipia Psicología</i> . Obtenido de Serendipia Psicología : https://psicoterapiaserendipia.com/emociones-reprimidas/#Consecuencias_de_las_emociones_reprimidas</p> <p>Loring, C. (29 de 12 de 2018). <i>La vanguardia</i>. Obtenido de La vanguardia: https://www.lavanguardia.com/vivo/psicologia/20181229/453672277636/ignorar-sentimientos-negativos-autodestruye.html#:~:text=Al%20reprimir%20las%20emociones%2C%20confundimos,mantenernos%20seguros%20en%20todo%20momento.</p> |
| Actividades | <p>1. Cadáver exquisito</p> <p><u>Se haran dos cadáveres simultaneamente</u></p> <p><u>Los temas centrales de estos seran: la empatía y el enojo.</u></p> <p>(El juego consiste en realizar una historia de manera colectiva)</p> <ul style="list-style-type: none"> - El grupo deberá estar ubicado en mesa redonda Las indicaciones para la actividad serán las siguientes: En una hoja en blanco la primera persona escribirá una oración, la cual deberá dividir en dos renglones, esto con el fin de tapar una parte de la oración haciendo un dobléz en la hoja, y dejando al descubierto la otra. - la siguiente persona deberá seguir la historia acorde a la última palabra que queda al descubierto (Recordando que debe dividir la oración en dos renglones y hacer un dobléz tapando el primero) - Se realizará esto hasta llegar a la última persona del círculo. - Se realiza lectura de la construcción escrita final <p>Tiempo: 15 minutos.</p> |

2. Carta a aquel/lla niño/a que fui

- Se le hará entrega a cada NNA de una hoja blanca
- Deberán darle a esta hoja una forma cuadrada (con el fin de poder hacer el quinto punto de la planeación)
- En ella deberán permitirse escribir unas palabras para esos/as niños/as que fueron, la indicación será, dejarse llevar lo más posible, expresando, emociones, sentires y pensamientos que consideren, hayan estado reprimiendo.
- Pueden complementar el escrito con dibujos de ser necesario.

Aclaraciones

- El destino de este escrito lo deciden ellos/as, no están en la obligación de hacernos devolución de aquella hoja.
- Se les incentiva a que hagan uso de esta herramienta para desahogarse, aun así, cada NNA podrá llegar hasta donde quiera y/o pueda.

Tiempo: 40 minutos

3. Afectaciones por represión de emociones.

“La supresión de las emociones negativas -enfado, tristeza, dolor o frustración- se ha asociado con *enfermedades cardíacas, trastornos autoinmunitarios, úlceras o problemas gastrointestinales*. Otros estudios demuestran que reprimir los sentimientos tiene una *correlación con el cortisol alto -la hormona liberada en respuesta al estrés-* y que *el cortisol produce menor inmunidad y aumenta los patrones de pensamiento tóxicos*. Con el tiempo, el estrés no tratado o reconocido puede llevar a un *mayor riesgo de diabetes, problemas con la memoria, agresividad, ansiedad y depresión.*” (Loring, 2018)

4. Consecuencias a nivel familiar y social.

- A partir de lo anterior se generará un diálogo que nos permita ver, desde la subjetividad de cada NNA cuáles son esas consecuencias que se podrían desencadenar a nivel familiar y social.

Tiempo: 20 minutos.

5. Mariposa origami

- Con el fin de dar un cierre a lo sentido haciendo la carta, con esta, se hará una mariposa en origami.
- Se realizará una pequeña reflexión frente al significado metafórico de la mariposa: Cambio, evolución, transformación y autonomía.

| | |
|----------------------------|--|
| |  <p>Tiempo: 30 minutos.</p> <p>6. Complemento taller Moldeando-me <u>Al finalizar cada sesión deberán hacer un símbolo, una pequeña muestra para ubicarla en la silueta hecha en arcilla durante la primera sesión</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Se pondrá a su disposición plastilinas, hojas iris, hojas blancas, colores y lápices para que construyan el símbolo. - Las indicaciones serán: Realizar aquel símbolo a partir de lo aprendido en clase, lo sentido durante la clase o cualquier cosa que les haya evocado la sesión. <p>Tiempo: 15 minutos</p> |
| Materiales | Plastilinas, hojas iris, hojas blancas, colores y lápices. |
| Evaluación | Frente a los objetivos planteados durante la sesión y sus actividades fueron realmente provechosas, ya que se llevaron todas a cabo. Existieron varios momentos de reflexividad por parte de los/as chicos/as haciendo que ellos/as se cuestionen un poco frente a sus emociones y de qué manera las están gestionando. |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Camila: Por cuestiones con el transporte llegué unos minutos tarde a la sesión, para cuando me integré al grupo ya estaban realizando el</p> |

compartir. Para ello llevé unas galletas de avena que prepare yo misma, iba algo nerviosa ya que no las había podido probar, por suerte gustaron a todos/as.

Durante el compartir se dieron varios temas alrededor de los hombres y las relaciones erotico-afectivas, en la cual se evidencio algo de dificultad de las chicas para poner límites, también me dio la impresión de que la calificación de "tóxico/a" se está dando a la ligera.

En cuanto a la actividad de la carta, me pareció un momento muy emotivo, todas/os, se mostraron en disposición para hacerla y más que eso, les emocionó la idea, el origami de igual manera fue un momento de comunión esencial para la sesión. Kamila en cierto momento le pidió a algunas/os que le firmaran la mariposa, lo que dio como resultado que nos firmáramos la mariposa entre todos; luego, Miriam me pidió leer su carta y yo le entregué la mía, ello también dio inicio a que todos compartieran sus cartas con Alisson y conmigo, y finalizó en un abrazo colectivo. Por último, como voto de confianza todas/os, nos permitieron llevarnos sus cartas, lo cual también nos pareció muy valioso.

Alisson:

Para este día apenas me encontré con los/as chicos/as me preguntaron frente al compartir, nos dirigimos a la mesa para realizarlo. Con el yogurth en la mano las chicas (Angélica, Miriam, Camila y Ana María) dicen que brindemos por "los malditos hombres" lo que me causó un tris de curiosidad del por qué estaban diciendo eso. Justo en ese momento llegó mi compañera Camila y compartió sus galletas preparadas en casa, además de seguir abordando el tema de que los hombres eran muy terribles, ya que Ana nos comenta una situación que pasa en este momento con un chico de su curso. Allí se aprovecha un poco este espacio para frente a los límites y de qué manera los estamos generando en nuestro entornos.

Seguido a ello se les indica que vamos a realizar el cadáver exquisito pero ahora guiado a la empatía y el enojo. Para continuar con las actividades se le pide a los/as chicos/as que presten atención a un relato a este niño interior que fuimos para que ellos/as luego puedan realizar su actividad. Seguido a ello se les indica que deben hacer la carta a ese niño/a interior, que le digan los que les gustaría escuchar, ellos/as se encontraron muy dispuestas a realizar la actividad, después de ellos se le indica que vamos a realizar un origami y que ellos/as podrían hacer con sus cartas lo que quisieran (cortarlas, girarlas, guardarlas o compartirla) y la mayoría dijo que querían quemarlas, pero luego de ello algunas chicas decidieron compartir solo como n nostras sus cartas y luego que las firmáramos todos/as el único que rompió su cara fue Luis. Para realizar un diálogo frente el por qué de la actividad se realiza un diálogo con los chicos/as los/as cuáles participan desde sus experiencias, generando una

| | |
|-----------------------------|---|
| | <p>reflexión frente las fugas emocionales de energía que tenemos al momento de reprimir emociones y que parche emocionales podríamos utilizar para prevenir represión. Fue un día realmente muy valioso pues pudimos evidenciar que hemos empezado a crear vínculos muy cercanos con los/as chicos/as.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - Durante está sesión nos gustaría resaltar el hecho de el vínculo que hemos logrado con los/as chicos/as del espacio, realmente se siente la diferencia de cuando llegamos y ahora. - Otra parte importante de resaltar es que gracias a ese vínculo también se ha creado confianza, lo que permitió que algunos/as nos dejarán ver lo que escribieron, haciendo que se abran un poco más frente a sus emociones y lo que están pasando o han pasado en el transcurso de sus vidas. Lo que nos lleva si bien no podemos cambiar sus realidades cómo potenciamos aún más este espacio para esta reflexión de sus vidas, pero sin abrir viejas heridas o crear un espacio para poder cerrarlas de la manera adecuada. |
| Conexiones con las lecturas | <ul style="list-style-type: none"> - “El afecto que brindamos a las personas y el cuidado que aplicamos a las situaciones existenciales, se manifiesta como inteligencia que intuye, que ve hasta lo profundo y establece comunión” (Cuadro, Boff citado por Álamos) Considero que varios momentos dados durante esta sesión se traducen en cuidado. Desde el compartir, en el que además de ofrecer un alimento a los/as demás se compartió tiempo, atención y escucha; Hasta el abrazo que compartimos al finalizar las lecturas de las cartas, en este punto percibí en todos/as un afecto y un respeto genuino hacia los sentires de los/as demas. |

| | |
|-----------------|---|
| Sesión 3 | Corporalidad y emociones |
| Objetivo | <ul style="list-style-type: none"> ● Lograr que los/as NNA acoplen en su cotidianidad la lectura del lenguaje corporal con el fin de crear prácticas de cuidado ● Abordar el concepto de comunicación no verbal. ● Generar en los/as NNA inquietudes frente su propio lenguaje corporal, en vías de potenciar sus capacidades de autoconciencia ● Contextualizar sobre la relación existente entre el cuerpo y las emociones. |

| | |
|--------------------------------------|---|
| | |
| Eje central | Mundo interno - externo Competencia socioemocional: Autoconciencia, empatía |
| Categorías transversales de la línea | Corporalidad y cuidado |
| Fundamento teórico | Benito, P., Elices, J., Francia, M., & Garcia, B. (s.f.). <i>Cómo promover la convivencia</i> . Madrid: Editorial CEPE. Ruano, T., & Barriopedro, M. I. (s.f.). <i>IMPACTO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL SOBRE LAS EMOCIONES EN EL ÁMBITO</i> . Madrid: Universidad Europea de Madrid. |
| Actividades | <p>1. Mímica y análisis Las indicaciones serán: Primer momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hacerse de a parejas - Al azar, de una bolsa, cada pareja sacará un papel con una emoción escrita (Miedo, ira, tristeza, asco, sorpresa y felicidad) - Se dará un tiempo de 5 a 10 minutos para que cada pareja elabore una pequeña escena en la que se evidencie la emoción que les correspondió. <p>Segundo momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cada pareja presentara su escena - A la par lo demás participantes deberán leer el lenguaje corporal de sus compañeros/as tratando de deducir cual es la emoción que les correspondió. <p>Tiempo: 50 minutos</p> <p>2. Comunicación no verbal</p> <p><i>“La Comunicación No-Verbal (CNV), también llamada Lenguaje Corporal, se compone de un conjunto de conductas que acompañan a la comunicación verbal. Es necesario señalar la importancia que la CNV tiene en las relaciones interpersonales. La CNV comunica afecto, actitudes y emociones y complementa, apoya y en algunos casos, sustituye al mensaje verbal. En las relaciones interpersonales, hay que prestar atención, no sólo al contenido, lo que el sujeto expresa, qué dice, sino también al modo de expresión, cómo lo expresa, cómo lo dice”</i> (Benito, Elices, Francia, & Garcia)</p> |

| | |
|------------|--|
| | <p>Tiempo: 10 minutos</p> <p>3. Conociéndome y reconociéndome.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Individualmente se les hará entrega de una hoja en blanco - En ella, por medio de dibujos y/o escritos representarán/describirán cómo expresan sus emociones (Miedo, ira, asco, felicidad) corporalmente. - Por último, escribirán por qué consideran es importante la lectura del lenguaje corporal. <p>Tiempo: 20 minutos</p> <p>4. Corporalidad y emociones</p> <p><i>“La Expresión Corporal es el conjunto de técnicas que utiliza el cuerpo para revelar nuestro mundo interno, sensaciones, emociones, ideas, etc., en definitiva, el contenido de nuestra vida psíquica, (...). La Expresión Corporal ayuda a mejorar el bienestar personal mediante la toma de conciencia y aceptación de nuestro propio cuerpo, (...), ya que esta nos pone en contacto con nuestras emociones; mediante la liberación y el control de las mismas” “la vivencia de las emociones y el tratamiento que se hace desde la Expresión Corporal, está referida sobre todo a la liberación de tensiones acumuladas, a la expresión de estas a través del cuerpo, a la toma de conciencia corporal para un buen conocimiento y reconocimiento en nosotros y en los demás” (Ruano & Barriopedro, s.f.)</i></p> <p>Tiempo: 10 minutos</p> <p>5. Socialización</p> <ul style="list-style-type: none"> - Compartiremos las reflexiones frente a la importancia del lenguaje corporal <p>Tiempo: 15 minutos</p> |
| Materiales | |
| Evaluación | <ul style="list-style-type: none"> ● Lograr que los/as NNA acoplen en su cotidianidad la lectura del lenguaje corporal con el fin de crear prácticas de cuidado: Este es un objetivo bastante ambicioso, podría decir que al menos se les dejó la inquietud frente a la importancia del tema, pero no siento que su interés sobre esto haya sido mucho |

| | |
|----------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Abordar el concepto de comunicación no verbal: Se logró abordar, aún así, la información no fue muy precisa, al contrario fue bastante confusa para ellos ● Generar en los/as NNA inquietudes frente su propio lenguaje corporal, en vías de potenciar sus capacidades de autoconciencia: El tema no parece interesarles lo suficiente como para manifestar inquietudes frente a esto. ● Contextualizar sobre la relación existente entre el cuerpo y las emociones: Al igual que con la comunicación no verbal, la información no fue muy clara. |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Alisson.</p> <p>En esta sesión llegué tarde, por lo tanto me perdí el cómo habían estado los niños/as durante este tiempo de no vernos. Pero mientras que realizaban la actividad de mímica mi compañera Camila me adelantó. Los chicos/as empezaron a realizar la actividad de la mímica, después nos dimos la oportunidad de realizar la mímica nosotras, pero se les fue muy difícil entenderla. Seguido a ello mi compañera Camila realizó una contextualización del por qué es importante hablar sobre el lenguaje corporal, donde hubo una pequeña participación por parte de los chicos/as. Después llegó Yulian y empezamos a realizar en hojas blancas dibujos que representarán cuáles eran nuestro gestos con ciertas emociones, también se les explicó que se podía acompañar con palabras la descripción de este dibujo. Al final de realiza una socialización de lo que dibujaron lo cual se prestó para el diálogo de la importancia del saber expresar las emociones y de la importancia del cuerpo en esto.</p> <p>Camila</p> <p>Al llegar al centro los/las chicos/as se encontraban en el segundo piso, al llamarlos a sesión Angelica y Kamila se mostraban contentas de verme y dispuestas de ir al espacio, Luis y Miriam por su parte, no tanto, sobre todo Luis. Abajo les pregunte por las dos semanas que no habíamos tenido la oportunidad de vernos y me adelantaron sobre sus asuntos. Dando inicio a la primera actividad llego Alisson. Se hicieron de a parejas, Miriam y Angelica en un inicio no se entregaron mucho a la actividad, estaban hablando de otras cosas y lo hicieron muy saliendo de paso. Kamila como siempre (o casi siempre) estaba muy animada y entregada, Luis no quería hacer nada y Kamila tuvo que estarlo pullando toda la actividad. Haciendo transición a la segunda parte Kamila y Luis empezaron a jugar mucho interrumpiendo la clase, Alisson amenazó con separarlos y Luis dijo que “le valía verga” lo</p> |

| | |
|-----------------------------|--|
| | <p>cual me enojo mucho y lo “regañe”, luego de eso ya se quedaron más calmados pero el ambiente estaba tenso, y todos parecían tener afán porque se acabará la sesión.</p> <p>Autoconciencia: Al preguntarles sobre los gestos que hacen para expresar sus emociones, se remitieron a relatar las cosas que les hacían sentir aquellas emociones. Percibo en ellos una dificultad para reconocer sus expresiones corporales, llegando a generalizar su corporalidad, con esto me refiero a que entienden que todos/as tenemos los mismos gestos al estar felices, tristes, etc.</p> <p>Empatía: Esta competencia no se ve de forma tan explícita dentro de las actividades, se espera que con estas herramientas ellos/as logren desarrollar empatía en su lectura hacia los demás. Ahora bien, en su comportamiento a lo largo de las sesiones logran demostrarla en diferentes momentos; en esta sesión, a la hora de hacer parejas Kamila quiso hacerse con Angelica, lo que dejaba a Miriam con Luis, al ver la poca disposición que tenía Luis para hacerse con Miriam Kamila se junto con Luis y Angelica decidió hacerse con Miriam, lo que evito un momento bastante incomodo.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - Si bien realizaron la actividades, durante esta sesión no se sintió la conexión con el espacio, como que los/as chicos/as no se encontraban en disposición y en varias ocasiones tuvimos que llamar la atención debido que estaban bastante distraídos. También se les recordó que si no se sentían cómodos o la actividad no les gustaba podíamos hablar de qué otra manera podríamos abordarlo, aunque se quedaron en silencio y continuaron realizando las actividades, nos quedamos un poco inconforme con esta sesión. - Los y las chicos/as me dejaron una inquietud a la hora de no asumir la crueldad y el orgullo como emociones, lo cual me parece totalmente comprensible, porque parece más algo que se acerca a una forma de actuar que a una emoción |
| Conexiones con las lecturas | <p>Competencias socioemocionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “La crueldad se define como la respuesta emocional de obtención de placer en el sufrimiento y dolor de otros o la acción que innecesariamente causa tal sufrimiento o dolor. Es considerada como un signo de desajuste psicológico por la American Psychiatric Association.” Para abordar este tema es necesario volver a señalar la relación existente entre emoción, cognición y comportamiento. La crueldad, por ejemplo, es un accionar que está directamente ligado a la respuesta emocional, |

pero, que puede ser regulado por la cognición.

- Remitiendonos al cuadro dado por Rendón, hay emociones más complejas de entender, cómo la crueldad, el orgullo, la ansiedad y la congratulación, ya que se entienden más como acciones, o trastornos en el caso de la ansiedad. La crueldad, el orgullo y la congratulación son emociones cognoscitivas superiores, estas, no son tan rápidas y automáticas como las emociones básicas, además de esto, no están ligadas a una única expresión facial. La ansiedad por otro lado es una emoción secundaria "Según Ekman, estas son las que se producen como resultado de nuestro crecimiento, la interacción con los demás y la combinación de varias de las emociones primarias. Además, no se identifican tan fácilmente como las más básicas. Esto quiere decir que no siempre las expresamos mediante gestos como una sonrisa o el arqueado de cejas, como es el caso de la alegría o el enojo."

Cuidado:

- **"para poder desarrollar las prácticas de cuidado debe existir primero una autoconciencia; la cual nos permite replantear el tipo de relacionamiento que hay con el otro/a, creando una constante reflexión frente al trato que se tiene, (ya sea de manera personal o colectiva) entendiendo la importancia del vínculo y todo lo que implica crear uno" (Rodríguez 2018)**
- Teniendo en cuenta lo anterior durante está sesión uno de los puntos importantes era que los/as chicos/as pudieran entender que, cuando sabemos leer el lenguaje corporal de los/as otros/as y el nuestro podemos generar a su vez prácticas de cuidado, generando una empatía por los sentires de los otros/as.

Educación emocional:

- **"Unos de los objetivos importantes para una educación emocional según Bisquerra; Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones, identificación de las emociones del otro/a, denominación de las emociones, desarrollar habilidades para la regulación de las propias emociones".**
- Es por lo anterior que hay dos factores importantes que debemos tener en cuenta durante está sesión: primero, es ampliar el vocabulario emocional, ya que si empezamos a identificar que emoción se están viviendo vamos a saber de qué manera tramitarla y gestionarla dentro de nosotros,

| | |
|--|--|
| | <p>además de que esto nos ayudará a comprender cómo nos sentimos y el por qué nos sentimos así. Pues al tener una desconocimiento de estas podemos llegar a no saber qué hacer con ellas o incluso confundirlas con otra emoción, evitando saber cómo gestionarla dentro de nosotros/as. Ahora el otro factor importante es nuestro lenguaje corporal, pues nuestro cuerpo también expresa nuestras emociones y aunque unas son más expresivas que otras no quiere decir que no se deba prestar atención. Si aprendemos a identificar como nuestro cuerpo expresa nuestras emociones será otro factor importante para potenciar la inteligencia emocional.</p> |
|--|--|

| | |
|--------------------------------------|--|
| Sesión 4 | Reconocer, soltar y sanar |
| | 6 de octubre del 2022 |
| Objetivos | <ol style="list-style-type: none"> 1. Generar en los/as NNA inquietudes frente a las conductas y/o patrones que se presentan dentro de su familia. 2. Construir un diálogo frente a las incidencias que han tenido estos patrones en su desarrollo personal y en las fracturas existentes en su núcleo familiar. 3. Reflexionar sobre la importancia de sanar aquellas fracturas. 4. Conseguir que los/as NNA logren reconocer y expresar las emociones causadas por las fracturas familiares. |
| Eje central | <p>Mundo interno y mundo externo.</p> <p>Competencias socioemocionales: Autodominio, adaptabilidad emocional.</p> |
| Categorías transversales de la línea | Corporalidad, memoria y cuidado. |
| Fundamento teórico | Pauta, M. (2005). La importancia de la resiliencia hoy. Monografía. Cuenca, Ecuador: Universidad de Azuay. Facultad de Filosofía, letras y ciencia de la educación. |
| Actividades | <p>1. Análisis genograma.</p> <p>Las indicaciones serán:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se hará entrega a cada uno/a de los/as NNA del genograma realizado en la sesión 4 de la etapa de caracterización (11 de agosto 2022). - Cada uno/a deberá observar y analizar qué |

similitudes encuentran dentro de su genograma en cuanto al tipo de relacionamiento (Fracturada, distante, buena, excelente) y las prácticas de cuidado (Yo cuido, me cuida, nos cuidamos) que hay entre sus abuelos, papás, tíos, hermanos, primos y ellos/as. Por ejemplo, se identificarían similitudes en el tipo de relación fracturada que tiene el NNA con su madre y su hermano.

- Se entregará una hoja blanca donde ellos/as deberán escribir qué similitudes encontraron dentro de sus relaciones familiares.

Tiempo: 30 minutos.

2. Socialización de lo observado y analizado.

- Se realizará una socialización de lo que pudieron observar, analizar sobre las relaciones y los cuidados que existen en sus familias y qué tipo de patrones se ven.

Tiempo: 15 minutos.

3. Reconocimiento.

- Será entrega de una pieza de cartón cartulina blanca donde deberán realizar una silueta de ellas/os.
- Allí deberán ubicar: en qué parte o partes del cuerpo creen que han afectado las diferentes fracturas que tienen con sus familias (observados en el genograma)
- Por medio del dibujo, crear “parche” sobre la fractura, este como símbolo de soltar o sanar.
- Se realizará una reflexión sobre el reconocimiento de las emociones y de las heridas causadas por las fracturas familiares además de la importancia de soltar, sanar y de cómo generar una resiliencia familiar (es importante aclararles que esto es un primer acercamiento; cada persona puede soltar o sanar a su tiempo y cuando esté preparado para ello).

Tiempo: 20 minutos.

Referente teórico.

“Hablar de resiliencias familiares, es hablar sobre las capacidades con las que cuentan una familia para poder tolerar, manejar y aliviar las consecuencias de una crisis o de una adversidad, permitiendo alcanzar niveles aceptables de salud, bienestar y fortalecimiento de todos los integrantes de la familia.” Para lograr una resiliencia es importante tener “una comunicación

efectiva, habilidades de resolución de problemas, capacidad para generar compromisos.” (Pauta, 2005; pág. 35)

4. Enviemos una postal.

Las indicaciones serán:

- Lectura de un pequeño fragmento.

Te perdono

Sí, te perdono por mí,
porque con tanta carga
ya tengo suficiente,
porque merezco vivir
tranquilamente.

Sí, te perdono por ti,
para que el Karma no
te golpee tan fuerte,
para que no quede
ninguna deuda
pendiente.

-Kelbin Torres...()

- Se hará entrega de una hoja en blanco, en ella deben dibujar el lugar desde donde les gustaría enviar la postal. (Acá deben dejar volar su imaginación y creatividad; puede ser un lugar en particular seguro, cómodo desde donde les gustaría estar o desde el lugar del cuerpo en donde tienen una fractura observada anteriormente)
- En el reverso de la hoja en donde realizaron el dibujo, deben escribir una carta a ese familiar con el que tienen un vínculo muy fracturado, distante o complicado y expresarles todo el malestar que les han causado o les siguen causando. Deberán dejarse llevar por sus emociones y sentires.
- Se les hará entrega de unos sobres, donde deberán colocar la carta (postal) y fuera del sobre escribirán el remitente y para donde va.
- Para la estampilla que lleva el sobre, se utiliza el mismo parche emocional que crearon en la anterior actividad; esto como símbolo de sanación.
- Por último, se les dará la opción de colocar los sobres en un buzón o de entregar su carta; esto como un símbolo de despedida a todo aquello que

| | |
|----------------------------|---|
| | <p>quisieron decir o expresar en algún momento y por alguna circunstancia les fue difícil...</p> <p>Tiempo: 30 minutos.</p> |
| Materiales | Hojas blancas, marcadores, colores, esferos, lápices, sobres y buzón. |
| Evaluación | <ul style="list-style-type: none"> • Los objetivos 1, 2 y 3 no se pudieron realizar debido a que la sesión se vio interrumpida debido a que existían otras dinámicas dentro de la fundación. • Conseguir que los/as NNA logren reconocer y expresar las emociones causadas por las fracturas familiares. El desarrollo de la actividad se pudo realizar por completo y si bien los/as chicos/as se veían demasiado conectados al realizarla, no se pudo realizar una socialización frente a cómo se sintieron, haciendo que se vea interrumpido este proceso de reconocer y expresar sus sentires y emociones frente a sus fracturas familiares. |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Alisson.</p> <p>Cuando llegamos al centro los chicos/as se encontraban en el salón de audiovisuales y nos tocó ir a buscarlos allá. Cuando bajamos a nuestro espacio de encuentro los/as chicos/as nos comunican que ellos/as tendrán un ensayo de su obra de teatro ahorita, cuando preguntamos nos informan que efectivamente teníamos solo una hora para realizar nuestra actividad.</p> <p>Con mi compañera Camila decidimos realizar la última parte de nuestra sesión de hoy que es la postal. Al principio se le hace entrega del genograma a todas menos a Luis, ya que el día que lo realizamos él se encontraba haciendo tareas, pero le dijimos que se podría apoyar del de su hermana Angélica y él aceptó. Luego se empieza a explicar la actividad.</p> <p>Se les hace entrega de la hoja en blanco dónde deben dibujar un lugar seguro donde les gustaría estar, luego les explicamos que la idea de esta actividad es el tener un primer acercamiento frente a la sanación y al soltar todo el malestar de aquellas personas que nos han causado algún tipo de daño. También les aclaramos que esto es un proceso y no es que se vaya ir solo, además que esto es un proceso más de manera más personal. Luego cada uno de los/as chicos/as empezó a realizar su dibujo y mientras eso pasa empezamos a preguntar cuál era ese lugar seguro y</p> |

| | |
|---------------------------|--|
| | <p>cada uno empezó a compartir, al momento de la escritura a algunos les costó más que otros/as pero al final lo pudieron realizar. Al final Camila decide compartir su escrito con todos. Ya ellos se van para el ensayo de su obra de teatro y nosotras nos quedamos en nuestro espacio observando cómo también ellos/as interactúan en otros escenarios. Luis fue alguien que vimos que se desenvuelve muy bien.</p> <p>Por último como la siguiente semana es receso decidimos que podrían realizar una actividad de reflexión en casa y en el cartón cartulina dejamos unas instrucciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizar la silueta que ocupará toda la hoja. - recordar que heridas les han causado las fracturas familiares. - ubicar las fracturas familiares en la parte del cuerpo donde les afecta. - por último responder unas preguntas orientadoras . <p>Camila</p> <p>Al llegar tuvimos que subir por los/as chicos/as ya que los habían enviado a tiempo libre, la mayoría se mostraron algo reacios en un inicio, Kamila como siempre, sí estaba muy entusiasmada. Nos informaron también que Velky y Kendy se habían retirado de la fundación, Ana María estaba suspendida, y Brahyán, David y Yulian no habían asistido.</p> <p>Al llegar abajo nos informaron que solo disponíamos de una hora ya que tenían que ensayar para una obra, esto nos descuadró todo lo que estaba planificado. Decidimos realizar la postal. Empezamos por el dibujo, esto dio paso a que no se le prestara tanta atención al escrito. Mientras dibujamos, con el fin de darle un sentido a la actividad empecé a hablar frente a cuál era mi lugar seguro, desde el que enviaría mi postal y proseguí preguntando a todos. La actividad se desarrolló de una mejor manera que la anterior, me sentí más tranquila y los sentí a ellos un poco más conectados al espacio. Con el fin de mantener el espacio vivo, decidimos dejarles un trabajo para la casa que complementará la actividad del día de hoy.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - Nos parece importante resaltar que durante esta sesión no nos informaron que estaría interrumpida debido a los ensayos de las obras de teatro, lo cual acortó nuestras actividades y más allá de no tenernos en cuenta, es que el proceso con los/as chicos/as se ve cortado. <p>Uno de los pilares fundamentales al momento de realizar una educación emocional es la constancia dentro de los procesos y debido a las dinámicas que se han presentado</p> |

| | |
|------------------------------------|--|
| | <p>últimamente realmente si se desconecta un poco el proceso que se lleva haciendo que retomar cada sesión sea un poco más complejo, lo que me lleva cuestionar ¿Qué hacemos cuando se presentan este tipo interrupciones dentro de nuestros procesos? ¿Cómo retomar ese acercamiento con los/as NNA?</p> <ul style="list-style-type: none"> - también algo realmente valioso de esta sesión es que los chicos/as expresaron su comodidad con nosotras, que les gustaba mucho estar con nosotras y eso es algo realmente gratificante, nos hace estar más entusiasmados en este proceso. además que pudimos observar que a diferencia de la sesión pasada hoy se encontraban más conectados realizando la actividad. - Me llamo mucho la atención la postal de Miriam, en ella expresaba con mucha ironía que le “tocaba perdonar”, me parece totalmente entendible su posición, me hace pensar que debemos tener mucho tacto con cada tema que toquemos, de tal manera que no lleguen a sentir una imposición en aquello que sería “mejor” o no para ellos/as |
| <p>Conexiones con las lecturas</p> | <p>Competencias socioemocionales: Cuidado: Educación emocional:</p> <p>“La educación emocional debe ser un proceso continuo y permanente, presente en el desarrollo de todo el currículum académico y en la formación a lo largo de la vida, por ello sus implicaciones educativas pueden ubicarse tanto en el plano de la educación formal como informal. Extremera y Fernández-Berrocal (citados por Bisquerra, 2001). Goleman (1996)”</p> <p>Por lo anterior es que nos parece un poco preocupante el desarrollo de la propuesta pedagógica, pues como se ha mencionado anteriormente se han presentado diversas interrupciones, haciendo que se cree un ruptura tanto con los chicos/as y el proceso que se lleva a cabo.</p> <p>Debido a las afectaciones mencionadas; nosotras como educadoras comunitarias consideramos que debemos empezar a crear estrategias que nos ayuden a seguir con una conexión con los/as chicos/as aunque las clases se vean interrumpidas. Una de las alternativas es dejar talleres para la casa permitiendo que creen reflexión desde este espacio para que cuando nos volvamos a encontrar no estemos tan desconectados con el taller, además de permitirles a los/as chicos/as explorar estas actividades desde otros lugares y reflexionar de cómo se sienten.</p> |

| Actividad complementaria | Reconocer, soltar y sanar/ 20 de octubre |
|--------------------------|---|
| Objetivos | <ol style="list-style-type: none"> 1. Generar un diálogo frente a las incidencias que han tenido las heridas o afecciones internas en su desarrollo personal y en las fracturas existentes en su núcleo familiar. 2. Reflexionar sobre la importancia de sanar aquellas fracturas. 3. Conseguir que los/as NNA logren reconocer y expresar las emociones causadas por las fracturas familiares |
| Actividades | <p>5. Reconocimiento. Primer momento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Será entrega de una pieza de cartón cartulina blanca donde deberán realizar una silueta de ellas/os. - Allí deberán ubicar: en qué parte o partes del cuerpo creen que han afectado las diferentes fracturas que tienen con sus familias (observados en el genograma) - Por medio del dibujo, crear “parche” sobre la fractura, este como símbolo de soltar o sanar. - Se realizará una reflexión sobre el reconocimiento de las emociones y de las heridas causadas por las fracturas familiares además de la importancia de soltar, sanar y de cómo generar una resiliencia familiar (es importante aclararles que esto es un primer acercamiento; cada persona puede soltar o sanar a su tiempo y cuando esté preparado para ello). <p>Segundo momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - En la parte de atrás del cartón cartulina deberán responder las siguientes preguntas: ¿Consideras que estas heridas se pueden sanar? ¿Qué podrías hacer para sanarlas? ¿Qué estás haciendo en este momento con tus heridas? |
| Evaluación | <ul style="list-style-type: none"> ● Generar un diálogo frente a las incidencias que han tenido las heridas o afecciones internas en su desarrollo personal: Durante esta sesión varios/as se mostraron realmente interesados a hablar alrededor de estas incidencias, por tanto se podría decir que el objetivo se cumplió |

| | |
|-----------------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Reflexionar sobre la importancia de sanar aquellas fracturas: Se abordó el tema, aun así, algunos/as se mostraron reacios al tema ● Conseguir que los/as NNA logren reconocer y expresar las emociones causadas por las fracturas familiares: A groso modo se podría decir que los/as NNA pudieron identificar algunas de estas afectaciones, hubo también, quien expresó no tener ninguna. |
| | Observación: diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Camila:</p> <p>Durante la primera hora estuvimos acompañando las actividades que se realizan el primer jueves del mes, que por motivos que desconozco, se movió para este día. El tema que se abordó fue el cambio climático. Los/as NNA estaban inquietos, haciendo mucho ruido y desorden, en algún punto recurri a pedirle a David que me ayudara y en un gesto muy bonito de su parte empezó a regañar a los compañeros, Luis por su parte también lo hizo aunque no se lo pidiéramos.</p> <p>Al terminar nos dirigimos con nuestro grupo al primer piso, allí nos encontramos con que la mesa que siempre ocupamos tenía una escalera atravesada, intentamos hacernos en la parte de abajo en otra mesa que se encontraba allí pero el ruido era demasiado, por tanto, decidimos preguntar si el salón donde nos encontrábamos anteriormente haciendo la actividad con el grupo grande estaba disponible, afortunadamente si estaba vacío. Subimos, nos hicimos en círculo y empezamos a hablar alrededor de la tarea que se les había asignado, en un primer momento muchos dijeron haberla hecho pero no haber traído la actividad, después de insistir un poco en que no habría represalias si no la habían hecho, aceptaron que no la habían entendido por tanto decidimos junto a Alison darles otro cartón cartulina y realizar la actividad desde cero con ellos, a excepción de Camila que fue la única que hizo la actividad en su casa. Antes de realizar la actividad surgieron varias dudas sobre todo por parte de Angélica, en primer momento pregunto si todas estas heridas causadas en la infancia iban incidir en su vida adulta; hablamos un buen trato frente a ellos y en algún momento entró en la conversación el concepto de responsabilidad afectiva, Alison y yo hicimos nuestro mayor intento para que estas dos cosas quedarán lo más lo más claras posibles.</p> <p>Me agradó mucho escuchar de la voz de Angélica una oración muy corta pero potente: “¡es que yo quiero saber!”</p> <p>Al terminar esta conversación Alison se quedó junto a: Angélica,</p> |

| | |
|---|--|
| | <p>Luis, David y Miriam realizando la actividad en el cartón cartulina y yo por mi parte fui a otra esquina del salón a trabajar la identidad junto a Camila. Aún así en un principio lo que hicimos fue las curas para sus heridas y hablamos con respecto a cómo se había sentido con la actividad, me expresó que fue un tanto duro recordar todas aquellas heridas pero que quizá era necesario ubicarlas. En cuanto a la actividad de identidad considero que quedaron muchos baches, alcance hablar teóricamente del concepto, empezamos a abordar la identidad desde sus rasgos físicos, pero no alcanzó el tiempo para abordarlo más a profundidad. Al terminar la sesión compartí unos dulces que había llevado con todos.</p> <p>Alisson.</p> <p>Durante la primera hora de la sesión los/as chicos/as se encontraban en el salón de audiovisuales en una reunión del IDERG. Esta vez abordaron temas sobre el cambio climático, lo realizaron por medio de una actividad pero los chicos/as se encontraban un poco dispersos y varias ocasiones se tuvo que llamar la atención.</p> <p>Después de terminar la charla se llevaron a los/as chicos/as que van para música y los/as que están con nosotras en el taller nos intentamos ubicar en la rotando pero debido al ruido nos cambiamos de lugar, dónde nos hicimos en mesa redonda, se le pregunto si habían realizado la tarea que se le había dejado y solo una lo había realizado, por ello decidimos que empezamos a realizar el ejercicio desde cero y a cada uno se le hizo entrega de un cartón cartulina para que empezarán hacer su silueta y luego ubicar sus heridas. Angélica empezó a hacer varias preguntas sobre el tema de cómo las heridas de la infancia podrían incidir en nuestra vida adulta y se tejió una charla alrededor de todo ello. Luego mi compañera Camila se fue con Camila para adelantar la sesión de identidad que era la que correspondía para este día, por lo tanto yo terminé la sesión de identificación de heridas y intentar poner curas sobre estas heridas, aclarando que esto es un proceso y que no todo el mundo lo realiza de la misma manera. Por último mi compañera Camila llevo unos dulces y los compartió con todos/as.</p> |
| <p>Comentarios y/o preguntas</p> | <ul style="list-style-type: none"> - El tener un espacio que brinde silencio y privacidad genera cierta seguridad en los y las chicas para hablar, para preguntar para desenvolverse - Lo bien que me sentí en esta clase me hace pensar que hubo otras clases en las que no pudimos o no logramos expresar nuestras ideas de manera adecuada, debido quizás un poco a los factores externos que evidenció también en el punto anterior: ruido, la amplitud del espacio |

| | |
|------------------------------------|--|
| | <p>etc</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es reconfortante saber que aunque no lo expresen siempre, si están llenos de dudas y están interesados por el tema, habrá que pensar cómo hacer que lo que pasó en esta sesión se repita en todas |
| Conexiones con las lecturas | <p>Competencias socioemocionales:</p> <p>Autoconciencia: El lograr ubicar sus heridas corporalmente, teniendo en cuenta que estás son internas, da cuenta de la conciencia que tienen de aquellas cosas, situaciones, etc, que les han causado daño, evidenciando esto un análisis interno que ha ido fortaleciendo una relación íntima con ellos/as mismos/as. Sumado a esto, que se empiecen a manifestar dudas alrededor de la incidencia de su mundo emocional actual en su vida adulta, representa apertura de conciencia también.</p> <p>Adaptabilidad emocional: El autodomínio se define como la forma en que cada individuo percibe, piensa interpreta y experimenta el mundo, aceptando la propia experiencia emocional. En este ejercicio pudimos evidenciar como cada uno/a de los/as NNA dan cuenta de su propia experiencia alrededor de sus heridas, aunque claramente esta es una competencia que requiere de mucho trabajo se logra percibir un primer acercamiento a ella</p> |

| | |
|--------------------------------------|--|
| Sesión 5 | Identidad: proceso colectivo - 2 de noviembre 2022 |
| Objetivo | <ol style="list-style-type: none"> 1. Conseguir que los/as NNA logren expresar las emociones causadas por las fracturas familiares y cómo estas se encuentran impresas en sus cuerpos. 2. Identificar cuáles rasgos de su identidad provienen de su entorno social o familiar. 3. Abordar teóricamente el concepto de identidad bajo la pregunta ¿quién soy yo? |
| Eje central | <p>Mundo interno. Reconocimiento de la identidad</p> <p>Competencia socioemocional: Autoconciencia</p> |
| Categorías transversales de la línea | Memoria y corporalidad |
| Fundamento teórico | Lagarde, M. (2018). La identidad. México. Universidad Autónoma Metropolitana, psicología clínica. |

Actividades

1. Socialización.

Cada uno/a de los/as NNA deberá presentar la cartografía corporal que realizó en casa, junto con las instrucciones dadas por las educadoras comunitarias en la sesión 4 (5 de octubre 2022)

Se realizará una reflexión frente a cómo las fracturas familiares inciden en los/as NNA, como estas se ven reflejadas en sus cuerpos y de la importancia de soltar (es importante aclararles que esto es un primer acercamiento; cada persona puede soltar o sanar a su tiempo y cuando esté preparado para ello).

Tiempo: 15 minutos.

2. Identificando-me

- Se entrega a cada uno de los NNA un hoja de papel pergamino en la cual deberán dibujar la silueta de su cuerpo, tendrán revistas, periódicos en los cuales buscarán características, habilidades, valores entre otros; para realizar la representación gráfica de su imagen e identidad.

Primer momento

- Iniciarán buscando rasgos biológicos que heredaron de su familia (ojos, nariz, color de piel, altura, cabello, etc.)

Tiempo: 10 minutos.

Segundo momento

Buscarán en las revistas, periódicos palabras e imágenes en las que logren representar sus cualidades, habilidades, virtudes, oportunidades de mejora, temperamento (recuerda que la creatividad será el principal eje de esta actividad)

Tiempo: 25 minutos.

- **Importante:** De acuerdo a cada uno de los momentos anteriores (recortes, palabras que han realizado) identificar y relacionarlos con su entorno familiar y social y dar respuesta a las siguientes preguntas movilizadoras ¿quién me lo enseñó?, ¿cómo lo aprendí? y ¿para qué me es útil en mi vida?

| | |
|----------------------------|--|
| | <p>3. Identidad.</p> <p>“La identidad es considerada como un fenómeno subjetivo, de elaboración personal, que se construye simbólicamente en interacción con otros. La identidad personal también va ligada a un sentido de pertenencia a distintos grupos socio-culturales con los que consideramos que compartimos características en común.” (Lagarde, M., 2018, pp. 18)</p> <p>También es importante aclarar que “la identidad tiene varias dimensiones; la identidad asignada, la identidad aprendida, la identidad internalizada que construye la autoidentidad”. Además que “la identidad siempre está en un proceso constructivo y no es estática”. (Lagarde, M., 2018, pp. 18)</p> <p>Tiempo: 10 minutos.</p> |
| Materiales | Hojas blancas, revistas, periódicos, colbón, tijeras, marcadores, esferos, colores. |
| Evaluación | <ul style="list-style-type: none"> - Expresar las emociones causadas por las fracturas familiares. Está sesión se llevó a cabo el 20 de octubre. Debido a que los chicos/as no realizaron la actividad en casa. Consideramos que pudieron cuestionar cómo las fracturas o problemas de su infancia puede afectar su presente, además de que si existió un diálogo frente a sus relaciones familiares. - Rasgos de su identidad. Está sesión se realizó el día miércoles 2 de noviembre; en un primer momento fue un poco más difícil identificar sus rasgos biológicos, lo que nos llevó a qué querer abordar más en sus cualidades, habilidades etc, pues les resultó más fácil reconocerlas e identificarlas. - Abordar teóricamente. El abordaje se realizó de dos maneras el primero fue durante el transcurso de la actividad de recortar y la segunda fue en el tablero y ampliando el tema de la identidad. |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Alisson.</p> <p>Cuando llegué al centro los chicos/as se encontraban en la glorieta central, antes de llevarlos al salón se quedaron un rato con la psicóloga Lorena, pues al parecer había ocurrido algo y debían aclarar varias cosas. Luego nos ubicamos en el salón con Camila y Luis ya que Miriam y Angélica se encontraban haciendo tareas, mi compañera Camila fue ayudarles un poco, mientras.</p> |

Tanto les expliqué la actividad a Luis y a Camila, empezaron recortar primero sus facciones físicas, pero enseguida llegó Angélica y se le explica la actividad, la cual al principio no la toma muy enserio, Luego bajó mi compañera camila para iniciar las entrevistas con ellos/as se llevó a Camila primero, allí empieza hablar sobre los rasgos biológicos y cómo estos hacen parte de nuestra identidad, que existen varias formas de identificarnos y que la identidad no es algo que sea estático. Luego de ello mi compañera Camila se llevó Angélica y empezamos a realizar un diálogo con Luis y Camila, de cómo estaban, que harían en vacaciones. Un rato más tarde llegó Miriam para realizar el ejercicio y cuando íbamos a empezar llegó Camila con Luis y ella empezó a realizar un diálogo frente a la identidad pero está vez aprovechando que teníamos tablero. Los chicos/as se encontraban consentidos terminado la actividad y prestando atención a lo que mi compañera Camila decía.

Camila

Al llegar, Alisson se llevó a los chicos que estaban disponibles para uno de los salones de música y yo por mi parte me quedé acompañando en tareas; Angélica no tenía tantas, estaba haciendo unos artículos periodísticos y al acabar bajo; me quedé otro buen rato ayudando a Miriam con las tareas y cuando solo le faltaba pintar un dibujo que estábamos haciendo, baje. En el aula ya estaban procediendo con la actividad, hable un rato con ellos, se les preguntó si querían hacer el cuento o hacer la cartilla, a lo que respondieron todos que querían hacer el cuento, así que al ser Camila siempre la más dispuesta la lleve primero a hacer la entrevista

Las preguntas fueron las siguientes **(Haré una matriz aparte así que por eso no especificó las respuestas aca)**

1. Cuéntame tres emociones que hayas aprendido a identificar a lo largo del programa educativo
2. Nómbrame dos capacidades y/o recursos a la hora de gestionar tus emociones
3. Nombra una limitación que identifiques para gestionar tus emociones

Con respecto al cuento se hicieron las siguientes preguntas

1. Cuéntame una historia significativa para ti de la que sientas que aprendiste mucho
2. Qué podrías integrar de lo que has visto en clase a esa historia
3. Qué nombre le pondrías a tu personaje
4. Cómo es la personalidad de tu personaje

| | |
|---------------------------|--|
| | <p>Todos tuvieron historias para contar aunque algunos las desarrollaron mejor que otros. Camila habló sobre cuando vino de Caracas a Colombia y tuvo que dejar a todos sus amigos atrás sin poder despedirse ni nada; considero que el taller le sirvió para reconocer aquellas heridas. Angélica me contó varias cosas: en un primer momento, me habló frente al bullying que sufrió cuando era más pequeña porque, según ella, siempre andaba muy desarreglada y ojerosa y la decisión que tomó frente a eso fue volverse como aquellos que la molestaban, dejó de juntarse con los juiciosos empezó a juntarse con los más bajos del salón ,según ella misma lo dijo, dejó de hacer tareas y hacerle caso a los profesores como defensa. Otra historia, daba cuenta de una golpiza que le dio su mamá a tal punto de romperle la cabeza y cómo su hermano vino ayudarla para que eso dejara de pasar. Seguido de eso pasó Luis, él contó una historia de amor o de desamor, que quiso mucho a alguien y no pudo estar con ese alguien y considera que en el curso aprendió (valga la redundancia) a aprender de lo malo y a volverse más fuerte.</p> <p>El día realmente estuvo algo raro, los chicos y las chicas estuvieron un poco dispersos, pero igual, al mismo tiempo hicieron todo el trabajo que se les propuso: Angélica, empezó haciendo el trabajo mal (o más bien alejado a la realidad en tanto a su identidad biológica) y en vez de llevarnos la contraria empezó a hacer el trabajo como debía; Luis, por un problema personal sí estuvo todo el día como haciendo mala cara, cabizbajo; Miriam, bajó un poco tarde así que no alcanzo a hacer ni la entrevista este día, ni el taller y Camila como siempre estaba muy entregada la actividad.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - Cuando estamos realizando la actividad de recortar nuestros rasgos biológicos, me parece curioso como Angélica y Luis recortaron celebridades con estereotipos muy marcados, (delgados, blancos, rubios, fornidos etc). Lo que llega a cuestionarse frente qué tipos de estándares de belleza están consumiendo y cómo esto lo están interiorizado, además de, qué tan conscientes están siendo de su consumo. - Lo anterior me lleva también a pensar que cuidados están teniendo ellos/as con sus cuerpos, como los están alimentando, los están tratando y qué prácticas de cuidados tienen con ellos. - Me hace sentir muy bien el hecho de que todos y todas parecen apreciar el curso todos/as han aprendido algo, y han despertado bastante curiosidad en cuanto a su mundo emocional |

Conexiones con las lecturas

Competencias socioemocionales:

Cuidado:

“Es importante resaltar que para poder desarrollar las prácticas de cuidado debe existir primero una autoconciencia; la cual nos permite replantear el tipo de relacionamiento que hay con el otro/a, creando una constante reflexión frente al trato que se tiene, (ya sea de manera personal o colectiva)” Rodríguez, 2018.

como se menciona anteriormente; para desarrollar prácticas de cuidado primero debemos tener una autoconciencia, esta también debe ir ligada a que tipo de cosas consumimos en la televisión, redes sociales, revistas etc y de cómo estos nos pueden llegar a crear expectativas muy desdibujadas de la realidad. esto lo relaciono un poco con lo que paso con Angelica y Luis, ya que el/ella cuando se les dice que recortaran rasgos biológicos no colocaron imágenes que los representara sino más bien cuerpos muy “estilizados” y además de alejados de sus rasgos físicos en realidad. Esto es muy importante porque si no generamos conciencia de que consumimos podemos llegar a caer dentro de dinámicas destructivas con nosotros mismos o nuestros cuerpos pues el cuidado también es reconocernos a nosotros/as mismos/as, amarnos tal y como somos y no esa idea absurda que nos venden los medios de comunicación.

Cuidado: Definida como la capacidad del ser humano para entender el valor de las cosas, volviéndola significativas para nosotros y susceptibles de nuestro cuidado, al tiempo que nos enriquecen y nos transforman.

Considero que los chicos y las chicas, pese a situaciones que se han salido de las manos, han dado todo de sí para cuidar el espacio (o, al menos, todo lo que un niño puede hacer por aquello que valora.) Angelica al estarme contando el trato que le da a los profesores en su colegio, y relacionando esto con el trato que tiene hacia Alisson y yo, me hace ver qué el vínculo que tiene con nosotras, es fuerte, también, el hecho de que tenga cosas para decir de lo que ha aprendido me da entender que la ha enriquecido como persona, así como a Luis a Miriam y a Camila

| Sesión 6 | Resolución de conflictos- 3 de noviembre |
|--------------------------------------|--|
| Objetivo | <ol style="list-style-type: none"> 1. Resaltar la importancia de la comunicación asertiva 2. Entablar un diálogo con los/as NNA frente al abordaje de conflictos. 3. Reflexionar sobre las prácticas que están asumiendo a la hora de abordar un conflicto. 4. Incentivar al diálogo como primera medida al momento de enfrentar un conflicto |
| Eje central | Mundo externo Competencias socioemocionales: Manejo de los conflictos, comunicación asertiva, autodomínio |
| Categorías transversales de la línea | Cuidado |
| Fundamento teórico | Rendón, M. A. (2016). Consideraciones acerca de las competencias socioemocionales. En M. A. Rendón, O. Cuadros, B. Hernández, D. Monterrosa, A. Holguín, L. Cano, . . . A. Ortiz, Las competencias socioemocionales en el contexto escolar (pág. 30). Antioquia: Editorial Universidad de Antioquia. |
| Actividades | <ol style="list-style-type: none"> 1. Teléfono roto Indicaciones <ul style="list-style-type: none"> - Los/as NNA deberán formarse en fila, cerrando todos los ojos, menos quien este de primeras - El/La primero/a en la fila tendrá un papel y un lápiz - Al último de la fila, susurrándole al oído se le dirá lo siguiente: <i>“La atención es la más extraña (...)”</i> - Este/a deberá pasarle el mensaje a quien esté delante suyo (también susurrándole en el oído) así sucesivamente hasta llegar al/la primero/a de la fila - El/la primero/a de la fila deberá anotar el mensaje que llegue hasta él/ella - La segunda parte del mensaje será: <i>“y más pura forma de generosidad.”</i> Tiempo: 10 minutos. 2. Diálogo <ul style="list-style-type: none"> - Daremos lugar a un diálogo frente al resultado del ejercicio, así mismo, alrededor de la frase: ¿Qué entienden con esta frase? ¿Por qué esto sería un acto de generosidad? Tiempo: 10 minutos |

3. Comunicación asertiva

- Compartir con los/as NNA conceptualmente el término de comunicación asertiva.

“Es la capacidad para establecer un canal adecuado para que el mensaje emocional llegue en forma correcta y sea percibido por la otra persona de manera que surta efecto. La comunicación tiene entonces dos formas de establecerse: a través de lo verbal y a través de lo no verbal (o corporal).

Esta capacidad comunicativa es altamente compleja, pues involucra no solo la forma en que se expresan los mensajes, sino la intuición del momento adecuado para hacerlo. En síntesis, la comunicación asertiva, además de requerir la habilidad para percibir el cómo y el cuándo de una manifestación emocional (Goleman, 1996), está relacionada con una sensación de confianza y compromiso con los demás y con el deseo de intercambiar verbalmente ideas, sentimientos y conceptos” (Rendón, 2016, pág. 30)

Tiempo: 10 minutos

4. Diálogo

- A partir de lo anterior se dialogará brevemente frente a qué percibieron en cuanto a cómo influyó la disposición de sus cuerpos y demás condiciones en la actividad. De ser necesario se guiará la conversación alrededor de las siguientes preguntas: ¿representó una dificultad en la comunicación:
 - El no verse durante el ejercicio?
 - Tener que susurrar?
 - Tener que darse la espalda?

Tiempo: 10 minutos

5. Resolución de conflictos

Ejemplo:

Martín y Juan son hermanos, han discutido porque querían hacer uso del computador. Sus padres, al ver esto les quitaron el computador y amenazaron con no devolverlo hasta que solucionaran el problema.

¿Cuál es el problema principal?

Martín y Juan no se están comunicando de una forma adecuada, ni buscan llegar a acuerdos.

¿Cuál sería la mejor opción?

Leyendo el siguiente problema, podemos evidenciar que la mediación y el arbitraje quedan fuera, teniendo en cuenta que los únicos que podrían mediar o hacer de árbitros durante este problema serían los padres, y estos, dejaron la responsabilidad en los dos hermanos, por tanto, lo más viable sería que se asumieron desde la negociación ya que los dos tienen un objetivo en común y si logran ceder pueden llegar a una solución

Primer momento:

- Deberán organizarse en dos grupos
- A cada grupo le corresponderá dos casos. **(Anexo 1)**
- Se hará entrega también, de unas fichas que contendrán cuatro formas de abordar conflictos (negociación, mediación y arbitraje) <https://sites.google.com/a/fundaesdigital.com/preceptor/contenidos/funcion-mediadora/negociacion-mediacion-y-arbitraje-pedagogico> con su respectiva definición.
- El grupo tendrá que concertar: Cual es el problema principal y cuál cree que es la mejor manera de abordar cada uno de los conflictos que le correspondió y por qué.

Tiempo: 15 minutos

Segundo momento

- Socializaremos las respuestas de cada grupo, buscando llegar a acuerdos con todos/as los/as NNA

Tiempo: 15 minutos

Tercer momento

- Cada grupo deberá plantear un caso, y este, lo tendrá que abordar el grupo contrario
- Para resolverlo harán uso de las herramientas propuestas, o si gustan, pueden proponer nuevas

Tiempo: 20 minutos

6. Socialización

- Guiaremos la conversación alrededor de las siguientes preguntas:
 - ¿Cómo se sintieron durante el ejercicio?
 - ¿Qué tan fácil o difícil fue llegar a acuerdos?
 - ¿Cómo pueden aplicar esto a su vida?
 - ¿Qué papel juega la comunicación asertiva en el abordaje de conflictos?

Tiempo: 15 minutos

| | |
|----------------------------|--|
| | <p>7. Corpografía</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se cerrará el espacio nutriendo la corpografía con algo que nos haya dejado la sesión (al respecto de la importancia de la comunicación y las distintas formas de abordar los conflictos). <p>Tiempo: 5 minutos</p> |
| Materiales | |
| Evaluación | |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Alisson.</p> <p>Cuando llegamos al centro los/as chicos/as estaban en tareas y otros/as en tiempo libre, nos bajamos mientras tanto con Camila y Luis, ya que él nos expresó que debía hablar con nosotras. cuando nos ubicamos en el espacio de siempre Luis empieza hablando de que se encuentra muy aburrido dentro del espacio y que no desea continuar dentro del taller, intentamos persuadirlo pero no fue posible. a la final nos pidió un abrazo y se fue con los/as otros/as chico/as nos quedamos solo con Camila donde ella nos empezó comentar la verdadera razón por la cual luis decidió salir del espacio, ella al igual que nosotras no se encontraba inconforme con la situación pero dice que es bueno darle un espacio. Ya que nuestra sesión era una actividad para realizar en grupo no podíamos realizarla. Decidimos que podíamos avanzar un poco en nuestro producto final, empezamos a realizar un diálogo colectivo frente a cómo podría ir la historia y qué nombre podríamos tener los personajes, la sesión se desarrolló entorno a ello, luego decido subir para ver si miriam y angélica ya estaban desocupadas, en ese momento les comente la situación con Luis, y a esto Miram expresó que si algún día le da la locura de salirse no la dejemos, pues es un espacio que le gusta mucho y se siente segura. Un rato después Miriam baja y mi compañera Camila decide iniciar la entrevista que no pudimos realizar la clase pasada con ella, mientras tanto me quedo Camila y luego ya empieza el momento del refrigerio y a lo cual me dispongo a ayudar.</p> <p>Camila</p> <p>Al llegar, nos encontramos únicamente con Luis y con Camila; Miriam, estaba haciendo tareas y Angélica estaba afuera del centro recogiendo algunos materiales para hacer un trabajo de recuperación. Eso en un primer momento nos cogió fuera de base porque pensábamos que iban a estar más, ya que</p> |

habíamos hablado con ellos el día anterior y teníamos preparada una actividad que sí o sí requería un grupo. Mientras estábamos bajando, Luis empezó a decirnos que nos tenía que decir algo que no nos iba a gustar, al sentarnos, y después de algunos rodeos, Luis nos dijo que no quería estar más con nosotras en el curso, que se sentía aburrido y que ya lleva varias clases sintiéndose así, insistimos en preguntarle qué era lo que lo tenía aburrido y en que podíamos cambiar, y él seguía diciendo que era cosa de él. Luego de una fea charla, le dijimos que preferíamos que estuviera ahí por su voluntad y que si no quería estar, pues... qué bueno, aunque que igual debíamos hablar con Tatiana de eso; nos pidió un abrazo y se fue. Al irse Camila nos contó que Luis no se quería ir que esa decisión la había tomado porque la novia que tenía en ese momento, o que tiene, le dijo que sino lo hacía terminaban. Hablamos un rato con Camila frente a qué podíamos hacer y al no poder llegar a una conclusión iniciamos a generar ideas para el cuento que vamos a realizar.

Lo acordado junto a Camila fue:

Personajes

- Julieta: Es organizada, tiene mucho coraje, puntual, alegre, madura y perfeccionista.
- Ursula: Sociable, amorosa, detallista, curiosa, generosa, paciente, feliz.

¿En qué año se desarrolla?

- 2032
- La tecnología hace que las personas se midan por puntajes
- Se puede viajar a otros planetas
- La tecnología nos va a alejar del compartir con el otro
- Los árboles son de plástico
- El internet se desaparece por 24 horas
- El mundo entra en crisis
- Ursula y Julieta son de otro planeta
- Están encerrados en una burbuja
- Al final comían todos tranquilos sin tomarle foto a todos

Planeta de Úrsula y Julieta

- Son hermanas
- Julieta es menor, tiene 25 y Úrsula, tiene 30.
- Ursula y Julieta son de color azul claro
- Por culpa de nosotras no hay internet
- Hicimos que la burbuja estallara

| | |
|---------------------------|--|
| | <p>Encuentro</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Los y las chicas nos ayudan a arreglar la máquina ● Todos se conocen de la escuela ● Viven todos cerca <p>Kamila</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Acaba llegar a esa ciudad apenas hubo el apagón <p>Ya casi para acabar, llegó Miriam, y aproveché para hacerle la entrevista para el cuento, me contó una historia bastante densa, en la que como foco estuvo el maltrato que recibió por parte de sus hermanos y la muerte de su mejor amigo.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - En primer momento me asusta que quedemos solo con tres personas dentro del espacio y más culminando nuestra propuesta pedagógica. - En segundo momento considero que es importante hablar con los/as chicos/as de qué manera se están relacionando y qué límites están colocando dentro de sus relaciones, pues ellos/as están entrando en una etapa de exploración y me gustaría que tuvieran herramientas básicas para esta nueva etapa. |
| Conexiones con lecturas | <p>Autoconciencia: Empatía frente a los sentimientos del otro/a. Compresión del otro/a.</p> <p>Considero que, aunque Luis se haya ido, el hecho de que se preocupara por decirnos, por como nos sintieramos y quisiera cerrar todo amorosamente, da cuenta de que es un chico muy empático</p> <p>cuidado: la caricia esencial: El autor exige total altruismo, respeto por el otro y renuncia a cualquier otra intención que no sea la de la experiencia de querer y amar</p> <p>Por otro lado, entender la situación, requirió de nuestra parte ver a Luis con ojos de amor, salirnos de nuestro rol de practicantes que requieren de la población para terminar la tesis; de este modo, renunciamos a cualquier intencion que no fuera quererlo, y desear lo mejor para él.</p> |

| | |
|-----------------|--|
| Sesión 7 | Deconstruyendo el amor romántico |
| Objetivo | <ol style="list-style-type: none"> 1. Incentivar a que los/as NNA cuestionen sus prácticas de cuidado y autocuidado 2. Abordar conceptos sobre la noción de “amor romántico” |

| | |
|-------------|--|
| | <p>3. Brindar herramientas que les permitan a los/as NNA identificar violencias.</p> <p>4. Reforzar en los/as NNA la importancia de tener claros sus límites.</p> |
| Eje central | <p>Mundo interno - externo</p> <p>Competencias socioemocionales: Autovaloración, integridad valorativa</p> |
| Actividades | <p>1. Relato</p> <p>Primer momento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Daremos inicio a la sesión con un breve relato que da cuenta de una <u>relación de dependencia</u> <p><i>"Transcurría el 2015, la adolescencia estaba en su punto más alto cumpliendo en totalidad su etimología... adolescía, me sentía incompleta, poco amada y con un ansia infinita de que alguien llegara a complementarme, el concepto de la media naranja se había cernido en mí. Solo bastó un simple cortejo para que mi desesperado ser se entregara a la ilusión de un verdadero amor, un amor romántico, idealizado... para mi mala suerte, fui la única de las dos partes que lo percibió de este modo; por su parte, yo representaba una persona más entre su amplia lista de conquistas, en su propia percepción, era un animal guiado por sus más bajos instintos, los cuales suplía fuesen cuales fuesen. De todo esto no me percate sino hasta que por cuenta propia descubrí que había regresado con la que era su exnovia, en un acto tonto decidí que la relación podría seguir en modo de amistad ¿a quién quería engañar? El tiempo posterior a eso, se convertiría en una guerra fría entre su novia y yo; por lo menos en mi cabeza, me convencí de que si me esforzaba lo suficiente lograría que me amara, mi "amor" si, así entre comillas, se convirtió en una obsesión enfermiza, tóxica, como dirían ahora; compraba ropa que sabía era de su gusto, solo para que me notara, le regalaba libros, le daba cualquier cosa que me pidiera, contaba cada segundo que pasaba lejos de él, desesperada, ¡SI! Desesperada por verlo de nuevo. Cuando trate de despertar de este trance, le deje de hablar, me distancie lo que más pude de él, lo cual fue difícil ya que teníamos muchos amigos en común, esto permitió que coincidiéramos en una reunión, en la cual ingirió tanto alcohol y cannabis que su cuerpo se desinhibió por completo... fui la única que tuvo la disposición de cuidarlo, al regresar en sí, confesó que había actuado de esa manera porque estaba totalmente dolido por cómo lo abandoné, y ¿qué creen? No pude ver esto de ninguna otra manera sino como un acto de amor ¿Qué más podría ser? ¿manipulación? Que va. Se volvieron a generar las mismas dinámicas, hasta el día, el último día que acordamos un encuentro, dure horas esperando en el lugar pactado, llamé y llamé, pero jamás tomó el teléfono... jamás."</i></p> |

- Al terminar el relato daremos inicio a la conversación alrededor de las siguientes preguntas:

¿Qué título le darían al texto?

¿Les evocó algo la historia?

¿Consideran que algo de lo dicho en el relato son cosas que se hacen por amor?

¿Qué consideran que implica amar a alguien?

Tiempo: 15 minutos

Segundo momento

- Se les hará entrega de una hoja en blanco, deberán trazar una línea que la divida en dos
- En una de las mitades escribirán una lista de aquellos actos que no tolerarían de una pareja
- La otra mitad se dejará en blanco para más adelante

Tiempo: 10 minutos

1. ¿De qué hablamos cuando hablamos de amor romántico?

Primer momento

- Contextualización teórica

*“se consolida en **la dependencia** entre hombres y mujeres, encontrando justificación en esa supuesta necesidad de complementación psicológica entre estos. De aceptación y asunción de concepción diferencial y complementaria de hombres y mujeres (definición del yo y del grupo al que pertenezco a través de la **negación** de unos atributos del otro) nacen los estereotipos, roles y mandatos de género cuya visibilidad en la sociedad y productos culturales, no hace más que reproducir estos esquemas **desiguales** en un círculo vicioso. Otro mito del amor romántico se basa en asociar la consecución del amor (**completitud** del ser) con la de la felicidad, haciendo del amor y la búsqueda de la otra mitad una meta vital. Otros elementos que se desprenden del mito del amor romántico y cuya asimilación puede provocar situaciones de **tolerancia ante el maltrato*** son las ideas de que “el amor **lo puede todo**” y que es normal “sufrir por amor”” (Pacual, 2016, pág. 65)*

| | |
|------------|--|
| | <p>Tiempo: 10 minutos</p> <p>Segundo momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abriremos el diálogo con las siguientes preguntas: ¿Consideran que es cierta la afirmación de que “el amor lo puede todo”? ¿Por qué? ¿Cuáles son los límites del amor? ¿Cuáles creen que son esas señales que alertan que una relación está siendo nociva? <p>Tercer momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alimentaremos la conversación socializando el violentómetro (Anexo 1) <p>Tiempo: 15 minutos</p> <p>2. Mirando con otros ojos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se le hará entrega a cada uno/a de los/as NNA de la letra de una canción (Anexo 2) y un resaltador - De acuerdo con lo dialogado y lo visto en el violentómetro, deberán resaltar aquellas cosas que identifiquen como violentas. <p>Tiempo: 10 minutos</p> <p>3. Socialización</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cada uno/a compartira la letra que le correspondió y las violencias que identificó. <p>Tiempo:</p> <p>4. ¿Cuáles son mis límites?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Retomaran la hoja que se les dio en un principio, en la parte en blanco deberán escribir aquellos elementos nuevos que podrían integrar con lo visto en la sesión - Frente a cada uno de los límites integrados escribiremos si |
| Materiales | |
| Evaluación | <p>1. Incentivar a que los/as NNA cuestionen sus prácticas de cuidado y autocuidado: Considero que, al menos superficialmente, las chicas parecen tener claro que hay violencias inadmisibles dentro de la relación, creo que que más que generar cuestionamientos, reafirmamos cosas que ellas ya pensaban con antelación.</p> <p>2. Abordar conceptos sobre la noción de “amor romántico”: Al empezar a preguntar sobre el amor romántico, sus imaginarios si estaban situados en ese amor “bonito”, este objetivo también se pudo cumplir, ya</p> |

| | |
|----------------------------|--|
| | <p>que logramos clarificar a qué se refiere exactamente el término</p> <p>3. Brindar herramientas que les permitan a los/as NNA identificar violencias: El violentómetro fue una gran herramienta para que las chicas logaran vislumbrar los alcances de la violencia, estuvieron muy atentas en toda la explicación</p> <p>4. Reforzar en los/as NNA la importancia de tener claros sus límites: Este objetivo se presentó más de manera implícita a la hora de hacer sus límites.</p> |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Camila</p> <p>Al llegar, algunos de los chicos estaban en la sala de cómputo, llenando una clase de encuesta sobre qué tan afines eran a la religión. En el salón de tareas nos encontramos a Ana María, que hace unas semanas la habían retirado del centro. En un principio bajamos con Angélica y Miriam, más tarde se nos unieron Ana María y Kendy (la cuál también había estado ausente). En un primer momento al leer mi historia, Ana María si la tituló como trágica, todas estuvieron de acuerdo en que retrataba un amor manipulador.</p> <p>¿Qué nombre le pondrían?</p> <p>Ana María: Primer amor que comete errores Miriam: El amor no siempre es real Angelica: Manipulador</p> <p>¿Qué sintieron?</p> <p>Angelica y Ana María: Identificadas</p> <p>¿Qué cosas se hacen por amor?</p> <p>Ana María: Sacrificio Angelica: Aceptarlo kendy: Dar todo lo que pueda brindar sanamente.</p> <p>¿Qué implica amar a alguien?</p> <p>Ana María: Sentirse solo, comunicación, no manipulación Angelica: Comunicación.</p> <p>Con el violentómetro, todas (Sobre todo Ana María) interactuaron mucho, para este punto la que menos estaba interactuando era Miriam, ya que tuvimos un encontrón, ya que unos minutos antes</p> |

| | |
|-----------------------------|---|
| | <p>había venido una amiga a decir que Miriam había ido a buscar una cuchilla, seguido a eso Alisson la vio molestandose unos cortes en las muñecas, así que le dije que fuéramos con Tatiana, (estaba muy ofuscada), luego de eso, toda la clase se tornó incómoda con ella. Con las canciones todas estaban muy sorprendidas, sobre todo con la de "Si te encuentro con otro te mato" al final todas añadieron a sus límites "que no me mate"</p> <p>Al finalizar hable con Miriam tratando de calmar un poco todo, hable luego también con Tatiana.</p> <p>Alisson.</p> <p>Llegamos al espacio los chicos/as se encontraban la sala de cómputo realizando una encuesta, al culminarla bajamos con Angélica y Miriam para empezar el ejercicio de este día, al momento llegó Ana María y Kendy que eran dos chicas que no asistían al centro. Mi compañera Camila hace la lectura de su historia y se les pregunta sobre nombre le pondrían y Ana María responde -una historia muy trágica y se generó una conversación frente a ue era una persona muy manipuladora seguido a ellos se empezamos hablar sobre qué concepción tienen sobre el amor romántico, y se empezó entretener diálogo alrededor de todo ello, luego de esto se realizó el ejercicio de identificar dentro de las canciones frases violentas para culminar con el violentómetro al finalizar se les pide digan que cosas nuevas aprendieron y ellas la mayoría dijeron: "que nos las maten".</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - Tuvimos un encuentro con Miriam ya que una compañera de ella nos expresa que ella se encontraba cortando y que fue a pedir una cuchilla para seguirlo haciendo, lo que nos alertó y un momento la vimos haciendo un movimiento extraño y Mi compañera Camila tuvo que hablar con ella después de culminar la sesión. Lo que me hace cuestionar sobre qué cuidados tiene Miriam además que ella nos comentó que su relación con esta chica era un poco compleja. |
| Conexiones con las lecturas | <p>Es importante resaltar que para poder desarrollar las prácticas de cuidado debe existir primero una autoconciencia; la cual nos permite replantear el tipo de relacionamiento que hay con el otro/a, creando una constante reflexión frente al trato que se tiene, (ya sea de manera personal o colectiva) entendiendo la importancia del vínculo y todo lo que implica crear uno. (Rodríguez, 2018)</p> <p>Durante esta sesión me quedé realmente con varias preguntas frente al cuidado, sobre todo con Miriam pues al parecer ella está</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>generando sobre su cuerpo autolesiones y además de que nos expresa que la relación con su amiga “es tóxica”. Me pregunto ¿qué vínculos está generando? ¿de qué manera los está creando? ¿Qué cuidado tiene con ella misma? pues como se menciona anteriormente para tener prácticas de cuidado debe existir una autoconciencia para luego replantearnos el tipo de relacionamiento que se tiene con el otro/a y considero que aunque miriam es consciente de que esta mal no está generando esta transformación dentro de ella, y esto ya en una opinión personal pareciera que se encuentra inmersa dentro de un bucle del cual no sabe cómo salir, pero le está causando bastante daño</p> |
|--|---|

| Sesión 8 | Reconociendo mis redes de cuidado |
|--------------------------------------|---|
| Objetivos | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar cómo las redes de apoyo de los NNA pueden transformar sus propios espacios. 2. Reflexionar sobre nuestras prácticas de cuidado; más específicamente, la escucha y el acompañamiento. 3. Potencializar en los/as NNA la continuidad en el tejido de redes de apoyo; con prácticas de cuidado, escucha activa y diálogo. |
| Eje central | <p>Mundo interno - externo</p> <p>Competencias socioemocionales: Autoconciencia, empatía.</p> |
| Categorías transversales de la línea | Cuidado y memoria |
| Fundamento teórico. | <p>Galarza, J, Solano, N, (2010). Desintegración familiar asociada al bajo rendimiento escolar. [Tesis para obtención de título de grado Licenciado en Psicología, Universidad de Cuenca]</p> <p>Rodríguez, M (2018). El cuidado: modo de resistencia en las prácticas comunitarias. Revista Redes. Universidad de la Salle-Costa Rica.</p> |
| Actividades | <p>1. Redes de apoyo.</p> <p>La actividad estará dividida en tres momentos.</p> <p>Primer momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se hará entrega de hojas blancas - Cada uno de los niños/as deberá dibujar un lugar |

en donde se sientan inseguros o incómodos; puede ser su barrio, su escuela, su casa, su cuerpo, etc. (para este ejercicio deberán utilizar la totalidad de la hoja)

Tiempo: 15 minutos.

Segundo momento.

Deberán responder las siguientes preguntas movilizadoras en la parte trasera de la hoja:

- ¿Por qué este espacio los hace sentir inseguros o incómodos?
- ¿Qué hace frente a **lo que me hace sentir inseguro o incomodo** en ese espacio?
- si pudieran **hacer algo con este espacio** ¿Qué harían? (transformarlo, destruirlo, huir, etc).... ¿Qué me gustaría hacer frente a **lo que me hace sentir inseguro o incomodo** en ese espacio?

Tiempo: 10 minutos.

Tercer momento.

Se les hará entrega del círculo de confianza realizado en la sesión 4 de la etapa de caracterización (11 de agosto de 2022) con la cual deberán:

- Escoger a una/s persona/s que se encuentre dentro de su círculo de confianza con la que les gustaría estar en el espacio que se dibujó en el primer momento.
- En la parte de adelante de la hoja deberán dibujar a la persona/s que escogieron.
- Por último, escribir en el respaldo de la hoja la respuesta a la pregunta: ¿por qué la/s escogieron? ¿Por qué es importante su presencia en este espacio? ¿acuden a sus redes de apoyo cuando están inseguros e incómodos en este lugar?

Importante: para este momento deberán imaginarse estando físicamente en este lugar.

Tiempo: 15 minutos.

2. Reflexión.

- Se leerá la siguiente imagen:



<https://www.instagram.com/p/COxqu-NDKyy/?igshid=MTA0ZTI1NzA=>

Se realizará una reflexión con los/as NNA sobre qué tipo de responsabilidad afectiva creen que están teniendo con sus redes de apoyo, de qué manera están generando el cuidado por el otro, cómo creen que deben generar estos vínculos de cuidado.

Referente teórico

“La desintegración familiar se manifiesta con la ruptura de los lazos principales que unen el núcleo familiar, situación que sin duda cobra influencia en el desarrollo de sus miembros, provocando así el quiebre en los roles de sus integrantes, por su incapacidad de desempeñarse en forma consciente y obligatoria dando como resultado la insatisfacción de las necesidades primarias de sus miembros” (Galarza J, Solano N, 2010, PP. 1)

| | |
|------------|--|
| | <p>“También cabe resaltar que una vez se abra esta ventana de autoconocimiento y reconocimiento para el cuidado no hay un retorno; “una vez despierta, el alma del cuidado restaura la cadena virtuosa del “espíritu de delicadeza” que me permite la apertura profunda a los otros, su aceptación y potenciación como una medida de amor y gracia con uno mismo”. (Rodríguez, 2018 PP).</p> <p>Tiempo: 20 minutos.</p> <p>3. Redes de apoyo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se hará entrega de una hoja en blanco, junto con el círculo de redes de apoyo de la sesión 4. - Deberán realizar una lista de aquellas personas que se encuentran en el círculo. - Deberán responder las siguientes preguntas <ul style="list-style-type: none"> ● las formas en que ellos/as están cuidando a sus redes de apoyo, ● La manera en que sus redes de apoyos los cuidan a ellos/as. ● Si existe una escucha activa. ● Qué tipo de diálogo existe. ● De qué manera se ha construido este vínculo. - Por último, se realizará una socialización de lo que escribieron y ubicaron dentro del mapa. <p>Tiempo: 30 minutos</p> |
| Materiales | Hojas Blancas, colores, lápiz, marcadores, Círculo de confianza |
| Evaluación | <p>Redes de apoyo y transformación de espacios: Este ejercicio se realizó en tres partes, primero; el dibujo del lugar donde no se sentían seguras y responder a las preguntas orientadoras, y algunas presentaron dificultades, pero al final lo lograron, segundo momento reconocer sus redes de apoyo y responder porque esa persona hacen que este lugar sea seguro, en esta les costó aún más y no todas respondieron.</p> <p>Reflexión sobre prácticas de cuidado: Se realiza la lectura frente a las prácticas de cuidado que tenemos con el otro, esto se realiza alrededor de una imagen sobre la responsabilidad afectiva, pero no existe gran participación por parte de las chicas.</p> <p>Potenciación de redes de apoyo: Como lo mencionó anteriormente esta reflexión se hace alrededor de unas preguntas orientadoras, pero a ellas se les dificultó un poco realizar una retroalimentación frente a porque estas personas son su redes de apoyo y de cómo transformar el lugar, sobre todo a Velky y</p> |

| | |
|----------------------------|--|
| | Kendy. |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Camila</p> <p>Al llegar, Angélica y Ana María estaban haciendo tareas, y Miriam, Kendy y Velky estaban en la sala de cómputo, en ese momento bajo únicamente Miriam. Cuando bajamos a nuestro lugar habitual, la mesa estaba ocupada por una gran caja, y Lorena nos ofreció el salón de los espejos, inicio hablando sobre lo que había pasado la clase pasada, pero en medio de la charla llego Kendy y Velky y la charla se vio interrumpida, después de eso Miriam estuvo muy indispuesta con la clase.</p> <p>Al preguntar sobre el lugar incómodo Kendy inmediatamente empezó a dibujar, a Velky le costó un poco, y Miriam se negó a hacerlo. Después de un rato se unieron Angelica y Ana María, llegaron muy animadas y le dieron otro ambiente al lugar, Ana María identificó rápido su lugar inseguro, Angélica por su parte quiso hacer un lugar bonito para ella. Al ver lo indispuesta que estaba Miriam decidí salir y hablar con ella, estaba un poco bajoneada por las consecuencias de lo que había pasado ocho días antes, aún así, pudimos tener (creó) una charla amena y calmada. Para cuando volvimos al salón las chicas ya habían terminado la actividad y estaban hablando ya de cosas varias.</p> <p>Alisson.</p> <p>Llegamos al espacio y entramos a la sala de cómputo donde se encontraba Miriam, Velky y Kendy y Angélica se encontraba haciendo tareas junto con Ana Maria. Por ese momento bajamos solo con Miriam. nos ubicamos en el salón de los espejos, donde Miriam empezó hablaros de lo sucedido la clase pasada, pero fuimos interrumpidas por Velky y Kendy. en seguida empezamos a realizar la actividad pero nos dimos cuenta que ni Velky ni Kendy tenían el círculo de confianza por lo tanto lo realizamos en ese mismo momento, y luego si empezar las actividades planeadas para ese día pero Miriam se veí muy indispuesta y Mi compañera Camila decide salir y hablar con ella a solas, Seguido de ello llega Angelica y Ana Maria se adelantan de la actividad y empezamos a resolver las preguntas orientadoras y aunque les costara un poco a la final pudieron, se realizaron todas actividades a cabalidad , pero las chicas durante esta sesión no tuvieron tanta participación sobre todo Velky y kendy, La sesión culminó temprano así que se les permitió estar en tiempo libre Ana Maria y Anegllica querían tomarse fotos y nos invitaron a participar con ellas y ya después fue el tiempo de refrigerio.</p> |
| Comentarios y/o | - Al culminar la sesión me quedé con la pregunta si |

| | |
|-----------------------------|---|
| preguntas | realmente habían entendido la finalidad de la sesión pues aunque se abrió el espacio para el diálogo su participación fue realmente muy poca. |
| Conexiones con las lecturas | <p>Cuidado:</p> <p>Las prácticas invisibilizadas han permitido la permanencia de la especie, la disponibilidad de alimentos, la construcción de lugares adecuados para la vida humana, la existencia de relaciones vinculares y la persistencia (aunque amenazada) de valores como la solidaridad y la confianza”. (Rodríguez 2018).</p> <p>Quisiéramos hacer una pequeña contextualización de este fragmento y la finalidad de este taller, pues como se mencionó anteriormente las prácticas de cuidado incivilizadas dentro de un sistema individualista, Capitalista y patriarcal son los pequeños rizomas para un hackeo dentro de este sistema; pues las prácticas de cuidado brindan espacios para pensarnos nuestra forma de relacionamiento con nosotros/as mismos/as y con el otro/a; es por ello que para nosotras como educadoras comunitarias es muy importante incentivar en los/as NNA que nos acompañan dentro del espacio soy porque somos este tipo de dinámicas, precisamente para que ellos/as empiecen a tener una conciencia frente a los relacionamientos que tiene con el/la otro/a, sus prácticas de cuidado y el tipo de vínculo que construyen durante el transcurso de sus vidas.</p> <p>Autoconciencia:</p> |

| sesión 9 | Soy porque somos |
|--------------------------------------|--|
| Objetivo | <ul style="list-style-type: none"> ● Compartir: reflexiones, aprendizajes, inquietudes, etc, que se han dado a lo largo de las sesiones ● Reconocer qué aprendieron los/as NNA durante el desarrollo de la propuesta pedagógica. ● Nutrir el diccionario colectivo emocional. ● Establecer un espacio de cierre. |
| Eje central | Mundo interno, mundo externo |
| Categorías transversales de la línea | Memoria |

| | |
|---------------------|---|
| Fundamento teórico. | Triángulo. |
| Actividades | <p>1. Línea del tiempo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se hará entrega de dos pliegos de papel periodico (se dará otro de ser necesario) los cuales deberán unir con cinta transparente. - Dentro del papel deberán dibujar una línea recta, donde ubicaran todo lo que ha pasado en el curso como: <ul style="list-style-type: none"> Primera parte. <ul style="list-style-type: none"> ● Cuando llegaron las educadoras comunitarias y qué actividades fueron las primeras que hicieron. ● Cuando se creó el grupo focal. ● Qué temas se trataron durante las sesiones. <p>Tiempo: 15 minutos.</p> <p>Segunda parte</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué emociones recuerdan sentir durante los talleres? (ubicarlo en la sesión). ● ¿cual o cuales fueron las actividades que más les gusto? y ¿con cuales no tuvieron tanta afinidad? (ubicarlo en la sesión). <p>Tiempo: 15 minutos.</p> <p>Importante: El desarrollo de esta actividad se realizará de manera colectiva además los/as NNA podrán utilizar cualquier recurso (el dibujo, la escritura, recortes etc.)</p> <p>2. ¿Qué aprendí?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se hará entrega de una hoja blanca. - Responderán las siguientes preguntas (criterios de evaluación... objetivos de la propuesta pedagógica... <ul style="list-style-type: none"> - Metodología - Tiempos - Temáticas - Espacio - Aprendizajes obtenidos/desarrollados - Satisfacción frente a objetivos - Recursos - Formas de participación |

- Utilidad para la vida cotidiana
- Aplicación de lo aprendido
- ¿Para qué me ha servido el taller de educación emocional?
- ¿Qué he aprendido durante el taller de educación emocional?
- ¿Cómo me sirve el taller de educación emocional para el desarrollo de mi vida?

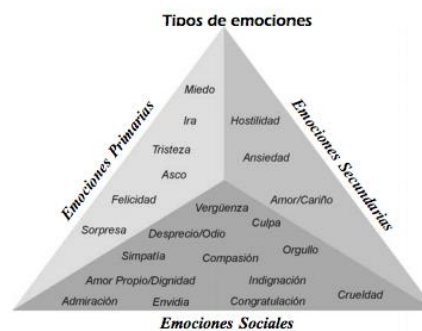
Tiempo: 15 minutos.

3. ABC.

- Se les hará entrega de una hoja que tiene unas celdas en las cuales se ubican cada una de las letras del abecedario.
- En cada recuadro deberán escribir una emoción o sentimiento que empiece con esa letra.
- Deberán acompañar la emoción con un dibujo (como se expresa).
- Para las celdas de las letras Q,W,X,Y, Z deberán escribir nuevamente que significa: amor, felicidad, ira, Tristeza, asco para ellos/as. (observando si cambió el concepto que ellos/as tenían)

Tiempo: 20 minutos.

Referente teórico.



4. Compartir.

- Se realizará un compartir con los/as NNA para realizar un cierre de las sesiones.

| | |
|----------------------------|---|
| Materiales | papel periodico, cinta, hojas blancas , marcadores, colores. |
| Evaluación | <ul style="list-style-type: none"> ● Compartir: reflexiones, aprendizajes, inquietudes, etc, que se han dado a lo largo de las sesiones: Este objetivo se logró cumplir no solo con la línea del tiempo y el glosario, sino también, con las entrevistas hechas por Alisson ● Reconocer qué aprendieron los/as NNA durante el desarrollo de la propuesta pedagógica: Al hacer el glosario aparecieron varias palabras que se trabajaron de manera implícita en el programa, en las entrevistas también aparecieron varias cosas ● Nutrir el diccionario colectivo emocional: No se cumplió ● Establecer un espacio de cierre: Para esto, les entregamos a todos/as unos diplomas con una pequeña dedicatoria y un paquetico de galletas. Hablamos nos abrazamos, tomamos fotos y nos despedimos. |
| | Observación: Diario de campo |
| Descripción de lo que pasó | <p>Alisson.</p> <p>Cuando llegamos los/as chicos/as se encontraban en la sala de audiovisuales, pero nos dimos cuenta que solo estaba Luis y Kamila, lo que nos desanimó un poco, ya que era nuestra última sesión, enseguida empezamos a realizar la actividad de la línea del tiempo donde empezaban generar diálogo entre ellos dos y la sesión a la final se realizó bastante bien, enseguida de ello empezamos a realizar el glosario y el que más participo para construcción de este fue Luis al momento llegó Angélica Y agregó otras palabras a este glosario. Paralelo a ello fui realizando unas entrevistas las cuales nos van a ayudar a realizar un análisis frente a los conocimientos aprendidos en el espacio. Para finalizar le hicimos entrega de unas galletitas y unos diplomas en símbolo de culminación del espacio. Al final Angelica si decidió quedarse con nosotras hablando un rato frente a ámbitos más personales.</p> <p>La preguntas de la entrevista fueron:</p> <p>Cuidado.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué entendemos por cuidado? - ¿Consideras que has creado vínculos dentro de los talleres? - ¿Cómo consideras que se han creado estos vínculos dentro de los talleres? - ¿Consideras que los talleres te han brindado herramientas |

| | |
|---------------------------|---|
| | <p>para ser más empática?</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿ De qué manera incide en tú vida crear vínculos que impliquen amor, confianza y ternura? - ¿Durante los talleres experimentaron algunas de las prácticas anteriores ? (Amor, confianza y ternura) <p>Educación emocional.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Consideras que los talleres se han realizado de manera que logres comprender ¿Que es la educación emocional? - ¿Qué herramientas consideras que te ha brindado el taller? - ¿Consideras que el taller ha permitido que reflexiones sobre tus emociones y los demás? <p>Nota: se realizará un matriz donde podrán ver las respuestas. (anexo)</p> <p>Camila</p> <p>Al llegar, los únicos que estaban eran Kamila y Luis, para las sesión nos permitieron estar en el salón de los espejos. Iniciamos hablando un poco sobre sus semanas, Kamila al parecer no había estado, porque el papá le rompió la nariz porque pensaba que tenía novio (da algo de nostalgia ver como todo lo cuenta con una sonrisa en el rostro). Empezamos haciendo la línea del tiempo, hubo una pequeña confusión ya que yo estipule 10 sesiones (se me pasaron por completo las de la caracterización) Entonces empezaron a organizar todo de acuerdo a esa instrucción; luego, añadieron más líneas porque definitivamente eran más de 10 sesiones. Parecían tener varias cosas claras, aunque se saltaron un par de sesiones. En cuanto al glosario, Luis fue el que más participó y dio cuenta de varias palabras que se dijeron de manera implícita, lo cual nos alegra, porque da a entender que si estuvo atento a las sesiones.</p> <p>Alisson dio inicio a las entrevistas, y mientras yo fui haciendo un dibujo colectivo (o lo intente), en eso llego Angelica, agrego algunas cosas al glosario (que no tenían nada que ver con el tema); al terminar las entrevistas, repartimos carpetas, diplomas y galletas, tomamos un par de fotos y nos pusimos a hablar; en medio de la charla, Luis y Angelica en un “juego” empezaron a golpearse de manera muy violenta, lo cual cambió todo el ambiente de la clase. Al rato de eso, Kamila y Luis se fueron, Angelica se quedó un rato hablando con nosotras y salió también.</p> |
| Comentarios y/o preguntas | <ul style="list-style-type: none"> - Durante esta sesión quedó con varios sentires; el primero me quedo un poco baja de nota pues no pudimos despedirnos de todos/as los/as participantes, además de que siento un poco de impotencia (se que no somos |

| | |
|------------------------------------|---|
| | <p>salvadoras) pero me gustaría poder dar más dentro de este espacio, los/as chicos/as viven en realidades muy complejas las cuales nosotras no podemos brindarles solución. Como segunda parte me voy entusiasmada ya que durante la entrevistas se puede evidenciar que los/as chicos/as lograr apropiarse y reflexionar un poco sus emociones, en qué parte se sienten y de la importancia de reconocerlas.</p> |
| <p>Conexiones con las lecturas</p> | <p>Educación emocional:</p> <p>Bisquerra 2009 y Goleman 1996 expresan que tanto la educación emocional como la inteligencia emocional nos brindan unas ventajas ya que nos permiten desarrollar las competencias socioemocionales. Durante el transcurso de esta sesión y con ayuda de las entrevistas pudimos evidenciar que los/as chicos/as lograron desarrollar la habilidad de reconocimiento de sus emociones, de intentar gestionarlas de una manera adecuada y además de saber transmitirla. por otro lado también lograron tener más empatía y escucha por el/la otro/a, además de que adquirieron nuevas palabras dentro de su léxico cotidiano.</p> |

Anexo c. Entrevistas: Autoconciencia, cuidado y educación emocional

Entrevista 2 de noviembre del 2022: Autoconciencia

| | 3 emociones que hayas aprendido a identificar a lo largo del programa educativo | 2 capacidades y/o recursos a la hora de gestionar tus emociones | Una limitación que identifiques para gestionar tus emociones |
|----------|---|---|---|
| Sofía | “El enojo, la felicidad y la tristeza (...) El enojo lo ubico en la cabeza, porque siempre me duele, la felicidad la ubico en la sonrisa, y la tristeza, a veces en los pies, porque los siento muy decaídos” | El enojo: me alejo de las personas (...) Porque siento que voy a decir algo malo, por empatía. Otro recurso es que trato de ignorarlas, cuando estoy ocupada, porque sino me salen las cosas mal | Cuando estoy muy estresada y vuelven a rematar que haga esto (...) La paciencia. |
| María | No sabía identificarme a mí misma, aprendí a conocerme a mi misma, a recapacitar yo misma, porque no era la misma persona que era antes. Felicidad, tristeza, amor... a no, rabia | Me pongo a escuchar música, a dibujar, a veces se me pasa, si no, sigo. Cuando estoy enojada me pongo a llorar, soy muy sentimental, depende de lo que me hagan, si veo que es algo grave o algo así me pongo a llorar. | si es algo normal pues me da mucha rabia, con ganas de dar un puño, a veces me tranquilizó, a veces no, a veces busco problemas |
| Santiago | Felicidad, tristeza y enojo (...) Aprendí a ubicar mi enojo en las manos, la felicidad en la mente y la tristeza en el corazón | No dejarme caer y nunca rendirme | Tristeza |
| Sara | Lo que he aprendido más que todo es a expresar. Pero digamos que: La | Pues... no me considero fuerte ni valiente, porque mi familia dice que no | El rencor |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | alegría, la tristeza, y de vez en cuando la ira | lo soy (...) Pienso lo mismo que ellos porque ellos son los que tienen la razón (...l mi mamá me enseñó a hacerles caso, si dicen algo es la verdad | |
|--|---|---|--|

Entrevista 17 de noviembre del 2022: Cuidado

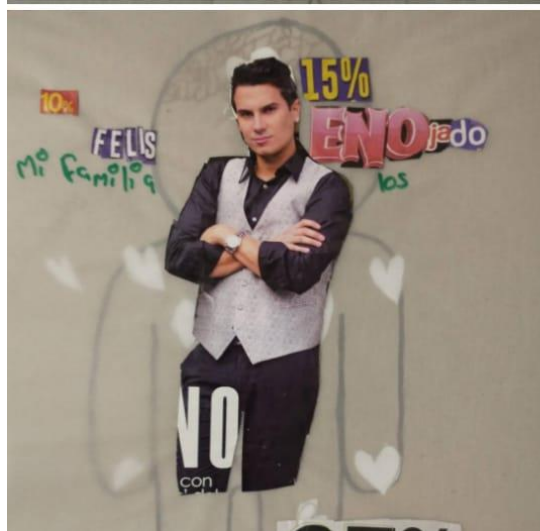
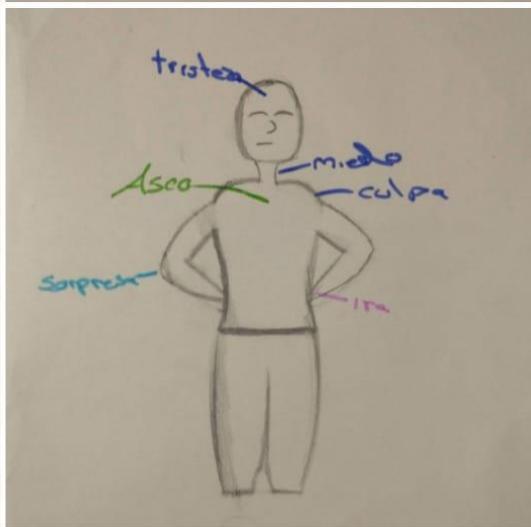
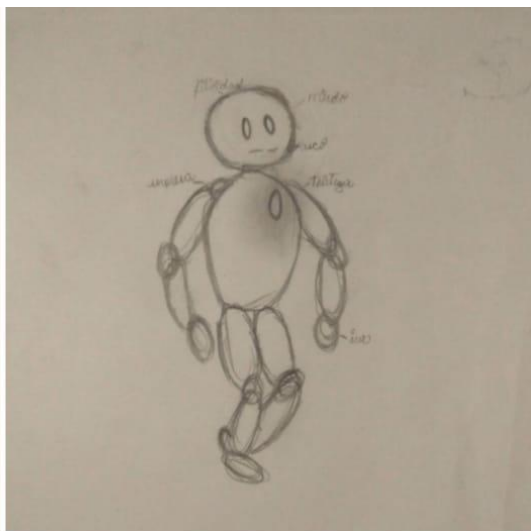
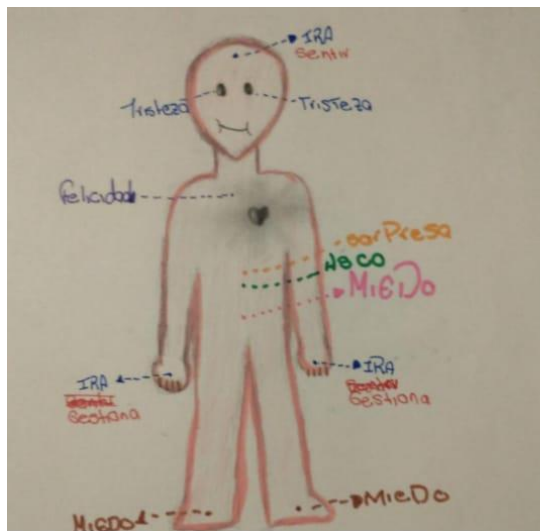
| | ¿Qué entiendes por cuidado? | ¿Consideras que has creado vínculos dentro de los talleres? | ¿Cómo consideras que se han creado estos vínculos dentro de los talleres? | ¿Consideras que los talleres te han brindado herramientas para ser más empática? | ¿De qué manera incide en tu vida crear vínculos que impliquen amor, confianza y ternura? | ¿Durante los talleres experimentaron algunas de las prácticas anteriores? (Amor, confianza y ternura) |
|----------|--|--|---|--|---|---|
| Santiago | - Cuidar a las personas y mis seres queridos. protegerlos y apoyarlos en los que ellos/as necesiten | si, cuidando a mis compañeros como me cuidó a mi. | con las palabras. escuchando al otro/a. con consejos. | si. controlar mejor mis sentimientos y cuando estoy enojado puedo ser más empático con las personas. | brindar amor, confianza y ternura a las demás personas | si amor con mis compañeros, cuidado a mis profesoras |
| Sofía | tener atención a uno mismo. ayudar a los demás, | si he creado vínculos, y he descubierto varias emociones descubrir la emoción más fuerte: felicidad y | las actividades. los juegos. | si, me siento más tranquila y estoy más atenta en mi. | teniendo conciencia de estas emociones. implicar tener mejores vínculos con los demás. | si con la actividad de las heridas y el taller de identificación de emociones. |

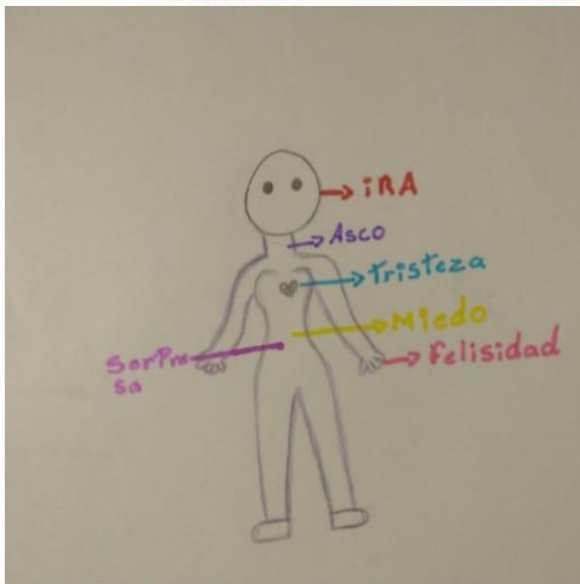
| | | | | | | |
|-------|---|--|--|----|--|--|
| | | el enojo | | | | |
| María | cuidarse a uno mismo, cuidar al otro y no lastimar a los demás. prestar atención a los sentimientos de los demás. | si, me cuido y cuido lo que preparan las profesoras. | en las reuniones que hacemos dentro del espacio. | Si | implica tener mejores amistades donde se tenga conciencia del vínculo. | amor en las reuniones, Confianza expresando lo que tenemos guardado con todos. Ternura , son los detalles de las profes |

Entrevista 17 de noviembre del 2022: Educación emocional

| | ¿Consideras que los talleres se han realizado de manera que logres comprender qué es la educación emocional? | ¿Qué herramientas consideras que te ha brindado el taller? | ¿Consideras que el taller ha permitido que reflexiones sobre tus emociones y los demás? |
|----------|--|--|---|
| Santiago | no entendí | controlar mis emociones controlar la tristeza mostrando la felicidad mejor manejo de mis actos cuando alguien me hace algo malo. | no se |
| Sofía | Más o menos. Entender las emociones y cómo llevarlas, me siento más tranquila. | tener cariño a lo que uno hace y quererse mucho a uno mismo. | si, es algo al principio no entendía mucho. como cuando alguien está molesto darle el espacio para que se desahogue y aprender a escuchar. |
| María | aprendí sobre la identidad. | Conocimiento sobre mi misma | teniendo más conciencia y cuidado y tener relación con los sentimientos. |

Anexo d. Corpografías





Anexo e. Texto del cuento “Soy porque somos”



Autora: María Camila López Rojas
 Ilustradora: Alisson Juliette Rodríguez Hurtado
 Corrección de texto: Luis Javier Hurtado
 Bogotá, Colombia, abril del 2023

Agradecimiento a los niños y niñas participantes y a la Fundación San Antonio, Centro Redes Lucero

Presentación

El presente cuento nace como resultado de la implementación de una propuesta pedagógica enfocada en la Educación Emocional implementada en la Fundación San Antonio, Centro Redes Lucero, en Bogotá, Colombia. Se contó con la participación de los niños y niñas para formular las ideas principales: el tiempo en que se desarrollaba la historia, la problemática, los nombres de los personajes, sus personalidades, etc. También, se integraron relatos de vida de los y las participantes.

Sinopsis

Julieta y Úrsula viajan por diversos planetas y universos estudiando recuerdos para observar

las diferentes formas en que las/os habitantes, sienten, perciben, gestionan y se dejan afectar a nivel emocional por el mundo que habitan. Así mismo, comparten en aquellos lugares saberes que les permitan mejorar o modificar condiciones para su bienestar emocional. Para realizar su estudio, tienen en su posesión un dispositivo que les permite detener el tiempo y entrar en los recuerdos de acontecimientos que hayan causado fuertes emociones a aquellos seres que escojan hacer parte de la investigación. Su próximo destino, es la Tierra: allí enfrentarán múltiples desafíos; deberán permitirse volver a aprender lo que creían ya aprendido, a la vez que resuelven cómo reparar el dispositivo, ya que, al momento de encenderlo, este sufrió una falla que le hizo perder varias de sus piezas. Dichas piezas, quedaron atrapadas en los recuerdos de los chicos escogidos, y junto a ellos, tendrán que ingeniárselas para arreglar el daño y poner el mundo en marcha otra vez. A lo largo de esta historia, nos encontraremos con conceptos como: emoción, inteligencia emocional, educación emocional, algunas competencias personales y sociales, y muchos otros más.¹

Capítulo 1: ¿A dónde vamos?

Julieta y Úrsula llevaban ya varios años en el departamento de investigación y educación emocional (DIEE) de su planeta, Lucero II; se encargaban de visitar planetas, estrellas, y uno que otro asteroide, buscando aprender y enseñar todo lo que estuviera relacionado con la dimensión emocional; en Lucero II, estaban convencidos de que el bienestar emocional de los habitantes de un territorio, daba bases para una vida más placentera y tranquila; así que buscaban siempre innovar en el campo, dialogando con otros seres con el fin de intercambiar, compartir y construir saberes.

¹ En este formato de presentación del cuento se encontrarán algunos cuadros que, en la versión diagramada

del mismo, se verán como ayudas visuales al margen de las páginas de la versión impresa, usualmente ubicadas en las esquinas de las hojas.

Ursula: Tanto tiempo en esto y no dejo de sorprenderme, siempre hay algo nuevo que aprender.

Julieta: Ves, te lo dije, Saturno era un gran lugar para visitar. ahora es tu turno de escoger ¿A dónde quieres ir?

Úrsula: Pues, en Saturno me hablaron de un planeta bastante interesante... la tierra ¿habías escuchado de él?

Julieta: Un par de cosas... pero ya sabes, siempre es mejor conocer todo por cuenta propia. Así que vamos.

Al llegar, se encontraron con autos voladores, casas en los aires, árboles de plástico, hombres y mujeres con corazas de metal que estaban conectadas a una red digital por la cual se comunicaban. Parecían no interactuar mucho entre ellos y ellas personalmente.

Julieta: Vaya... ¿estás segura de hacer el estudio acá?, trabajar con robots usualmente no arroja muchos resultados.

Úrsula: No son robots, se llaman humanos, y están debajo de todo ese metal - dijo con un tono risueño

Julieta: Bueno, no me culpes, con esa estética cualquiera se confunde - contesto con algo de pena y risa-. Pero bueno, ahora hay que decidir quiénes serán los seres elegidos.

Por ética profesional, era requisito que quienes hicieran parte del estudio estuvieran de acuerdo con ello. Usualmente no les tomaba tanto tiempo conformar un grupo, en varios planetas estaban haciendo ya sus propias investigaciones sobre el bienestar emocional, y al llegar, ya había seres esperándolas para iniciar. Pero acá, todo era diferente, no parecía importarles mucho el tema, y al tratar de abordar a cualquier persona no lograban ni siquiera hacer contacto visual; otros, apenas hablaban para decir que los contactaran en

algún lugar en la web. Empezaba a parecer imposible lograr interactuar con alguien.

En una parte de su recorrido la nave empezó a presentar fallos, no estaba acostumbrada a viajar tanto sin descanso. La tecnología de Lucero II estaba programada para ser inteligente, y esta, aprendió las lógicas de la inteligencia emocional; así que, pese a ser una máquina, requería de **cuidados**; Julieta y Úrsula debían mantenerla limpia, también, al igual que a una planta, debían brindarle palabras de amor, y, por último, permitirle ratos de calma para recomponerse luego de un largo viaje. En su afán de lograr la cuota de investigaciones, ninguna de las dos se había detenido a cumplir con ninguno de estos cuidados, a tal punto que la nave decidió parar; para su suerte estaban muy cerca al suelo y no fue tan duro el golpe. Salieron por una escotilla muy **enojadas, frustradas** y con la sensación de que esta vez no iban a lograrlo.

Inteligencia Emocional: *“La habilidad para monitorear los sentimientos y las emociones propias y las de los demás, para discriminar entre ellas y regularlas, utilizando esta información para solucionar los problemas” (Salovey y Mayer citados por Olvera et al., 2002, pág. 15)*

Úrsula: Creo que debemos desistir de este planeta; escogí mal, lo siento.

Julieta se sentía tan indispuesta por la situación que no tenía ánimos para hablar, le enojaba no haber encontrado un grupo, le enojaba que Úrsula la hubiera traído allí; pero también, la hacía sentir enojada que se quisiera ir. Tomó aire profundamente, lo pensó bien y aclaró su mente unos minutos para poder hablar con calma.

Julieta: No escogiste mal; nos va a costar un poco más de tiempo que el habitual, al parecer - dijo algo desalentada -. Pero, eso solo va a hacer que esto sea mucho más divertido y gratificante; recuérdame ¿qué hacemos

cuando no lo logramos en el primer intento?

Úrsula: Lo volvemos a intentar hasta lograrlo -dijo mucho más tranquila, con una sonrisa en el rostro-.

Julieta y Úrsula se disculparon con su nave, la limpiaron, la dejaron descansar y le dieron un par de palabras de afecto. Luego de algunas horas retomaron su curso; estuvieron dando vueltas por todo el planeta Tierra, de Argentina hasta Rusia, de Paraguay hasta Taiwán; así, hasta llegar a un país llamado Colombia. Aquí, se encontraron un poco con lo mismo, a excepción de algo... En un lugar, hallaron un pequeño grupo de chicos y chicas jugando e interactuando entre ellos, sin aparatos tecnológicos de por medio; la alegría invadió su corazón.

Julieta: ¡Mira! por allá, ¿eso es lo que creo que es?

Úrsula: ¡Oh! ¡Vaya! vamos ya mismo a averiguarlo

Competencia personal - Motivación de logro:
“La motivación orienta la intensidad y la selección de opciones y alternativas en nuestro desempeño diario (...) este factor ayuda a sostener la persistencia en una actividad, manteniendo el control emocional que entorpece o favorece la capacidad para pensar y planificar cómo llevar a cabo una meta determinada (...) Consiste además, en general estados continuos de activación y “empuje” que ayuden al rendimiento y a la percepción de éxito o fracaso” (Rendón Uribe, 2016, pág. 25)

Capítulo 2: Empezando de cero

Bajaron sigilosamente, escondieron su nave tras unos arbustos y observaron a los niños por un rato. Parecían estar despidiendo a alguien; Julieta y Úrsula se conmovieron mucho por la escena, todos y todas mostraban una profunda tristeza ya que uno de ellos, a quien llamaban “David”, iba a partir a otro lugar del país; el

cariño que se veía entre los niños y niñas era tanto, que consideraron adecuado ir al encuentro presencialmente, sin sus corazas de metal de por medio. Llegaron a contemplar el momento en el que terminó la reunión y David tuvo que partir, casi todos parecían muy afligidos; les llamó la atención una niña, Kamila, ya que pese a la naturaleza de la situación se mostraba animada, risueña y juguetona, tratando de levantarle el ánimo al resto.

Al ver que los niños ya se estaban preparando para ponerse de nuevo sus armaduras, tomaron aire, se levantaron de su escondite y caminaron a la par hacia el lugar donde estaban. Como indicaba el protocolo, se presentaron, presentaron el programa de investigación y educación emocional y el planeta del que venían, la importancia de su investigación y todas las razones por las cuales su participación sería un beneficio para el universo: al acabar su largo discurso, esperaban de ellos una respuesta a su propuesta, pero luego de un largo silencio sólo escucharon:

¿Y por qué son azules?

¿En su planeta todos son azules, o solo ustedes por andar viajando tanto?

¿Son hermanas?

Julieta y Úrsula se miraron fijamente a los ojos, desconcertadas, ¿cómo era posible que después de todo aquello que explicaron, esas fueran las únicas preguntas que tuvieran?

Julieta: Ehh... bueno... que preguntas más interesantes, ya habrá tiempo para contestarlas todas. Les propongo una cosa: podríamos empezar charlando sobre la investigación y, al final, les respondemos.

Todos y todas parecían estar de acuerdo. La primera pregunta que surgió fue: ¿Qué es educación emocional?

Julieta: ¡Qué buena pregunta!

Desde atrás de su espalda apareció una pantalla que flotaba, de ella, desprendían brazos y piernas de metal y un par de ojos

Julieta: Ella es Lumianka, mi asistente, aparecerá cada tanto dándonos información

La “Educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra y Pérez citados por Universidad de Barcelona, 2019)

Los chicos la miraban como si lo escrito en la pantalla estuviera en otro idioma, ella por su parte consideraba que no podía estar más claro, esto siempre les había funcionado. Julieta y Úrsula volvieron a cruzar miradas, esto definitivamente iba a ser todo un reto.

Kamila, por su parte las observaba, y aunque le parecía muy interesante todo aquello que estaban diciendo, no podía evitar pensar que esos dos seres que estaban frente suyo hablando de procurar el bienestar, no se habían detenido ni siquiera a preguntar sus nombres, ¿No era eso lo más básico para entablar una conversación con un extraño? Mientras pensaba en ello Úrsula expandía la información que aparecía en Lumianka.

Úrsula: La educación emocional busca que cada una y cada uno de ustedes pueda explorar y manejar de manera tranquila sus emociones, logrando tramitar su enojo, sus frustraciones y demás emociones que pueden llegar a ser no deseadas; de tal manera que puedan llevar una vida con más armonía de forma personal y con quienes les rodean.

Kamila considero necesario intervenir antes de que avanzara mucho más la conversación

Kamila: Siento que estamos olvidando algo importante, antes de hablar sobre definiciones e investigaciones ¿no deberíamos empezar por presentarnos?

Úrsula: Pero... eso hicimos, ya les compartimos nuestro nombres

Kamila: Si... pero nunca preguntaron los nuestros, ¿no es también importante eso?

Julieta y Úrsula se sonrojaron ¿Cómo podían haber pasado eso por alto? Empezaron a sentirse **asustadas** enfrentando este nuevo espacio. Aún así, trataron de darle vuelta a sus pensamientos; la situación les exigía mantenerse serenas y mostrarse seguras.

Julieta: Tienes razón, gracias por hacernos caer en cuenta de ello; les escuchamos

Se hizo otro largo silencio, ninguno quería ser el primero en hablar, al ser Kamila quien tomó la iniciativa de decir eso, todos la miraron fijamente esperando a que ella empezara, así que lo hizo; al terminar, nadie más parecía querer participar, Julieta y Úrsula propusieron que, si les hacía sentir más cómodos, podían presentarse con un sobrenombre. Eso pareció funcionar, los otros tres seres se presentaron como: Itadori, Trisfeliz y Superheure. Luego de esto, Julieta y Úrsula pensaban inmediatamente dar inicio, pero al fondo escucharon de nuevo la voz de Kamila:

Kamila: Ahora, quisiera agregar otra cosa, además de presentarnos, me parece también importante que conozcamos claramente qué es lo que vienen a hacer, la presentación estuvo algo corta y poco detallada.

A pesar de llevar tanto tiempo en esto, Julieta y Úrsula se estaban sintiendo como si fuera su primera vez realizando una investigación, las empezaban a invadir los **nervios**. Ya estaban acostumbradas a llegar a cualquier lugar y que

las estuvieran esperando con respuestas a sus preguntas, consideraban que lo único nuevo por aprender era lo que tenía relación con la educación emocional; en la Tierra, estaban empezando de cero en su rol de investigadoras; debían esforzarse por adaptarse a esta situación.

Competencia personal-Adaptabilidad emocional: “Se refiere a la forma en que el sujeto percibe, piensa, interpreta y experimenta el mundo (...) La adaptabilidad emocional significa la aceptación de la propia experiencia emocional”
(Rendón Uribe, 2016, pág. 25)

Capítulo 3. Entrando en detalles

Úrsula: Vuelves a tener razón, querida Kamila.

Julieta: Ya que piden algo detallado, nos demoraremos un poco por acá - dijo mientras instalaba en el suelo un tablero plegable-.

Úrsula: Empezaremos por lo más básico, las **emociones**. Explicar lo que es una emoción puede llegar a ser un tanto difícil; antes, es mejor experimentarlo; les invito a que piensen en un momento que les haya hecho, de manera repentina, sentir una emoción intensa.

Trisfeliz: ¿Podrían darnos un ejemplo?

Julieta: Por supuesto, se me viene a la mente, una ocasión en la que, por problemas en el sistema la nave falló, íbamos entrando a la órbita de Marte, cuando de repente empezamos a dar vueltas y los controles no respondían; sentí muchísimo **miedo**, se aceleró mi corazón, mis manos temblaban y en el estómago tenía un gran vacío, por suerte salimos bien libradas. ¿Ya se les vino algún recuerdo a la mente?

Todos y todas las miraron asintiendo con la cabeza

Julieta: Bien, ténganlo ahí presente, ya profundizaremos en ello. Entonces, para que una emoción se active es necesario un acontecimiento; estos pueden ser muchos y muy variados: por ejemplo, una nave a punto de caer, el recuerdo de ese acontecimiento nos puede despertar aquel miedo, imaginar que una nave nos caerá encima puede hacer que sintamos ese miedo, de este modo, puede ser un acontecimiento pasado, futuro, presente, imaginario, etc. La interacción con otros también puede despertar emociones, todo lo que he dicho, se puede entender también como estímulos.

Úrsula: Volviendo a la investigación, nosotras nos dedicamos a observar aquellos acontecimientos o estímulos, para así aprender de ustedes: cómo **gestionan las emociones**, o en dado caso, compartir herramientas que les permitan gestionarlas de mejor manera.

Trisfeliz: ¿Qué es “gestionar una emoción”?

Gestión de emociones: La gestión emocional se puede definir como el conjunto de procesos psicológicos que hacen que las personas podamos identificar cada una de nuestras emociones. No se trata de saber controlar completamente las emociones sino de reconocerlas y saber ajustarlas a nuestra estabilidad mental (Ojeda Luque, s.f.)

Úrsula: Con aquello de “ajustarlas a nuestra estabilidad mental” no quiere decir que no puedan experimentar emociones como la tristeza o el enojo, lo mejor que pueden hacer es permitirse vivir aquellas emociones, pero... la gestión se traduce en vivir la emoción, darle su lugar, para permitirse experimentar otras emociones.

Superheure: Vale... entonces, ¿La idea es que cada quien cuente una historia?

Julieta: No exactamente, la idea es que vivamos aquellas historias. En nuestro poder tenemos este dispositivo, se

llama Anlumika; con ella, podemos detener el tiempo en el presente, a la vez que entramos a sus recuerdos a experimentar con ustedes aquellas emociones.

Itadori: ¡Increíble! ¿Cómo funciona?

Úrsula: Al entrar en Anlumika, el tiempo de quienes están fuera de ella se detiene, así, nos aseguramos que ustedes no se pierdan mucho mientras estamos de viaje. Estando adentro, nosotras nos ubicamos en los puestos de control mientras uno a uno va pasando a esta silla y allí, se abrirá un portal para entrar a sus recuerdos.

Todos estaban interesados en participar, después de aquella explicación ya no cabían dudas. Cada uno y cada una, pensó en aquel acontecimiento e ingresaron en Anlumika. Ahora solo quedaba ver quién pasaría en el primer turno; todos alzaban la mano al tiempo, así que decidieron dejarlo a la suerte, en una pequeña contienda de “piedra, papel o tijera” se definió el orden, la primera en pasar sería Kamila, le seguirán luego: Trisfeliz, SuperHeure e Itadori.

Al encender a Anlumika, empezaron a rebotar rayos de lado a lado, se veían chispas, y tornillos saltando sin control, algo en definitiva no había salido bien, luego de un rato, en vez de abrirse un portal como era lo esperado, se abrieron cinco al tiempo, y en cada uno de ellos cayeron piezas pertenecientes al tablero de control. Los chicos se quedaron viendo a Julieta y a Úrsula con algo de asombro por lo ocurrido, pero también con preocupación, parecían demasiado afectadas, sus rostros reflejaban una profunda **tristeza**.

SuperHeure: ¿Esto debería pasar?

Julieta: No, en realidad, algo así nunca nos había pasado.

SuperHeure: ¿A eso se deben sus gestos?

Julieta y Úrsula no se habían percatado de su **expresión corporal**, al escuchar eso trataron de volver sus rostros a la normalidad, pero fue realmente difícil.

Úrsula: Si, Anlumika es realmente importante para nosotras; con ella hemos podido encontrar muchas respuestas a nuestras preguntas y llevar algo de tranquilidad a nuestro planeta: lo que acabamos de presenciar no solo fue un daño a una máquina, sino a una parte de nuestra historia.

Julieta: Ahora debemos sumar también, que fuera de Anlumika el tiempo está pausado, y si no la arreglamos posiblemente quede así.

Con esto último, **la cara de todos palideció**, no podían permitir que la vida de sus familias se viera afectada, se despertó un deseo intenso por **cuidarlos**.

Trisfeliz: ¿Qué debemos hacer ahora?

Julieta: Debemos entrar todos a cada recuerdo y buscar las piezas faltantes, entre más seamos buscando, más rápido las encontraremos.

Itadori: ¿Por dónde vamos a empezar? Hay cinco portales ¿A quién corresponde cada uno?

Julieta: Al Úrsula y yo estar conectadas mientras todo esto pasaba, se creó un portal conjunto, creo que a las dos se nos vino el mismo recuerdo a la cabeza cuando Anlumika empezó a fallar, el nuestro es el portal de color azul, los otros cuatro parece ser, se abrieron en el mismo orden que se había definido.

Kamila: A ponernos en marcha, ¡Ánimo! las **caras largas** no nos servirán de mucho.

Lenguaje no verbal: “Se compone de un conjunto de conductas que acompañan a la comunicación verbal. Es necesario señalar la importancia que la CNV (comunicación no

verbal) tiene en las relaciones interpersonales. La CNV comunica afecto, actitudes y emociones y complementa, apoya y en algunos casos, sustituye al mensaje verbal. En las relaciones interpersonales, hay que prestar atención, no sólo al contenido, lo que el sujeto expresa, qué dice, sino también al modo de expresión, cómo lo expresa, cómo lo dice” (Benito, et al., s.f.)

Expresión corporal: “La Expresión Corporal es el conjunto de técnicas que utiliza el cuerpo para revelar nuestro mundo interno, sensaciones, emociones, ideas, etc.” (Ruano y Barriopedro, s.f.)

Capítulo 4. Un oscuro Lucero

Decidieron entrar primero al recuerdo de Julieta y Úrsula, ninguno había viajado a otro planeta, así que estaban a la expectativa. Al llegar, se encontraron un lugar lúgubre; todos los seres a su alrededor estaban demasiado tristes, demasiado enojados o demasiado felices, parecían no poder controlar lo que les pasara dentro. Empezaron a caminar sin ningún rumbo específico, buscando la pieza que había caído allí.

Mientras caminaban, los chicos compartieron entre ellos varias miradas, no sabían cómo sentirse al respecto de lo que estaban viendo, ¿tristes? ¿engañados? ¿compasivos? Después de todo lo que Julieta y Úrsula les habían dicho, ¿cómo era posible que su planeta luciera así? Úrsula se percató de la confusión en sus rostros y empezó a aclarar qué era lo que estaban viendo.

Úrsula: Hace ya varios años atrás, nuestro planeta estaba en crisis; nadie era realmente consciente de sí mismo, de sus alcances, sus límites, ni de sus emociones; un simple malentendido podría detonar una gran pelea, un obstáculo en el camino representaba el fin de cualquier intento. Ningún

habitante de Lucero tenía la habilidad para comunicar, expresar, entender o identificar sus propias emociones, ni las ajenas; y así, pasamos nuestros días sin poder convivir con nosotros mismos, ni con los demás.

Analfabetismo emocional: “Es la incapacidad para comprender, catalogar y gestionar nuestras emociones y, por ende, para comprender y aceptar las emociones de los demás. Se trata de una desconexión con las emociones y sentimientos, que no solo nos impide precisar qué estamos sintiendo, sino que limita nuestro ámbito de acción convirtiéndonos en personas reactivas e impulsivas que se quedan prisioneras de sus emociones” (Rincón de la psicología, s.f.)

Julieta: Este día, recuerdo que Úrsula y yo peleamos, y claramente, nos enojamos más allá de lo necesario, pero la pelea fue interrumpida por una curiosa pregunta, “¿por qué están tan enojadas?” nos llevó mucho contestar esa pregunta, entre más lo pensábamos la respuesta se volvía más y más compleja. Nunca nos habíamos detenido a preguntarnos por lo que sentíamos o por qué lo sentíamos, luego de eso, nos surgió la pregunta de qué podíamos hacer con aquello que sentimos y así, se iban agregando más y más preguntas.

Úrsula: Un tiempo después nos encontramos con un grupo de personas que había generado un interés similar por el tema, curiosamente, todos habíamos escuchado aquella voz que nos preguntaba por nuestro sentir, pero ninguno sabía de quién se trataba. Entre todos formamos el Departamento de Investigación y Educación Emocional.

Julieta: Desde un principio, de todo corazón, buscábamos que cada uno de los habitantes de Lucero pudiera sentirse en calma consigo mismo, y que, como comunidad pudiéramos

convivir en armonía. En ese proceso nos percatamos de que podíamos ayudar a otros planetas.

Julieta fue interrumpida por un fuerte grito de Trisfeliz.

Trisfeliz: ¡Lo encontré! ¡Lo encontré!- mientras, apuntaba con el dedo el pedazo de metal que se encontraba en el suelo.

La pieza estaba debajo de un monumento; Una gran mariposa que se asemejaba a una hecha en origami, a su alrededor, crecían varias enredaderas con flores de múltiples colores. Trisfeliz esperaba ver en los rostros de Julieta y Úrsula al menos una pequeña sonrisa, pero en vez de eso, tenían cara de confusión.

Trisfeliz: ¿Pasa algo?

Úrsula: Luego de unos años de crear el DIEE, hicimos este monumento en nombre de la transformación, la evolución y el cambio; y... es realmente raro verlo acá, precisamente porque es parte de un recuerdo diferente al que estábamos viendo en un principio.

Julieta: Del primer recuerdo a este, hay aproximadamente cuatro años de diferencia, este día nuestro planeta pasó de llamarse "Lucero" a "Lucero II", queríamos reflejar el cambio que hubo luego de que iniciaran las investigaciones. Me hace sentir **feliz** y algo **melancólica** recordar lo que hemos logrado.

Úrsula: Curioso pensar, que antes no podíamos reconocer cuando nos sentíamos felices, o melancólicas, de las primeras cosas a investigar fue eso, a nosotras mismas, hacer conciencia de qué sentíamos, por qué, cuándo, dónde, hasta dónde, etc.

Julieta: En fin, nos desviamos del punto, esto no debería estar acá, algo muy extraño está ocurriendo.

Competencia personal-Autoconciencia: "Implica conocer nuestros recursos, nuestras capacidades y nuestras limitaciones internas, lo que permite reflexionar y ser capaz de aprender de la experiencia. Es la posibilidad de reconocer el modo en que nuestras emociones afectan nuestras acciones y la capacidad de utilizar nuestros valores como guías en el proceso de tomar decisiones" (Rendón Uribe, 2016, pág. 22)

Itadori fue el primero en llegar donde estaba la pieza, pero al agacharse a recogerla, la pieza cambió de lugar por sí misma, **confundido**, trato de volver a tomarla, pero volvió a ocurrir lo mismo. De la nada, de la pieza se proyectó una figura femenina y esta se presentó como Anlumika.

Anlumika: Julieta y Úrsula, en ocasiones parecen olvidar el intelecto, la capacidad y la sensibilidad de sus propias creaciones.

Itadori: ¿A qué te refieres? ¿Qué está pasando?- Dijo asustado

Anlumika: Ya entenderán, por ahora, quiero que se detengan en lo que Julieta estaba diciendo antes de que apareciera este fragmento

Ninguno parecía recordar con exactitud, así que, Lumianka apareció para ayudarles:

" (...) de todo corazón, buscábamos que cada uno de los habitantes de Lucero pudiera sentirse en calma consigo mismo, y que, como comunidad pudiéramos convivir en armonía. En ese proceso nos percatamos que podíamos ayudar a otros planetas"

Anlumika: Quisiera preguntarles ¿Consideran que sus actos aun son acordes con aquella búsqueda? Antes de que respondan, quisiera traer a su memoria lo que pasó hace unos días con su nave.

Úrsula: Quizás en ocasiones podemos llegar a hacer nuestro trabajo de manera mecánica, eso no quiere decir que hayamos olvidado por qué lo hacemos.

Anlumika: Tal vez han llegado a olvidar cómo y para qué hacerlo. Cuando logren hacer **introspección**, podrán tomar la pieza.

Introspección: “Es el acto de mirarse a uno mismo, de buscar en el propio interior, en sus pensamientos, en sus sentimientos con el objetivo del autoconocimiento para poder hacer una identificación, percepción, interpretación y comprensión de las propias emociones, pensamientos y conductas” (Castro, 2023)

Julieta y Úrsula estaban notoriamente **sorprendidas**, cada una por su propia cuenta empezó a pensar, a mirar hacia adentro y reflexionar sobre lo que hacía, lo que pensaba, lo que expresaba y si todo esto era coherente entre sí, de nuevo, se empezaron a sentir **angustiadas** e **inquietas**, pero en su interior sabían que era verdad, algo había cambiado en los últimos años, y el hecho de que la nave les hubiera tenido que exigir cuidado, y que el grupo de investigación hubiera tenido que intervenir para poder presentarse, lo decía todo. Quizás su afán por aprender más, por ayudar más, no les permitió ver que no se estaban dando el tiempo de apreciar su alrededor y de darle a cada espacio que visitaban el lugar tan importante que merecía, pero ya lo habían recordado, no iba a volver a pasar más. En el momento en que reflexionaron, la pieza empezó a brillar, esta vez, SuperHeure fue la que se dirigió a coger la pieza, y esta, lo permitió.

Anlumika: Me alegra ver que lograron interiorizar lo que ocurría.

Úrsula: Sentimos mucho habernos desviado de nuestro objetivo.

Anlumika: No te preocupes, qué sería la vida sin algunos errores en el medio,

lo importante siempre es, saber reconocerlos, y no solo eso, también corregirlos. Por ahora, mucha suerte en el próximo recuerdo, allá nos veremos.

Anlumika desapareció, todos quedaron **desconcertados**, lo ocurrido de por sí ya era extraño, aun así, pensaban que solo se iba a dar en el recuerdo de Julieta y Úrsula, pero con esa despedida, les quedaba claro que no.

Un viaje sin retorno

Al salir del portal, Kamila y Trisfeliz quisieron volver a hacer la repartición de los turnos, pero no lograron llegar a nada, a todos les daba **terror** lo que se pudieran encontrar, o la prueba que Anlumika les fuera a poner, pero... no habiendo más opción y no queriendo perder mucho tiempo para encontrar otra de las piezas, entraron todos al portal hacia los recuerdos de Kamila.

Al entrar, todo estaba totalmente oscuro y en silencio, luego de unos largos minutos, de repente se encendió la luz, Kamila estaba en su cama durmiendo, cuando sus padres irrumpieron en su cuarto, la despertaron y le insistieron que se alistara pronto; se podía ver en su rostro un semblante de **desconcierto**, momento seguido, sus padres le comunicaron que se iban del país y al desconcierto se le sumó la **tristeza**.

Itadori: ¿Quisieron irse o tuvieron que hacerlo?

Kamila: Tuvimos que, nuestra situación económica no era muy buena allá, y no parecía querer mejorar.

Itadori: Creo que es la primera vez que te veo triste, siempre sueles tener una sonrisa en el rostro.

De repente, Kamila empezó a insistirles que salieran de allí, que la pieza debía estar en otro lado, pero antes de que pudieran hacerlo, vieron como dentro del recuerdo, Kamila empezaba a llorar, acto seguido, entró su madre y contrario a

lo que esperaban, la acallo con un regaño, minimizando su sentir.

Kamila sintió **vergüenza** de que sus amigos hubieran presenciado aquello, y al ver sus caras de preocupación y **compasión**, trato de apaciguarlas.

Kamila: No presten mucha atención a esto, me tomó por sorpresa la situación, no fue nada.

Anlumika se hizo presente en ese momento

Anlumika: ¿Segura que no fue nada?

Kamila: Nada muy grave al menos, era mucho más pequeña, estaba exagerando.

Anlumika: ¿Eso piensas o eso te dijeron?

Represión de emociones: “consiste en tapar, ocultar o ignorar nuestras emociones. Pero esto suele ser un acto bastante automático e inconsciente” (Fernandez Rida, 2022)

Kamila quedó pasmada, jamás se había detenido a preguntarse por ello, en realidad, trataba de ignorar totalmente cualquier cosa que le trajera una mala sensación, a tal punto, que ya le costaba reconocer la respuesta a esa pregunta.

Anlumika: Piensa en ello, y cuando sea momento, volveré.

Para toda la respuesta era obvia, pero no para ella. Aun así, respondió lo que creyó que Anlumika quería escuchar.

Kamila: Eso fue lo que me dijeron.

Todo quedó en silencio, Anlumika no se hizo presente, Kamila quedó sin saber qué decir, ¿si no era eso lo que esperaba entonces qué era?

Sus pensamientos fueron interrumpidos por la voz de Itadori.

Itadori: ¿Cómo te sentiste ese día?

Kamila: Quizás un poco triste, nada fuera de lo común.

Itadori: Deja de minimizarlo, Kamila, ¿cómo te sentiste?

Kamila no sabía por qué, pero le asustaba detenerse a pensar y expresar en voz alta cómo se sintió ese día, se hizo un largo silencio, este, fue interrumpido por Julieta.

Julieta: Quisiera ver algo, ¿me lo permites?

Ella asintió. Julieta sacó de sus cosas un artefacto pequeño, que al presionarlo creció a la misma altura de Kamila, era delgado y transparente, lo puso frente a Kamila y al encenderlo se vio su silueta, pero con varias heridas a lo largo del cuerpo, que eran imperceptibles así no más a la vista de cualquiera.

Superheure: ¿Qué es eso? ¿le pasa algo? - Dijo preocupada.

Julieta: Es un aparato similar a los rayos X, pero con este, podemos ver heridas emocionales.

Al ver esto, Kamila empezó a percibir aquellas heridas, se detuvo a sentir una por una, de repente, sus ojos se cristalizaron, estaban asomando todas las lágrimas que tenía contenidas, entonces... se permitió llorar todo lo que no había llorado.

Kamila: Al irnos, no me pude despedir de ninguno de mis amigos, fue todo tan repentino... No me dio tiempo ni de sufrirlo, pero sí me dolió demasiado.

Superheure tomó una hoja del suelo, y la puso sobre una de las heridas de Kamila, simbolizando una cura, Itadori y Trisfeliz hicieron lo mismo. La rodearon y la abrazaron

fuertemente, y de ellos, de repente, emana una fuerte luz. Al separarse, Kamila tenía la pieza faltante en sus manos.

Anlumika: Lo que quería, es que te dieras la oportunidad de sentir libremente, y lo has hecho.

Kamila: Pero no lo hice sola...

Anlumika: Nunca están demás las redes de apoyo cuando te sientes mal.

Redes de apoyo: “son las relaciones de una persona en su entorno social para establecer vínculos solidarios y de comunicación, a fin de resolver necesidades específicas. Su objetivo es el cuidado de la persona y la familia, el apoyo de crisis en diferentes momentos del curso de la vida (...) la ayuda en casos de emergencia, el soporte emocional, entre otros propósitos” (Universidad de la Sabana, s.f.)

Después de todo lo ocurrido, Trisfeliz, Itadori y Superheure entendieron por qué Kamila siempre les trataba con tanto afecto, y se mostraba siempre tan feliz.

Kamila: Cuando llegué acá, me prometí no desaprovechar ningún minuto con quienes quisiera, y me quisieran... por eso organicé la despedida para David, para poder acompañarlo hasta el último minuto.

SuperHeure: Recuerdo que David nos presentó... ahora, nosotros te prometemos, no desaprovechar ni un momento contigo.

Se dieron otro cálido abrazo, esta vez, Julieta y Úrsula no se pudieron resistir a participar de él.

Las palabras precisas

Al volver del recuerdo de Kamila, se podía ver a Trisfeliz muy **ansioso**, caminaba de lado a lado y parecía buscar excusas para aplazar la entrada a su recuerdo. Úrsula lo tomó de las manos, le pidió que cerrara los ojos, y que respirara muy despacio, luego de unos minutos,

Trisfeliz se sintió en calma y estuvo listo para entrar.

Al ingresar al portal se encontraron con un edificio entre rejas, y muchos niños y niñas en uniforme.

Úrsula: ¿Estuviste en la cárcel?- Dijo con sorpresa

Trisfeliz: Se siente como la cárcel, pero estamos en un colegio- Dijo entre carcajadas

A lo lejos se divisaba Trisfeliz con una niña de su misma edad, parecían estar discutiendo, mientras ella lloraba.

Úrsula: ¿Ninguno tuvo algún recuerdo que involucrara emociones que les hiciera sentir bienestar? - Preguntó mirando a SuperHeure e Itadori, que eran quienes faltaban, ambos negaron con la cabeza

SuperHeure: Y... ¿Qué estaba pasando allí?

Trisfeliz: Era mi novia, debimos terminar la relación.

SuperHeure: ¿Y por qué debieron hacerlo?

Trisfeliz miró hacia el suelo, y se negó a dar más detalles de lo ocurrido

SuperHeure: Siempre eres tan reservado con tus cosas- Dijo con algo de enojo

Julieta: Está bien, no siempre debemos contar todo lo que nos pasa, si no nos sentimos cómodos con ello.

Úrsula: Tienes razón, a no ser, claramente, que en nuestro interior sintamos necesario hablar, para eso también están nuestras redes de apoyo.

El silencio prosiguió por un buen periodo de tiempo, parecía muy indeciso, su rostro reflejaba querer hablar sobre el tema, pero algo se lo impedía.

Trisfeliz: Quizás si quiero hablar sobre eso, pero no sé cómo hacerlo.

Anlumika: ¿Eso fue lo que ocurrió con ella?

A Trisfeliz le costaba mucho comunicar sus sentimientos y pensamientos, y, cuando lo hacía, no siempre quedaba del todo claro el mensaje, también ocurría en ocasiones, que el nudo en su garganta era tan grande, que prefería salir corriendo, y eso fue lo que pasó en esta ocasión. La pregunta de Anlumika lo puso en una situación muy incómoda, él no quería dar explicaciones de qué había pasado con ella, así que, de un momento para otro salió del portal. Julieta y Úrsula quedaron quietas sin saber qué hacer, fue SuperHeure la única en salir tras él, aún así, esto no soluciono mucho, SuperHeure tenía un carácter muy fuerte, y su primer reflejo fue regañar a Trisfeliz por irse, lo que resultó en una fuerte discusión. Luego de un rato SuperHeure volvió sola, así que Julieta decidió salir.

Julieta: ¿Quieres hablar conmigo?

Trisfeliz: No me interesa hablar con nadie.

Julieta: ¿Seguro? tal vez te haga bien.

Se hizo otro largo silencio

Trisfeliz: Es que... en serio no sé cómo hacerlo.

Julieta: No te quiero presionar, volveré con los demás, pero ten presente que todos estamos dispuestos a escucharte y acompañarte.

Mientras se estaba retirando, Julieta dejó caer cerca de Trisfeliz a Lumianka, Trisfeliz la tomó. Se encontraba en ella la definición de “comunicación asertiva” y algunos tips para llevarla a cabo.

Competencia social - Comunicación asertiva:

“Es la capacidad para establecer un canal adecuado para que el mensaje emocional llegue en forma correcta y sea percibido por la otra persona de manera que surta efecto (...) Esta capacidad comunicativa es altamente compleja, pues involucra no solo la forma en que se expresan los mensajes, sino la intuición del momento adecuado para hacerlo (...) Está relacionada con una sensación de confianza y compromiso con los demás y con el deseo de intercambiar verbalmente ideas, sentimientos y conceptos” (Rendón Uribe, 2016, pág. 30)

Tips para el desarrollo de la Comunicación Asertiva

- Escucha atentamente lo que te dicen los y las demás.
- Práctica lo que vas a decir si es necesario, y escoge muy bien tus palabras.
- Busca que tu mensaje sea conciso.
- Utiliza un lenguaje corporal positivo.
- Valida los sentimientos de las demás personas.

Luego de repasar en su cabeza lo que quería decir, y sentirse listo para hacerlo, entró de nuevo al portal y se reunió con el grupo. Para cuando entró la discusión con la chica ya había terminado, se encontraba solo, sentado en una esquina mirando a la nada.

Trisfeliz: Me sentí realmente triste ese día.

Julieta: ¿Ya te sientes listo para hablar de eso?

Trisfeliz: No, realmente no me siento listo para hablar aún, me disculpo por los silencios incómodos, no quise hacerlos sentir mal, es solo que me cuesta expresar lo que siento, aún así, les agradezco muchísimo por estar en disposición de escucharme, cuando sea el momento les haré saber.

Anlumika: Breve, pero poderoso. Es necesario aprender a comunicar nuestros sentimientos y pensamientos

de manera adecuada a los demás, y lo has hecho muy bien.

En esta ocasión Anlumika le entregó en las manos a Trisfeliz la pieza que estaba en sus recuerdos, y luego, desapareció.

Itadori: Vaya, eso fue algo rápido... hasta fácil, podría decir

Julieta: Para quienes estábamos de espectadores, tal vez, pero internamente para quien está viviendo el proceso puede no ser tan fácil.

Descubriendo nuevas formas

Cuando entraron a los recuerdos de SuperHeure se llevaron todos una gran sorpresa, se veía muy vulnerable, algo que para nada reflejaba actualmente. Estaba sola, sentada en una silla en la primera fila del salón de clase, cuando de repente, una bola hecha con papel surgió del aire, y cayó en su hermoso cabello.

SuperHeure: Era bastante tonta en esa época

Kamila: ¿Por qué dices eso?

SuperHeure: Pues... sacaba siempre muy buenas notas, era la favorita de los profesores, y todos me molestaban por eso.

Julieta: ¿No te parece que el problema era de ellos y no tuyo?

SuperHeure: No lo creo, ahora que me deje de enfocar en el estudio tengo muchos amigos, y molesto también a los ñoños del salón.

Ser molestada por sus compañeros durante un largo tiempo, hizo que SuperHeure tomará la decisión de cambiar radicalmente. Su imagen empezó a volverse prioridad, también, ser más fuerte para defenderse (a los golpes de ser necesario). De a pocos, se fue integrando al grupo de chicos que la molestaban, fue bajando el rendimiento en sus estudios y tomando una actitud más agresiva ante sus profesores y

compañeros, su experiencia le había enseñado que esta era la mejor manera para solucionar problemas.

Úrsula: ¿No era mejor opción hablar con alguno de tus profesores?

SuperHeure: Hablar nunca solucionaba nada.

De repente, sobre el antiguo puesto de SuperHeure apareció la pieza, Trisfeliz se acercó y la tomó con sus manos.

SuperHeure: Que raro, eso fue demasiado sencillo.

Trisfeliz: No importa, la tenemos, vámonos antes de que pase algo más.

Úrsula: Déjamela ver, no parece ser una pieza real.

Trisfeliz: ¡No te compliques, vámonos ya! - Dijo con un tono algo alterado.

Itadori: Oye, no le hables así, si salimos con la pieza errónea de nada nos va a servir.

Pese a la advertencia de Itadori, Trisfeliz estaba decidido a salir del portal, así que Itadori se abalanzó sobre él para tomar la pieza, cada uno tomó un extremo del artefacto, lo que resultó en un forcejeo. Al ver esto, SuperHeure también quiso unirse para ser ella quien decidiera qué hacer con la pieza, después de todo era su recuerdo, pero al acercar sus manos salió expulsada hacia el lado contrario, confundida trato de agarrar a cada uno de los chicos para separarlos de la pieza, pero volvió a pasar lo mismo. Trisfeliz e Itadori estaban tan absortos en su pelea que no se percataron de lo que pasó con SuperHeure, siguieron y siguieron halando de cada extremo, hasta que la pieza ya no pudo más y se rompió en dos.

Todos se sintieron **indignados** ¿Cómo era posible que Itadori y Trisfeliz fueran tan irresponsables? Ellos dos por su parte, no dejaban de echar culpas el uno al otro, y todo de a poco empezó a escalar, al punto en que Itadori empujó a Trisfeliz, y este se dispuso a

golpearlo de vuelta y cuando parecía que todo iba a empeorar más, el tiempo se detuvo y Anlumika apareció para hablar con SuperHeure:

Anlumika: Vaya, ¿Así es que te parece que se deben arreglar los problemas? No veo cómo esto va a mejorar la situación.

SuperHeure: Bueno, no siempre es necesario.

Anlumika: ¿Y cuando lo es?

SuperHeure: Cuando no hay más opción.

Anlumika: En ese caso, espero que para esta situación exista otra opción, porque de lo contrario, el tiempo quedará detenido para siempre, cuando tengas algo en mente, lo sabré.

Dicho eso, Anlumika desapareció, SuperHeure sintió que todo aquello era muy **cruel** ¿Por qué la ponía en una posición tan difícil? Los retos que tuvieron que resolver sus amigos no habían sido tan severos. Sin tener otra opción empezó a pensar, en un inicio solo se le venían razones a la cabeza que justificaban la pelea, Trisfeliz había sido muy impulsivo al querer salir, pero Itadori también al agarrar la pieza de ese modo, pudo simplemente haberlo dejado ir mientras seguían buscando, pero, Trisfeliz también pudo haber dejado que Úrsula mirara la pieza y ya. Mientras pensaba apareció Lumianka:

Competencia social-Manejo de conflictos: “Es el talento del mediador, de quién previene situaciones conflictivas o resuelve los conflictos presentados.

Las personas que poseen esta capacidad se destacan por realizar acuerdos y mediar discusiones” (Rendón Uribe, 2016, pág 29)

SuperHeure deslizó más la pantalla y encontró algunas maneras en las que podía abordar los conflictos

Algunas formas alternativas para tramitar los

conflictos pueden ser:

- **Negociación:** interacción o intercambio entre diferentes personas que tienen como fin conseguir algo de las otras, a la vez que también ceden algo. El objetivo es resolver alguna diferencia mediante un acuerdo.
- **Mediación:** Cuando la negociación entre las dos partes no se logra dar por sí sola, se precisa un sistema de negociación asistida, aquí un tercero imparcial actúa dirigiendo la comunicación, teniendo siempre como objetivo, la búsqueda de puntos de encuentro que permitan llegar a un acuerdo.
- **Arbitraje:** Es una manera de abordar los conflictos muy tradicional en la cultura escolar. Aca un tercero, a quien se le ha concedido el poder, decide la resolución que le parezca justa para el conflicto presentado.

En primer momento, SuperHeure pensó que la mejor opción era el arbitraje, era tan simple como que ella decidiera que la pelea debía acabar y ya, eso era todo, luego lo pensó mejor y cayó en cuenta que ninguno de ellos dos le concedería ese poder. La mediación también le pareció buena opción, aún así, antes de eso habría que ver si ellos por sí solos estaban dispuestos a negociar, y en el caso que no fuera así, tendría ella que ser la mediadora, todo esto no le empezaba a sonar tan mal, haciendo memoria, nunca había tratado de negociar, de buscar un mediador ni de otorgarle a alguien el poder de decidir una solución. Al terminar de meditar, Anlumika se hizo presente:

Anlumika: Bueno, veo que ya pensaste en algo.

SuperHeure: Eso hice, ahora pon en marcha el tiempo otra vez.

Anlumika: El tiempo nunca se detuvo para los demás.

SuperHeure: ¿A qué te refieres?

Anlumika: El tiempo solo se detuvo para ti, ¿recuerdas que al tratar de agarrar la pieza saliste volando? bueno, en ese momento te adentraste en un

profundo sueño, y acá estamos.
Despertaras ahora mismo.

SuperHeure abrió los ojos, al hacerlo, vio que se encontraba en el suelo rodeada por todos sus amigos y amigas, tenían todos caras de preocupación. Al levantarse, sintió algo en uno de los bolsillos de su falda, lo tomó en sus manos, y al sacarlo, resultó ser una de las piezas.

Itadori: ¿Estás bien? ¿Qué pasó?
¿cómo llegó la pieza ahí?

SuperHeure: Es una larga historia, no pasa nada. Sigamos, nos queda una sola parada para salir de esto.

Soy porque somos

Al entrar en los recuerdos de Itadori todo fue difuso, pasaban brumas de colores que traían con ellas imágenes de múltiples recuerdos; pese a ser tantos, ninguno parecía ser bueno.

Julieta: ¿No tenías claro tu recuerdo al activar a Anlumika?

Itadori: La verdad... no, pensé que Anlumika escogería uno entre todos.

Julieta: En circunstancias normales, lo haría, pero hoy no está siendo nada predecible.

Úrsula logró ver entre las brumas un recuerdo que estaba más o menos estático, era Itadori junto a dos personas, se veían todos muy **enojados**.

Úrsula: ¿Quiénes son ellos?

Itadori: Son mis hermanos

Úrsula: ¿Y siempre suelen hablarse así?

Itadori: No tenemos la mejor relación.

El recuerdo se disipó, por donde miraran los recuerdos de Itadori traían consigo **ira** y tristeza. Caminaron por varias horas, tratando de hallar lo que fuera que tuvieran que hallar, pero nada era claro.

Julieta: ¿Por qué crees que fue tan difícil pensar en un solo recuerdo?

Itadori: No sé... supongo que siempre siento todo, demasiado.

Julieta: Tú rostro no refleja eso, que curioso.

Itadori: Bueno... Esa es la idea.

A lo lejos, vieron cómo venía una fuerte brisa que se estaba llevando todo a su paso, el primer reflejo que tuvieron fue correr en sentido contrario, pero la brisa los alcanzó y los arrastró con ella, parecían estar en un remolino de colores por el que bajaban como si fuera un tobogán, al salir, se encontraban en un lugar con una luz muy tenue, junto a ellos, el remolino trajo consigo algunas cosas de los recuerdos de Itadori: varias libretas, colores, dibujos y hojas sueltas.

SuperHeure: ¿Están todos bien?
¿Dónde estamos?

Todos parecían igual de confundidos. Trisfeliz tomó del suelo una de las libretas.

Trisfeliz: ¿Qué es esto? ¿Por qué resultó acá con nosotros?

Itadori: Es una de mis libretas de dibujo... las uso seguido, no sé por qué está acá.

Trisfeliz: ¿Y ahora? ¿Por qué nosotros estamos acá?- Dijo algo alterado

Se podía sentir en el ambiente los nervios de todos, en un principio ya fue confuso que no hubieran entrado a un recuerdo, y ahora, casi a oscuras, sin nada alrededor, se sentían vulnerables, con **miedo**, Itadori por su parte sentía **culpa** por no haber podido pensar en un solo recuerdo.

Anlumika: Ya casi van a terminar el viaje, mantengan la calma.

Itadori: ¿Qué quieres ahora?

Anlumika: Quiero que te des la oportunidad de pensar en un recuerdo

feliz, por eso está todo oscuro, estamos empezando desde cero.

Anlumika, como siempre, se marchó. Itadori se quedó mirando al vacío, tratando de recordar algo que le hubiera hecho sentir feliz.

Kamila: Bueno... no creo que no tengas ni siquiera un solo recuerdo feliz.

Itadori: Dame espacio para pensar, por favor.

Trisfeliz: ¿Esta libreta no te trae ningún recuerdo feliz? te gusta dibujar mucho

Itadori: Siempre dibujo cuando estoy triste o enojado.

SuperHeure: Me parece casi imposible que no puedas recordar ni un solo momento feliz.

La situación estaba provocando que todos estuvieran tensos y angustiados, cuando estaban entrando en los recuerdos de Itadori pensaban que en cuestión de minutos estarían con sus familias, que ya habían salido de todo esto. Antes de que alguno más dijera cualquier cosa, Úrsula intervino:

Úrsula: No te preocupes Itadori, el tiempo de todos no es el mismo, ¿me quieres contar por qué no se te viene nada a la mente?

Itadori: Siempre que he tenido momentos felices, algo pasa que los arruina.

La intervención de Úrsula ayudó a que los demás vieran que debían ser más empáticos con Itadori, era cierto que no todos habían pasado por las mismas situaciones, y no podían comparar sus vidas con la de él. Trisfeliz miró todas las hojas en el suelo, y se le ocurrió algo. Recogió varias hojas, y le dio una a cada uno.

Competencia social-Empatía: *“Es la capacidad de comprender los sentimientos, los motivos y las preocupaciones de los demás, y conduce un*

sentido de compenetración e intimidad con el otro. Se refiere a acoger el punto de vista ajeno y la capacidad de adoptar la perspectiva necesaria en las relaciones entre personas” (Rendón Uribe, 2016, pág. 26)

Trisfeliz: Si no se te viene ningún recuerdo a la mente, tal vez deberíamos crear un nuevo recuerdo juntos.

SuperHeure: Estoy de acuerdo, uno que nos haga sentir felicidad y siempre que pensemos en él nos recuerde esta sensación de cariño.

Kamila: ¿Qué proponen?

Trisfeliz: Bueno... Desde que vi el monumento en Lucero II, me dio curiosidad cómo se hace esa mariposa de papel, ¿qué tal si nos enseñan a hacerla?

Itadori: Antes de hacer la mariposa, me parecería lindo si escribimos algo en la hoja.

A todos les agrado la idea, se sentaron en el suelo, y pese a la poca luz hicieron su mayor esfuerzo por escribir, algunos se escribieron a sí mismos, otros a sus seres queridos, pero todos, se llenaron de palabras de afecto y amor. Al terminar, Julieta y Úrsula les enseñaron paso por paso cómo se hacía la mariposa, a Itadori se le dificultó una parte y SuperHeure lo ayudó, estaban disfrutando mucho el momento. Itadori quiso que Úrsula leyera lo que escribió en su mariposa, así que intercambiaron, eso resultó en que todos empezaran a compartir lo escrito, el ambiente se llenó de **felicidad**, confianza y atención hacia los demás. Al terminar se dieron un fuerte abrazo.

Úrsula: ¿Han escuchado el término “Ubuntu”?

Itadori: Sé que significa “soy porque somos”.

SuperHeure: ¿A qué se refiere eso?

Úrsula: Se refiere a una forma de vivir desde la empatía, la solidaridad, el perdón y muchas cosas más. Es saber

que yo soy feliz y estoy bien, en tanto todos lo estemos. A lo que voy es a que, me siento feliz, porque ustedes lo están siendo.

Julieta: Conuerdo, yo también soy, porque nosotros somos. Perdón por hacerlos pasar por todo esto, sepan que son todos muy fuertes y valientes.

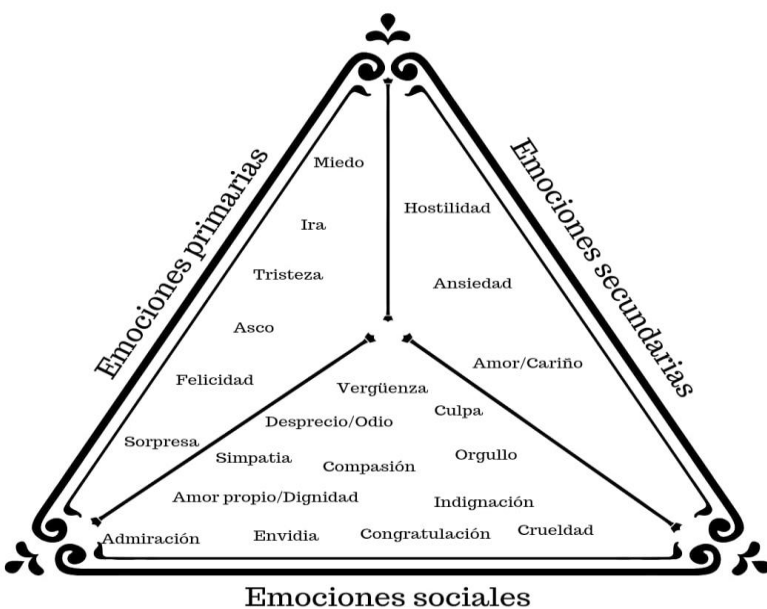
Itadori se levantó y extendió sus manos con la mariposa de papel entre ellas, todos lo

siguieron, formaron un círculo con sus manos, y casi como si lo hubieran planeado, gritaron al tiempo, "soy porque somos". De las mariposas emana luz, y la última pieza apareció en medio de ellos. Se miraron entre todos incrédulos, lo habían logrado, se sentían reconfortados y felices, no solo por lograr reparar la máquina, sino también, porque habían vivido una hermosa aventura, que guardarían por siempre en sus mentes y corazones.

Actividades complementarias

Vocabulario

¿Qué emociones identificaste en el cuento? ¿Cómo las definirías?



Elaboración propia, retomada de Vivas, Gellego y Gonzáles (2006)

¿En qué momentos se vio presente el cuidado?



| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| T | S | C | U | I | D | A | R | T | U | D |
| O | E | L | A | M | B | F | S | E | A | G |
| E | M | A | D | T | O | A | G | D | U | E |
| A | O | M | A | S | C | O | I | A | U | S |
| I | C | O | U | T | R | C | C | I | J | T |
| T | L | N | O | I | L | C | U | L | L | |
| A | O | A | M | L | D | I | R | O | Z | O |
| P | N | A | E | C | L | A | I | D | A | N |
| M | E | F | O | E | E | O | Ñ | N | P | A |
| E | S | B | F | X | S | I | R | A | M | R |



- PALABRAS:**
- EMOCIONES • FELICIDAD
 - CUIDAR • IRA
 - EMPATIA • ASCO
 - GESTIONAR • AMOR



Escribe un cuento con las palabras encontradas

Referentes bibliográficos

- Barcelona, U. d. (07 de octubre de 2019). *UNIBA*. Obtenido de UNIBA:
<https://www.unibarcelona.com/int/actualidad/noticias/que-es-la-educacion-emocional>
- Benito, P., Elices, J., Francia, M., y García, B. (s.f.). *Cómo promover la convivencia*. Madrid: Editorial CEPE.
- Castro, S. (13 de abril de 2023). *lepp*. Obtenido de lepp:
<https://www.iepp.es/introspeccion/>
- Luque, E. O. (s.f.). *Metacontratas*. Obtenido de Metacontratas:
<https://www.metacontratas.com/blog/gestion-emocional-que-es-y-para-que-sirve/#:~:text=La%20gesti%C3%B3n%20emocional%20se%20puede,ajustarlas%20a%20nuestra%20estabilidad%20mental>.
- Olvera, Y., Benjamin, D., & Alejandra, C. (2002). ¿Qué es la inteligencia emocional? En *Inteligencia emocional: Manual para profesionales en el ámbito industrial* (pág. 15). México D.F: Plazayvaldez.
- Ridao, A. F. (26 de abril de 2022). *psicopartner*. Obtenido de psicopartner:
<https://www.psicopartner.com/represion-de-las-emociones-que-es-consecuencias-y-que-hacer-%EF%BF%BC/#:~:text=La%20represi%C3%B3n%20emocional%20consiste%20en,acto%20bastante%20autom%C3%A1tico%20e%20inconsciente>.
- Rincón de la psicología. (s.f.). *Rincondelapsicologia* . Obtenido de Rincondelapsicologia : <https://rinconpsicologia.com/analfabetismo-emocional/>
- Ruano, T., y Barriopedro, M. I. (s.f.). *IMPACTO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL SOBRE LAS EMOCIONES EN EL ÁMBITO*. Madrid: Universidad Europea de Madrid.
- Sabana, U. d. (s.f.). *Unisabana*. Obtenido de Unisabana:
<https://www.unisabana.edu.co/portaldenoticias/al-dia/que-son-las-redes-de-apoyo-y-cuales-existen-en-colombia/>
- Uribe, A. R. (2016). Consideraciones acerca de las competencias socioemocionales. En A. Rendón Uribe, O. H. Cuadros Jimenes, B. H. Hernández Álvarez, D. C. Monterrosa Chávez, A. Holguín Higueta, L. M. Cano Vásquez, . . . A. M. Ortiz Rodas, *Competencias socioemocionales en el contexto escolar* (págs. 22-30). Antioquia: Universidad de Antioquia.

The image displays a grid of 24 educational cards, organized into three rows and eight columns. Each card contains a mix of text, illustrations, and interactive elements.

- Row 1:**
 - Card 1: Illustration of a man and a woman.
 - Card 2: Illustration of a man in a suit.
 - Card 3: Illustration of a man holding a sign.
 - Card 4: Solid pink background.
 - Card 5: Text and illustration of a person.
 - Card 6: Text and illustration of a person.
 - Card 7: Illustration of a person holding a sign.
 - Card 8: Illustration of feet.
- Row 2:**
 - Card 1: Text and illustration of a person.
 - Card 2: Illustration of a globe with arrows.
 - Card 3: Illustration of a person holding a sign.
 - Card 4: Illustration of a notebook and pen.
 - Card 5: Text and illustration of a person.
 - Card 6: Illustration of two people.
 - Card 7: Illustration of a group of people holding hands.
 - Card 8: Diagram of a triangle.
- Row 3:**
 - Card 1: Text and a grid for writing.
 - Card 2: A word search puzzle titled "SOPA DE LETRAS" with a list of words: PALABRAS: INOCENTE - FELICIDAD - DIBUJO - FAMA - EMPALMA - AZÚCAR - GUSTONIA - UNICA.
 - Card 3: Text and a grid for writing.
 - Card 4: Text and a grid for writing.
 - Card 5: Illustration of people under a mushroom.
 - Card 6: Empty grid.
 - Card 7: Empty grid.
 - Card 8: Empty grid.

Anexo h. Guía pedagógica para el uso del cuento



**GUÍA PEDAGÓGICA PARA
EL USO DEL CUENTO
"SOY PORQUE SOMOS"**

el cuento está pensado para
edades entre los 13 y 16 años.

**Debes tener en cuenta que en
el desarrollo del cuento vas a
encontrar:**



1. Algunas competencias personales (motivación de logro, adaptabilidad emocional y autoconciencia) y competencias sociales (comunicación asertiva, manejo de conflictos y empatía)
2. Conceptos como: Inteligencia emocional, educación emocional, gestión de emociones, analfabetismo emocional, introspección, represión de emociones, lenguaje no verbal, expresión corporal y redes de apoyo.

**Al finalizar el cuento podrás
hallar algunas propuestas de
actividades para abordar los
temas mencionados
anteriormente:**

- Preguntas de reflexión, que a su vez buscan que los/as NNA hagan memoria
- Una sopa de letras que pretende estimular la imaginación de los/as NNA.
- Se anexa la plantilla de un juego de mesa, con esta se busca que los/as NNA reflexionen sobre sus propias emociones y sus comportamientos.



El cuento está diseñado para
NNA entre 12 y 15 años.

Queda a disposición de cada docente el cómo hacer uso de estos elementos. Si lo desean, pueden variar preguntas sobre las actividades planteadas o diseñar nuevas dinámicas.



Anexo i. Enlace para acceso al cuento ilustrado

<https://acrobat.adobe.com/id/urn:aaid:sc:US:4aefb5bb-e9a5-40d9-b0f0-3e3c03cef593>