

VOCACIONES CIENTÍFICAS en integración
UNIVERSIDAD - ESCUELA - SOCIEDAD



PSICOLOGÍA PARA JÓVENES



López Vargas, Edna Rocío
Psicología para Jóvenes / Edna Rocío López Vargas, [y otros siete autores]; editores académicos Julián Ferreira Duarte; editores. Cañón Sánchez, Andrea Carolina; [y otros dos editores]. - Villavicencio, Universidad Santo Tomás, 2021.

60 páginas (Colección Vocaciones Científicas en Integración Universidad – Escuela - Sociedad).

Incluye referencias bibliográficas al final de cada capítulo

e-ISBN: 978-958-782-479-7

1. Orientación educativa 2. Orientación vocacional. 3. Psicología. 4. Identidad (Psicología) I. Ferreira Duarte, Julián David. II. Rodríguez Ordoñez, Carol Gisell. III. Medina López, Mariana. IV. Corredor Bonelo, Juan José. V. Pajón Rojas, Camila. VI. Silva Pregonero, Marly Yadira. VII. Mahecha González, Heidy Dayana. VIII. Universidad Santo Tomás (Colombia)

371.42 SCDD 23
CO-VIUST

Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación CRAI, Universidad Santo Tomás, Villavicencio.

**VOCACIONES CIENTÍFICAS EN INTEGRACIÓN
UNIVERSIDAD - ESCUELA - SOCIEDAD**

PSICOLOGÍA PARA JÓVENES

© Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio, 2021
Facultad de Psicología

© Edna Rocío López Vargas, Carol Gisell Rodríguez Ordoñez, Mariana Medina López, Juan José Corredor Bonelo, Julián Ferreira Duarte, Camila Pajón Rojas, Marly Yadira Silva Pregonero, Heidy Dayanna Mahecha González

© Julián Ferreira Duarte, Andrea Carolina Cañón, María Carolina Suárez S., Jorge Enrique Ramírez M. (editores académicos)

Ediciones USTA
Carrera 9 n.º 51-11
Bogotá, D. C., Colombia
Teléfono: (+571) 587 8797 ext. 2991
editorial@usantotomas.edu.co

Carrera 22 con calle 1 vía Puerto López
Villavicencio, Meta. Colombia
Teléfono: (57-8) 6784260, ext. 4077
coord.editorialvillavo@usantotomas.edu.co

<http://www.ediciones.usta.edu.co>
<https://www.ustavillavicencio.edu.co/investigacion-publicaciones>

**UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS,
SEDE DE VILLAVICENCIO
VICERRECTORÍA ACADÉMICA**

**DIRECTOR DIRECCIÓN INVESTIGACIÓN
E INNOVACIÓN**
Jorge Enrique Ramírez Martínez

COORDINACIÓN EDITORIAL
María Carolina Suárez Sandoval

CORRECCIÓN DE ESTILO
Juan Carlos Velásquez

DISEÑO DE COLECCIÓN Y CUBIERTA
Yully Paola Cortés Hernández

DIAGRAMACIÓN
Yully Paola Cortés Hernández

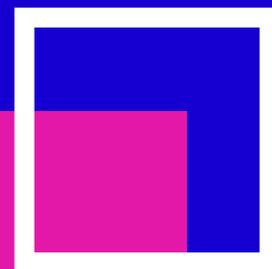
El material fotográfico es propiedad de la Universidad Santo Tomás, Sede de Villavicencio

Hecho el depósito que establece la ley
e-ISBN: 978-958-782-449-0
Primera edición, 2021

Esta obra tiene una versión de acceso abierto disponible en el Repositorio Institucional de la Universidad Santo Tomás:
<https://repository.usta.edu.co/>

Todos los derechos reservados
Se prohíbe la reproducción total o parcial de esta obra, por cualquier medio, sin la autorización previa por escrito de los titulares.

CONTENIDO



Glosario	4
Introducción	6
Objetivo.....	7
Acciones para promover por parte del docente orientador del taller	8
EJES TEMÁTICOS	
<i>Comprensiones sobre el género e identidad</i>	
TALLER 1.	
El género genera empatía	12
TALLER 2.	
Siendo yo	16
TALLER 3.	
Somos iguales, así nos digan lo contrario	20
EJES TEMÁTICOS	
<i>Autocuidado</i>	
TALLER 4.	
Conoce cómo cuidarte	26
TALLER 5.	
Propagandas hechas a la medida	30
TALLER 6.	
Cuido para ser cuidado	33
TALLER 7.	
Afrontando el dolor a vivir una pérdida	37
TALLER 8.	
Construyendo pautas de prevención y promoción en salud	41
EJES TEMÁTICOS	
<i>Aptitudes personales y profesionales</i>	
TALLER 9.	
¿Qué te apasiona?	46
TALLER 10.	
¿Quién quiero ser profesionalmente?	50
Referencias.....	55
Sobre los autores.....	57

GLOSARIO

A

ACTITUD: forma de ser y de actuar frente a diferentes situaciones.

ADOLESCENCIA: etapa del desarrollo en la cual se producen cambios físicos, psíquicos y sociales que se evidencian en el comportamiento del individuo.

APTITUD: capacidad para realizar determinada tarea, es una habilidad innata.

AUTOCONOCIMIENTO: es hacer una introspección para reconocer las diferentes características de uno mismo.

AUTOCUIDADO: capacidad de responsabilidad con uno mismo, a través de la observación del propio cuerpo y mente, que permite una acción rutinaria para prevenir o mejorar factores que nos puedan causar algún malestar o daño.

AUTORREFERENCIAL: la opinión que tiene una persona sobre sí misma.

B

BULLYING: acoso que se da de manera reiterativa y continúa en el tiempo hacia una persona.

C

CICLO VITAL: proceso de desarrollo humano en sus diferentes etapas, desde el nacimiento hasta la muerte.

COMPETENCIA: capacidad que tiene una persona para desarrollar y/o realizar una actividad con éxito.

CREENCIAS: constructo mental y explicativo que permite generar una idea o pensamiento argumentativo, frente a una vivencia, experiencia o realidad social que se intente comprender (puede tener bases científicas o culturales) por lo cual pueden ser aprendizajes o impuestas.

D

DEBATE REFLEXIVO: exponer las ideas y opiniones acerca de su experiencia como resultado del conocimiento adquirido previamente.

DESERCIÓN ESCOLAR: abandono escolar.

DUELO: experiencia de dolor o sufrimiento que todo ser humano vive a la pérdida de algo material, mascota o familiares, lo cual conlleva un proceso de aceptación a la realidad del acontecimiento, y a la vez puede ser una oportunidad de crecimiento emocional, racional y personal para las personas que son capaces de afrontar correctamente y, en ocasiones, sin ayuda de un profesional.

E

EJERCICIOS REFLEXIVOS: metodología práctica a nivel intrapsíquico, por la cual se promueve y generan espacios donde las personas pueden interconectar ideas previas, con ideas nuevas o aprendizajes, cuya finalidad son cambios a nivel de las posturas en las comprensiones de la realidad, resolución de problemas o manejo de situaciones de maneras emergentes.

EMPATÍA: es la tendencia natural a sentirse dentro de lo que se percibe o imagina. Tendencia que permite, en primer lugar, reconocer la existencia de otro (Wispé, 1987).

ESTEREOTIPOS: idea preconcebida que genera una valoración generalizada de una característica o rasgo de una persona, colectivo, objeto o realidad. Culturalmente se asocia con valoraciones positivas o negativas desde los marcos de creencias de las personas y los sistemas humanos donde están inmersos.

EXPRESIÓN DE GÉNERO: es la forma en que una persona se expresa en su entorno respecto a su género, como por ejemplo su forma de vestir (Romero y Forero, 2020).

G

GÉNERO: concepto taxonómico que permite clasificar, en este caso a un conjunto de personas con un sexo común, hablando del ser mujeres u hombres convergiendo en expresiones o conductas asociadas a un hacer masculino o femenino (Lamas, 2000).

H

HABILIDADES: la persona tiene ciertas características que le permiten llevar a cabo una acción.

HÁBITO: práctica de alguna actividad específica que realiza una persona en su diario vivir.

HETERORREFERENCIAL: evaluación o comparación del sujeto con aspectos externos.

HOLISMO: postura explicativa de la realidad que se fundamenta en la totalidad como el referente para interpretar, describir y comprender. Reconoce que los objetos de estudio pueden tener partes o conformarse de estas, pero su relevancia solo es válida cuando se da una globalidad y no una centralidad en las particularidades.

I

IDENTIDAD: constructo de rasgos y características que posee una persona que lo hace único y particular en razón a otros, desde una visión donde estos rasgos y características pueden transformarse, cambiar o extinguirse mediante las interacciones y vínculos que históricamente construyen las personas.

IDENTIDAD DE GÉNERO: sobre cómo una persona se siente respecto de sí misma, es decir, si se siente hombre o mujer, o ninguno de ellos (Romero y Forero, 2020).

J

JUICIO DE VALOR: expresión verbal que denota el análisis o valoración (positiva o negativa), basada en los marcos de creencias (moral y ética), de lo que puede ser concebido como correcto o incorrecto a nivel social por parte del emisor del juicio.

M

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS: son todos aquellos métodos para planificar y tener un control sobre la natalidad.

O

OCUPACIÓN: desempeño de una actividad u oficio particular realizado por una persona.

ORIENTACIÓN PROFESIONAL: formación académica a lo largo de su carrera profesional.

ORIENTACIÓN SEXUAL: capacidad de cada persona de sentir una profunda atracción emocional, afectiva y sexual por personas de un género diferente al suyo o de su mismo género, o de más de un género (Romero y Forero, 2020).

ORIENTACIÓN VOCACIONAL: guiar a la persona para que elija su profesión teniendo en cuenta sus aptitudes.

P

PÉRDIDA: desprendimiento de algo o alguien significativo que afecta el comportamiento y equilibrio emocional. La elaboración de una pérdida le permite a la persona equilibrar sus propios valores y significado de vida.

PREJUICIO: idea preconcebida en razón a una idea o realidad, de la cual no se tiene un referente que valide. Culturalmente se asocia con valoraciones negativas frente a los pensamientos u opiniones que parte del prejuicio.

PROCESO: transformación o elaboración de las fases o periodos en el que se somete el ser humano a su ritmo personal.

PROFESIÓN: empleo que generalmente requiere de un conocimiento especializado y formal para su ejecución

PROYECTO DE VIDA: plan de vida que elabora una persona y que contempla acciones en el orden personal, familiar, profesional y social.

R

ROL: Conjunto de funciones adjuntas a una persona en razón a una interacción social o sistema humano desde el cual se espera se cumplan ciertas acciones. Puede ser impuesta o asumida (por ejemplo: estudiante, docente, hijo, padre, entre otros).

S

SALUD: sentido de bienestar en las estructuras corporales, procesos fisiológicos y comportamientos del ser humano, considerado dentro de los límites aceptados como estado sano.

SENTIDO DE VIDA: consiste en encontrar un propósito asociado a la libertad y la motivación para generar los cambios necesarios para crear una realidad personal.

SEXO: clasificación o referente biológico, que permite diferenciar e identificar a un ser vivo a partir de sus órganos sexuales y carga genética (macho-hembra; masculino/femenina), partiendo de su función en el obrar reproductivo, y es asociada en los seres humanos con su rol y representación social o cultural de "género" (Lamas, 2000).

SEXUALIDAD: conjunto de características propias de cada individuo, donde se incluyen factores físicos, psicológicos y emocionales que configuran la personalidad de este.

T

TRABAJO: actividad productiva que realiza una persona y por la que se recompensa con un salario.



INTRODUCCIÓN

Este libro consta de 10 talleres desarrollados por estudiantes, egresados y docentes de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio, dirigidos a estudiantes de educación básica y media de diferentes instituciones educativas ubicadas en diversas regiones de Colombia.

Con este libro se busca que los niños, niñas y adolescentes de las regiones tengan un acercamiento a los núcleos problemáticos abordados en la facultad de psicología, los cuales tienen como objetivo:

- ▶ **LA RELACIÓN DEL HOMBRE CON EL MEDIO AMBIENTE:** la relación de adaptación a los contextos y el reconocimiento de su efecto en las realidades de manera ecológica y contextual.
- ▶ **LA EQUIDAD Y PARTICIPACIÓN SOCIAL:** reconocer al otro como un legítimo para la convivencia, en el marco de los derechos, la responsabilidad social y el bien común.
- ▶ **LA RELACIÓN ACADEMIA-SOCIEDAD:** dar cuenta de la construcción social del conocimiento, en el desarrollo de prácticas e investigaciones emprendedoras y con impacto social.

Con base en estos núcleos problemáticos, cada uno de los talleres presentados en este libro, se vincula con un espacio académico del plan de estudio del Programa de Psicología de la Universidad Santo Tomás.

De igual manera, cada taller tiene como fundamento metodológico la (investigación-acción) y para su estructuración la filosofía /cultura institucional de la USTA, con base en las cuatro dimensiones humanas desde: el comprender, hacer, obrar y comunicar.

De esta manera se comprende la investigación-acción como aquella que puede ser realizada por personas, grupos o colectivos a nivel científico o social. La cual se caracteriza por procurar el bienestar colectivo, proponer prácticas sociales reflexivas, donde convergen la teoría (saber) con el hacer (obrar), estableciendo cambios favorecedores en pro de las situaciones estudiadas o investigadas. De esta manera, el investigador asume un rol de agente de cambio, desde ser participe en la formulación, pero también en la implementación a nivel investigativo (Restrepo 2002).

En razón a las temáticas plasmadas en cada uno de los talleres, reconocemos las bondades que tienen los objetivos de desarrollo sostenible (ODS) propuestos por las Naciones Unidas y los focos temáticos de la Misión Internacional de Sabios Colombia.

OBJETIVO

Con esta iniciativa se procura promover un acercamiento de estudiantes de educación básica y media en razón a la disciplina de la psicología, desde el reconocimiento de los procesos psíquicos, comportamentales, de aprendizaje y relacionales, entre otros; frente a ejes temáticos tales como los ciclos vitales, la salud física y mental, el autocuidado, la construcción identitaria de los jóvenes, el construir relaciones entre pares sociales asertivas y basadas en la comunicación.

Procurando con este documento y las actividades propuestas, identificar y construir nuevas comprensiones o juicios de valor, frente a diversas temáticas que pueden estar afectando a los participantes a nivel de sus autoesquemas (autoestima, autoimagen, autoconcepto y autoeficacia).

Todo esto, desde construir y promover la generación de espacios de aprendizaje y diálogo frente a 10 temas que parten de comunicar un saber, proponer una situación o ejercicio práctico, generar o procurar ejercicios o posturas reflexivas, y finalmente promulgar un producto o acción para comunicar o compartir lo aprendido en el encuentro de manera individual o colectiva, según sea el caso.

Con los talleres se busca:

- ≈ Reconocer las habilidades duras y blandas de los diferentes participantes.
- ≈ Reconocer los marcos de creencias en razón al ser hombre y mujer en los diferentes contextos y sistemas humanos donde están inmersos.
- ≈ Construir y estructurar desde los intereses y motivaciones personales una perspectiva de vida frente a las esferas personales, relacionales, académicas y profesionales de los diferentes participantes en los talleres.

Es desde estas propuestas como equipo de trabajo, que se han postulado los siguientes factores para tener en cuenta en la totalidad de los talleres que contiene este libro:



ACCIONES PARA PROMOVER POR PARTE DEL DOCENTE ORIENTADOR DEL TALLER

- ℞ Se invita a que el docente orientador procure asumir posturas de apertura al diálogo, no se caracterice por ser impositivo, teniendo en cuenta que se trabajará con población en el ciclo vital de la infancia, adolescencia y juventud.
- ℞ Evite caer en prejuicios, pues pueden limitar la interacción y participación de los niños, y en especial con los jóvenes.
- ℞ Promover el reconocimiento de aptitudes que demuestren o expresen los participantes en las diferentes actividades.
- ℞ Procurar no darle una mayor relevancia a ciertas competencias que el docente orientador crea que deberían tener los participantes, en razón a que todas deben ser reconocidas y validadas tanto por el docente como por otros participantes.
- ℞ Dialogar frente a posibles prejuicios, estereotipos de género (comprendiéndolos como esas ideas preconcebidas que se generan frente a la construcción social de género de una persona o grupo), acciones discriminatorias, ni de indiferencia ante acciones de agresión o vulneración a nivel de comentarios o comportamientos.
- ℞ Dialogar frente a la expresión de juicios de valor (expresiones verbales que denotan valoraciones de lo correcto o incorrecto a nivel cognitivo o comportamental en la sociedad) frente a respuestas valoradas como negativas, promover la participación, pero no partir de comparar las participaciones de los estudiantes.
- ℞ El orientador puede buscar moverse por todo el espacio físico asignado para el desarrollo de los talleres.
- ℞ Evitar compartir un mayor tiempo con uno o algunos grupos e invisibilizar a uno u otros grupos.
- ℞ Se propone no generar posturas de rechazo ante estudiantes que muestren desinterés o actitudes pasivas frente a la actividad.
- ℞ Generar un espacio de trabajo basado en el diálogo y respeto, los cuales pueden movilizar la interacción y participación de los estudiantes.

De igual manera, se propone que el docente orientador lea y converse con los participantes las siguientes normas y compromisos de convivencia para el desarrollo de cada uno de los talleres:

- El taller estará mediado por el respeto hacia el otro, de su opinión y expresión.
- Brindar un cuidado, desde la ayuda recíproca y el respeto ante las opiniones de otros participantes.
- Trabajar en equipo y evitar entrar en confrontaciones verbales ante opiniones o comentarios.
- Se promoverá la participación por parte de los estudiantes (sin embargo, en algunos talleres se podrán plantear, según los objetivos o posturas del grupo, que la participación es voluntaria),
- Se promoverá la escucha activa de todos los asistentes (estudiantes, profesionales e invitados),
- En los momentos que se requiera, se propondrá pedir la palabra, y de igual manera se esperará el turno para hablar.
- Se intentará cuidar y mantener en lo esperado la confidencialidad de las experiencias particulares expresadas en el desarrollo de las actividades.

EJES TEMÁTICOS

Ciclo vital

COMPRESIONES SOBRE EL GÉNERO E IDENTIDAD

- ▶ *El género genera empatía*
- ▶ *Siendo yo*
- ▶ *Somos iguales, así nos digan lo contrario*

APTITUDES PERSONALES Y PROFESIONALES

- ▶ *¿Quién quiero ser profesionalmente?*
- ▶ *¿Qué te apasiona?*

AUTOCUIDADO

- ▶ *Conoce cómo cuidarte*
- ▶ *Propagandas hechas a la medida*
- ▶ *Cuido para ser cuidado*
- ▶ *Enfrentando el dolor a vivir una pérdida*
- ▶ *Construyendo pautas de prevención y promoción en salud*



x x x x x
x x x x x
x x x x x

Psicopatología





**EJE
TEMÁTICO**

COMPRESIONES SOBRE EL GÉNERO E IDENTIDAD

- ▶ **TALLER 1.
EL GÉNERO GENERA EMPATÍA**
- ▶ **TALLER 2.
SIENDO YO**
- ▶ **TALLER 3.
SOMOS IGUALES, ASÍ NOS DIGAN
LO CONTRARIO**

AUTORES

Edna Rocío López Vargas, Carol
Gisell Rodríguez Ordoñez,
Mariana Medina López, Juan José
Corredor Bonelo

TALLER 1. EL GÉNERO GENERA EMPATÍA

Introducción

Desde la “Cartilla Género” del Ministerio de Justicia Colombiano, formulada en el año 2014, se propone que, en el marco del accionar de las prácticas comunitarias asociadas a transmisiones culturales, se han propiciado estereotipos a nivel cultural y familiar, los cuales están dirigidos hacia la concepción del género desde posturas negativas que naturalizan la discriminación y la formulación de juicios de valor deficitarios hacia las personas que no encajan o se identifican con los propuestos de género culturalmente aceptados.

Siendo necesario una reformulación y un trabajo donde se abordan aspectos como “estereotipos de género” y “roles de género”, con el fin de lograr construir y generar comprensiones más amplias y que se minimice su inadecuada aplicación.

A continuación, se presenta la propuesta de un taller con estrategias pedagógicas y didácticas dirigidas a la construcción de una sociedad igualitaria, de respeto por la diferencia y el reconocimiento del otro desde el aula y la comunidad educativa.

► OBJETIVO

Generar sensibilización y transformación frente a escenarios de discriminación ante la libre expresión del género en los estudiantes de las instituciones educativas.

Relevancia del tema por tratar

El ejercicio dirige estrategias pedagógicas hacia la desnaturalización de las comprensiones discriminatorias cotidianas y culturales que se han asumido frente a las diferentes expresiones del género y de sus dinámicas. El ejercicio promueve la reflexión y la crítica frente a los estereotipos anclados en las comprensiones cognitivas y relacionales.

Fenómenos como las violencias basadas en género no solo afectan a la mujer, afecta a su familia, a su círculo social y por consiguiente a nuestra niñez, de ahí la importancia de llevar esta información a los colegios, a los niños, pues las cifras de discapacidad y muertes por Violencia Basada en el Género (VBG) es elevada, además se evidencia que han sido perpetradas muchas veces por personas muy cercanas (Ávila, 2007). Continuar sin cambiar estas tipificaciones, es profundizar en la desigualdad, la exclusión, la pobreza y la ignorancia en las sociedades contemporáneas.

Metodología

Para el desarrollo del taller se contemplan 4 momentos, en los cuales los participantes podrán conocer la información y actividades que suscita la actividad, como también las diversas etapas en las que se ve inmerso para la generación de espacios reflexivos, los cuales se postulan a continuación.



Género y empatía



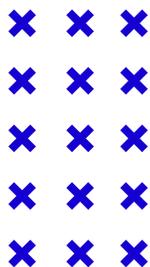
90 minutos



6º a 11º



Psicología General (I semestre)



MATERIALES:

1. Piezas comunicativas
2. Computador
3. Conexión a internet
4. Micrófono



Repartición del tiempo

Se estima que cada uno de los momentos y actividades puede extenderse hasta 20 minutos como máximo.

- ▶ **MOMENTO 1: INTRODUCCIÓN** (5-10 minutos).
- ▶ **MOMENTO 2: EJECUCIÓN DE ACTIVIDAD** (20-30 minutos).
- ▶ **MOMENTO 3: INICIOS DE CUESTIONAMIENTO** (20-30 minutos).
- ▶ **MOMENTO 4: REFLEXIÓN, RETROALIMENTACIÓN Y CONCIENCIACIÓN** (20 minutos).

Ver nota 1

entre 2 a 5 pueden tomar el rol de actores y los demás serán espectadores, que aportarán desde su perspectiva externa frente a la situación que perciben.

El docente orientador se encargará de seleccionar el tema abordado al darle el papel por desarrollar a uno de los participantes (actor agredido o facilitador ante la persona agredida), y a partir de esto, se organizará el escenario para que se pueda escuchar y visualizar principalmente a los actores, mientras los demás se concentran en observar la situación y generan una posible solución.

Descripción del escenario de aplicación

- ≈ Escenario presencial (aula de clase).
- ≈ Escenario virtual (a través de plataformas como Meet o Zoom desde el hogar de cada uno de los participantes).

Guión de aplicación

La implementación de la actividad será guiada por la mención de temas esenciales que generan diferentes reflexiones y situaciones estructurales de discriminación.

Descripción de la actividad

Video introductorio de la película "Chucky 1", donde se visualizan escenas de confusión ante la expresión e identificación de género. *Ver nota 2*

Organización de los participantes

Cada grupo puede estar conformado desde 5 hasta 20 estudiantes, entre los cuales

Nota 1: sin embargo, la elección de los ejemplos y la participación estudiantil es la que determina si se llega hasta este tope de tiempo, o si se aplica en lapsos más breves y comunes (45-60 minutos).

Nota 2: Nota: en caso de no poder acceder al video mencionado, se podría usar un caso de la vida real, o una historia (cuento o libro) donde se presente una situación o evento donde no haya claridad frente a la expresión de género de una persona.

**A través de la actuación
de los participantes
como personas
con orientaciones
sexual o identidades
de género diversas,
que se enfrentan a
escenarios cotidianos
discriminatorios
e injustos...**

Nota 3: las principales situaciones que se sugieren simular pertenecen a contextos cotidianos y podrían ser: situación de *bullying* por la libre expresión de género en el colegio, discriminación por una orientación sexual diversa, por ejemplo, exclusiones en el ámbito legal a parejas LGBTQ+, expresiones y manifestaciones despectivas que son normalizadas por grupos y también mitos y estereotipos tradicionales que obstruyen el desarrollo como persona, recordar que estas son sugerencias y el docente orientador puede implementar ejemplos que sean más pertinentes para su contexto inmediato y las necesidades de este.

Juego de roles

Esta actividad busca generar sensibilización a través de la actuación de los participantes como personas con orientaciones sexual o identidades de género diversas, que se enfrentan a escenarios cotidianos discriminatorios e injustos (insultos, agresiones físicas, verbales, vulneración de derechos "libertad de expresión", o libertad de circulación en espacios públicos), de manera conjunta se debe identificar la situación, el problema actual y la solución. Este escenario será postulado por el instructor o guía encargado del taller, el cual realizará la aplicación en un grupo dividido entre algunos miembros que actúan, y los demás postulan soluciones frente al escenario representado teatralmente.

Primer momento

Se realiza una breve introducción de los conceptos de sexo/género y sus diferencias, además de brindar un espacio para solventar inquietudes frente a los conceptos expuestos.

A continuación, se realiza un juego de roles con la participación de 2 actores, el primero se encarga de representar una situación que simula una dificultad o problema; el segundo debe intentar ayudarlo a superar dicha situación.

Segundo momento

Una vez elegidos los participantes, se lee la situación problema elegida por el encargado mencionado previamente para su representación, esta será específica, sin embargo, la actuación del participante puede otorgar elementos adicionales que enriquecen el ejercicio, de esta forma se crea el escenario (será orientada en cuestiones de estereotipos, prejuicios

o algún tipo de discriminación basada en género) para que el actor con la situación problema la interprete y el actor solución intente ayudarlo. **Ver nota 3**

A continuación, un ejemplo específico:

Edju es una mujer responsable y trabajadora que junto a su esposa Magi quiere adoptar un niño, pero las barreras que ha encontrado para hacerlo por su orientación sexual no le han permitido conformar la familia nuclear que ella desea. ¿Cómo podríamos ayudar a Edju y Magi?

Se analizan las acciones propuestas y su eficacia para la solución del problema, se escuchan sugerencias de los demás participantes que no son actores, indicando qué otro tipo de acciones se podrían realizar para erradicar el problema.

Tercer momento

Una vez realizado un trabajo conjunto por múltiples participantes con el fin de solventar la situación del actor problema, se genera un espacio reflexivo de diálogo en el que se analiza la situación que atravesó dicho sujeto por expresar libremente su género o su orientación sexual.

El docente encargado de la actividad inicia generando preguntas que busquen propagar la duda acerca de la igualdad de género, como por ejemplo: ¿Qué tan justos y respetuosos somos con lo que se nos hace diferente? ¿Qué significa que no tenga mis mismas costumbres ni tradiciones? ¿Si fuese yo el que estuviese en esa situación, qué haría? ¿De qué manera puedo ayudar a las personas que, sin cometer malos actos, se ven involucradas en problemas de este tipo? ¿Cómo puedo contribuir a que el respeto por TODOS sea algo normal?

Cuarto momento

Una vez resueltas o dialogadas en su mayoría las preguntas, se da un breve periodo de explicación donde se problematiza la situación de múltiples personas, que a partir de su expresión de género se ven envueltas en problemas de manera injusta, destacando la responsabilidad de todos como sociedad para poder disminuir, e inclusive eliminar, estos actos a partir de nuestras acciones valiosas y orientadas al cambio.

Por último, se realiza una retroalimentación de la actividad con los participantes por medio de preguntas abiertas, se agradece por su colaboración y participación y se culmina.

Cierre de actividad

Recomendamos replicar el juego de roles del taller durante una izada de bandera, pues se hace necesario generar mayor impacto en toda la población escolar, de esta manera se visibiliza y se profundiza más en esta problemática.

De manera complementaria, este taller se relaciona con el espacio académico: "Paz y Conflicto", debido a que surge como un reconocimiento de escenarios conflictivos frente a sujetos inmersos en una cotidianidad pacífica a los cuales se les priva de

vivir y expresarse en paz, por ende, resulta importante compartir la participación de este taller en espacios académicos, para que de forma simultánea se vincule a otras materias a las que pueda contribuir con elementos de formación humana y respeto ante la sociedad contemporánea, como también de comprensión frente a la diversidad.

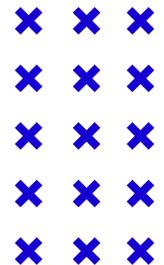
Sistematización de los ejercicios

Se sugiere recoger los principales comentarios, opiniones, comprensiones que manifiestan los jóvenes acerca de los temas y situaciones planteadas desde construir una bitácora o un documento donde se registren las experiencias del taller.

Referencias

- Ávila, M. (2007). Violencia basada en género: un problema de salud pública. *Acta Médica Costarricense*, 49(4), 178-179.
- Romero, T. y Forero, K. (2020). *Cartilla Género*. Ministerio de Justicia de Colombia. <https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/conexion-justicia/Documents/caja-herramientas-genero/Cartilla%20Género%20final.pdf>

Recomendamos replicar el juego de roles del taller durante una izada de bandera, pues se hace necesario generar mayor impacto en toda la población escolar, de esta manera se visibiliza y se profundiza más en esta problemática.



AUTOR

Julián Ferreira Duarte.

TALLER 2. SIENDO YO

Introducción

ERVING GOFFMAN (1922-1982)

Desde los abordajes multidisciplinares, Goffman plantea una visión relacional de la construcción identitaria de las personas, las cuales parten de comprender que, como seres humanos estamos inmersos en diferentes interacciones en las cuales asumimos algunos roles sociales, y estos están mediados, en gran escala, por los acuerdos implícitos y explícitos que dictaminan los diferentes contextos donde nos desenvolvemos.

De esta manera, la identidad puede postularse como un control de nuestros comportamientos o capacidad de adaptación a una diversidad de situaciones, siendo estas experiencias las que nos permiten aprender y generar cambios en nuestros rasgos o posturas relacionales, siendo un sello característico (único) que, al vernos enfrentados a nuevas interacciones, procuramos generar cambios o adaptaciones (Goffman, 1963).

que en los últimos años es considerado como un momento vital de reconocimiento frente a las personas que deseamos ser, y cómo desde nuestras relaciones comenzamos a construir una estructura cultural y personal de nuestros gustos y acciones (Díaz, 2006).

Con este taller se busca construir una capacidad reflexiva, conectarse con las emociones y asumir una postura de gratitud ante esas personas que nos apoyan y brindan recursos para alcanzar nuestras metas y objetivos.

Metodología.

Momentos del encuentro

- ▶ **APERTURA** (primer momento) (10 minutos).
- ▶ **INTRODUCCIÓN** (segundo momento) (5 a 10 minutos).
- ▶ **TERCER MOMENTO** (20 minutos).
- ▶ **ESCENARIO REFLEXIVO** (10 minutos).
- ▶ **CUARTO MOMENTO** (20 minutos).
- ▶ **CIERRE** (5 a 10 minutos).

Descripción del escenario de aplicación

Salón de clase o un lugar a cielo abierto, donde los estudiantes puedan apoyar el pliego de papel para escribir o dibujar.

Ver nota 1

Organización de los participantes

Trabajo en grupos (4 personas).



Identidad en adolescentes desde los marcos de creencias frente a su cultura familiar



90 minutos



6º a 9º



Teorías Psicológicas I (VI y VII semestre)

Nota 1: el lugar debe permitir que los grupos se puedan diferenciar, tengan una distancia de mínimo 2 metros entre grupo y grupo; que sea un lugar donde se pueda dialogar y no haya un ruido constante que provenga del exterior.

Si se opta por el segundo escenario se debe tener en cuenta que puede llover o hacer mucho sol, y esto podría afectar el desarrollo de la actividad.

► PROPÓSITO

Reconocer y construir una visión sobre la identidad de los adolescentes frente a sus legados familiares.

Relevancia del tema por tratar

El ciclo vital de la adolescencia ha comenzado a ser visto no solo como un momento de tránsito entre la niñez y la adultez, sino

MATERIALES

- Una copia de la guía del taller
- Pliegos de papel (una por cada 4 participantes)
- Marcadores (diferentes colores, mínimo dos por cada participante)
- Se puede requerir una mesa (una por cada 4 participantes)
- Sillas (una por cada participante)
- Lápices, esferos, borrador

Guion de aplicación

Apertura (primer momento)

El docente orientador asumirá su rol en pro de organizar al grupo de estudiantes en cuartetos, y les pedirá que tomen distancia entre uno y otro grupo, con la intención de poder visualizar y diferenciar a cada integrante. Partiendo de que todos logren escuchar las instrucciones y se facilite la entrega de los materiales.

Introducción (segundo momento)

El docente se ubicará estratégicamente en el medio de todos los grupos, se pondrá a llamar la atención de los participantes e iniciará contándoles el nombre de la actividad. Se hace una introducción del tema de la adolescencia partiendo de las particularidades que ha tenido históricamente el ser humano, de la necesidad que tenemos de ser reconocidos por otros y de ser aceptados por nuestros referentes sociales (familia, amigos, pareja); por lo cual, para este taller los adolescentes puede ser comprendidos como una caracterización de las personas con base en sus propias definiciones, a partir de las diferencias y singularidades (Díaz, 2006) por generar una visión holista de su ser social, psíquico, cultural y biológico, pero además caracterizado por los roles que asumen como hijos, amigos, hombres o mujeres, estudiantes o trabajadores y muchos más.

El docente orientador propone una participación por parte de los estudiantes, donde logren conectarse con el tema escuchando y compartiendo sus recuerdos de la adolescencia, generando una conexión, y tal vez se logre que los estudiantes se movilen exponiendo sus visiones.

De igual manera, se propone escuchar las vivencias y percepciones desde lo valorado como positivo o negativo.

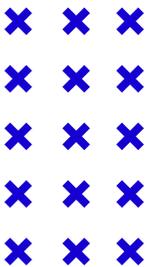
De esta manera el docente podrá identificar las comprensiones que a nivel individual o colectivo poseen los estudiantes frente a identificarse como adolescentes, estar viviendo este ciclo vital y tal vez indagar en razón a si el rol social como adolescentes es elegido o impuesto.

Tercer momento

Se entrega a cada grupo, por estudiante, un pliego de papel y dos marcadores (de diferente color). Se solicita que doblen el papel, de forma que queden 4 cuadrículas marcadas o señaladas (dos veces por la mitad). Cada cuadrícula le corresponderá a un estudiante. En este espacio se espera que hagan 2 actividades, por lo cual debe hacerse explícito que traten de ocupar el menor espacio posible para la primera actividad.

Se pide a los estudiantes que piensen en las siguientes preguntas y las comparten con su grupo.

- ≈ ¿Cuál es mi nombre? ¿Cuál es mi edad? ¿Cuál es mi música favorita?
- ≈ ¿Cómo está compuesta mi familia? ¿En el colegio, a quiénes considero como amigos? ¿En dónde viven, con qué personas de su edad comparten su tiempo libre?
- ≈ ¿El mejor recuerdo de mi infancia es...? ¿El mejor viaje que he hecho con mi familia es...? ¿El mejor recuerdo que tengo en el colegio es...?
- ≈ ¿Lo que más me gusta de mi familia es...? ¿Lo más fácil de ser hombre o mujer es...? ¿Lo más difícil de ser hombre o mujer es...? (Las últimas dos preguntas, dependiendo si es hombre o mujer).





≈ ¿Cómo me gustaría ser? ¿Qué es lo que menos me gusta de mí? ¿Qué es lo que más me gusta de mí? (Las últimas dos preguntas pueden partir del aspecto físico, de su forma de ser, de su forma de pensar, de una acción o hobby que tengan). Se valorará la creatividad que tengan para construir su respuesta.

≈ Desde generar una valoración positiva se promoverá que los integrantes del grupo compartan la forma como ven a los diferentes integrantes, por lo cual podrán responder lo siguiente: “Yo pienso o creo que eres una persona...”, “lo

que más valoro de ti es...”, “mi mejor recuerdo contigo es...”, “me gustaría compartir o hacer esta actividad contigo...”.

≈ En el caso en que los estudiantes no se conozcan entre sí, pueden usar las respuestas anteriores para construir las suyas. **Ver nota 2**

Esta parte de la actividad culmina cuando cada estudiante en su cuadrícula escribe un mensaje que promueva su desarrollo personal y se proponga una meta. Se debe cuidar que los compañeros no rayen la cuadrícula de otros o que dañen los pliegos de otros grupos.

Nota 2: el docente orientador deberá estar pendiente de que se respeten los acuerdos previos, y que los estudiantes procuren referirse con respeto entre ellos. En especial en la última parte.

Escenario reflexivo

Hasta este punto se pueden asumir dos caminos: el primero es dialogar con los participantes frente a su sentir entre la visión que cada uno tiene de sí mismo y la visión que sus compañeros tienen de ellos. (Se debe procurar no caer en un nivel de describir lo que contestaron, sino acompañar a los estudiantes a conectarse emocionalmente, se puede recurrir a identificar las emociones básicas y proponer conectarlas con el evento narrado, vivido o racionalmente entre sí).

El segundo puede ser generar un conversatorio partiendo de algunos casos que hayan visto significativos (tanto el docente orientador, como los estudiantes), y exponer la relevancia que pueden tener las visiones coherentes sobre quiénes somos, y cómo otras personas nos ven como una muestra

de nuestro ser y aprendizaje constante por ser mejores personas holísticamente, y poder generar posturas más positivas en los casos en que las posturas personales se centren o partan desde el déficit.

Cuarto momento

Con base en el cierre del escenario reflexivo, se propone que cada estudiante anote en el espacio de su cuadrícula 3 personas que considere importantes (familiares, amigos, pareja, entre otros).

Posteriormente se conecta uno de los aspectos positivos que pensó con una de las personas (el factor de conexión puede ser lo que vea en esa persona o la relación que han construido, también puede ser aquello que le ha enseñado o hablado), haciendo así una conexión entre cada persona y uno o más de esos aspectos.

Posteriormente pensará en los aspectos que le gustaría cambiar, y pondrá a tres personas con las cuales puede buscar un apoyo o dialogar para mejorar o darle un nuevo significado.

Una vez hayan finalizado, se solicita que con lápices diseñen o dibujen un símbolo con el cual se identifiquen (como han escrito con marcadores, el dibujo no ocultara las palabras. Sin embargo, se debe pedir a los estudiantes que si esto ocurre intenten sobreponer el dibujo lo menos posible).

Si el grupo lo permite, podrían construir un dibujo de manera colectiva teniendo las mismas premisas de no cubrir en su totalidad lo escrito en la primera y segunda parte. Partiendo de que es una metáfora de la identidad y de cómo esta se co-construye con otros (esta metodología toma relevancia siempre y cuando se construya y genere una lectura relacional de la construcción identitaria).

Cierre de la actividad

Cuando la mayoría de los grupos hayan culminado o falten 15 minutos para el cierre del taller, se recogerán las visiones y comprensiones de los estudiantes y, teniendo como base la experiencia del escenario reflexivo, se podrá intentar que si no lo han hecho expongan su visión o comprensiones frente a lo trabajado y dialogado durante este encuentro, y si ya lo habían hecho, entonces profundizar más.

Se propondrán dos niveles de transmisión y compartir aprendizajes, el primero es poner en marcha esos cambios deseados frente a esos aspectos no tan positivos, y permitirse dialogar o compartir con ese referente relacional (compañeros de clase, los cuales son comprendidos como modelos comportamentales o de aspectos identitarios que se desean poseer), para conocer su visión al respecto.

El segundo es construir un mensaje para cada una de las personas que anotaron como referentes, y desde el agradecimiento reconocer cómo esas personas las han apoyado, y tratar de ser referentes para otros, brindando una ayuda a personas que tal vez se sientan atrapadas en este ciclo vital. Poder replicar esta actividad con ellos o generar un tiempo para acompañar a otros desde el compartir tiempo, desde el brindar una palabra o el apoyar a otros que lo necesiten.

Sistematización del ejercicio

Desde la metodología de salvaguardar la confidencialidad, el no tener un registro visual o de audio del encuentro, la sistematización de la información puede plantearse en razón a generar por parte del orientador del taller un informe donde de manera general se registre: el nombre de

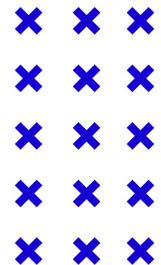
la actividad, el objetivo, el número de asistentes, los estudiantes o invitados que no asistieron para tenerlos presentes y hacer un resumen de los hallazgos o comprensiones construidas por el grupo durante el desarrollo del encuentro. De igual manera, este documento debe ser confidencial y guardado en un lugar donde se almacenen trabajos o entregas académicas del curso (de manera física o digital).

Relevancia del tema abordado

La temática abordada en este taller se conecta con los núcleos problémicos del Programa de Psicología de la Universidad Santo Tomás. En razón a reconocer a los sistemas familiares como un ente de regulación y de aprendizaje constante de las personas, basados en nuestros comportamientos, pautas interaccionales, marcos de creencias y la forma como construimos o nos proponemos objetivos o proyectos de vida desde nuestros intereses, motivaciones o deseos familiares. De esta manera, reconocemos quiénes somos a nivel identitario y así poder fortalecer esta construcción social. Cada persona podrá desarrollar sus habilidades, adquirir nuevos hábitos y discernir frente a ciertos prejuicios o pensamientos que lo pueden estar limitando para alcanzar su potencial individual y social.

Referencias

- Díaz, J. (2006). Identidad, adolescencia y cultura. Jóvenes secundarios en un contexto regional. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 11(29), 431-457.
- Goffman, E. (1963). *Estigma, la identidad deteriorada*. Amorrortu Editores.



AUTOR

Julián Ferreira Duarte.

TALLER 3.

SOMOS IGUALES, ASÍ NOS DIGAN LO CONTRARIO

Introducción

ESTER BARBERÁ es una psicóloga que ha centrado su trabajo en comprender el concepto de género desde una visión holística y ecológica. Siendo su referente la gran incidencia que tiene la cultura en las acciones y tareas que le son asignadas socialmente a las personas en razón a ser (hombre/mujer), y bajo estas comprensiones, Ester procura analizar y describir cómo el género en muchas ocasiones dirige y redirecciona nuestro SELF o identidad, hasta el punto de construirnos y desarrollarnos alrededor de quiénes somos y quiénes queremos ser, a nivel de ser hombres o mujeres, y más aún, bajo lo comprendido como masculino o femenino, frente a nuestro comportamiento o accionar (Barberá, 1998).

Por lo tanto, desde las nuevas comprensiones y posturas del género no binario se constituye un postulado de primero soy persona y puedo ir construyéndome en razón a las relaciones que constituyo. Desde esta autora el género no binario puede ser comprendido como el romper la polaridad semántica donde se encasillaba o reducía a solo dos rasgos u opciones (hombre/mujer) la identidad de género, la cual desde posturas contemporáneas se han generado combinaciones más flexibles, donde los roles, funciones y tareas relacionales pueden ser compartidas no centrándose en los postulados de ser hombre o mujer.

► PROPÓSITO

Generar comprensiones y reflexiones sobre los estereotipos de género en los diferentes ciclos vitales de las personas.

Relevancia del tema por tratar

ESTEREOTIPO: se comprende como una “visión generalizada o una preconcepción sobre los atributos o características de los miembros de un grupo en particular, o sobre los roles que tales miembros deben cumplir” (Lacrapette; 2014 p. 197).

GÉNERO: se comprende como los atributos sociales y comportamentales asignados a las personas con base en su biología y sexualidad, que permite establecer sus relaciones sociales sobre lo culturalmente aceptado o permitido para cada persona desde una tradición, o comportamiento, o tareas asignadas” (Cook y Cusack, 2009).

Metodología. Momentos del encuentro

- **APERTURA** (primer momento) (15 minutos).
- **SEGUNDO MOMENTO** (20 minutos).
- **REFLEXIÓN** (15 minutos).
- **TERCER MOMENTO** (20 minutos).
- **CIERRE** (15 minutos).



Igualdad de género



90 minutos



4º a 9º



CFI - Estudios de Género y Sexualidad Humana



MATERIALES

- Anexo 1 (uno por grupo)
- Anexo 2 (uno por grupo)
- Esfero rojo y azul (un par por grupo)

Descripción del escenario de aplicación

- ▶ Salón de clase.
- ▶ Se puede optar por un lugar a cielo abierto, donde los estudiantes puedan apoyar los anexos. **Ver nota 1**

Organización de los participantes

Grupos de 4 personas. **Ver nota 2**

Guion de aplicación

El orientador del taller asumirá su rol en pro de organizar al grupo de estudiantes en cuartetos, y les pedirá que tomen distancia entre uno y otro grupo, con la intención de poder visualizar y diferenciar a los integrantes. Partiendo de que todos logren escuchar las instrucciones y se facilite la entrega de los materiales.

Apertura (primer momento)

El docente orientador se ubicará estratégicamente en el medio de todos los grupos, se dispondrá a llamar la atención de los participantes, e iniciará contándoles el nombre de la actividad: “Somos iguales, así nos digan lo contrario”, hará una introducción del tema frente a cómo comprender el género y las concepciones frente a los estereotipos de ser hombre o mujer (se debe tener presente la edad de los participantes y evitar el uso de palabras técnicas o confusas), desde esta premisa se puede co-construir las comprensiones junto con los participantes, partiendo de definir las palabras niño/niña, adolescente, joven y hombre/mujer.

Aprovechando que los grupos ya están organizados, se le entregará a cada uno el “Anexo 1”, junto con un esfero azul y rojo.

Ver nota 3

Segundo momento

Posteriormente se les dará la siguiente instrucción: por favor, por grupo, intenten diligenciar el formato que se les entregó, partiendo de que debe ser una respuesta dialogada y construida por el grupo. **Ver nota 4**

Se les dará 20 minutos para que diligencien el “Anexo 1”, posteriormente se pedirá que intercambien las hojas entre los grupos, con la finalidad de que al terminar la lectura nuevamente intercambien el documento con un nuevo grupo, generando que todos al finalizar hayan leído los “Anexo 1” de sus compañeros. Una vez todos los grupos hayan leído los anexos, estos regresarán al grupo de origen.

Reflexión

Tras esta acción, el encargado de la actividad recogerá las opiniones o reflexiones que se hayan generado tras el ejercicio y la lectura de los diferentes grupos (manteniendo siempre el respeto y el valorar los escritos de sus compañeros).

Tercer momento

Se pedirá que los grupos se reorganicen cambiando en su totalidad los integrantes, y manteniendo como máximo 4 por grupo. Una vez se hayan organizado, se hará entrega del “Anexo 2”, repitiendo el ejercicio de la primera escena.

Como este anexo está más orientado a los contextos escolares, familiares y comunitarios, la idea es que se dialogue como grupo, e incluso si otro docente o director de curso está presente, pueda ser partícipe de las reflexiones y posturas actitudinales frente a cambios en las dinámicas de grupo y aportes a la cultura o visiones acerca de ser hombres o mujeres en diferentes contextos.

Nota 1: el lugar debe permitir que los grupos se puedan diferenciar, que tengan una distancia de mínimo 2 metros entre grupo y grupo, debe ser un lugar donde se pueda dialogar y no haya un ruido constante que provenga del exterior. Si se opta por el segundo escenario, se debe tener en cuenta que puede llover o hacer mucho sol, y esto podría afectar el desarrollo de la actividad.

Nota 2: procurar que no se construyan más de 8 grupos.

Nota 3: se pedirá que marque el anexo 1 con un *nickname* o una figura para identificarla posteriormente.

Nota 4: se debe tener presente que puede haber grupos conformado por solo hombres o mujeres, o también por ambos géneros, esta caracterización no tiene ninguna dificultad, e incluso, los grupos mixtos pueden enriquecer el ejercicio.

ANEXO 1

Nickname: _____

Por favor marque con una (X) la respuesta que como grupo escojan, si consideran que las siguientes acciones son realizadas únicamente por los hombres o por las mujeres, o en su defecto si puede ser realizado por ambos géneros.

Pregunta	Hombres	Mujeres	Ambos
¿Quiénes son más responsables?			
¿Quiénes son mejores estudiantes?			
¿Quiénes sacan mejores notas?			
¿Quiénes son mejores en los deportes?			
¿Quiénes son mejores en matemáticas?			
¿Quiénes son más fuertes (físicamente)?			
¿Quiénes aguantan más el dolor físico?			
¿Quiénes son más responsables?			
¿Quiénes tienen mejor memoria?			
¿Quiénes son más cariñosos?			
¿Quiénes son mejores amigos?			
¿Quiénes cocinan mejor?			
¿Quiénes son mejores padres?			
¿Quiénes ganan más dinero?			
¿Quiénes deben encargarse de las tareas del hogar?			
¿Quiénes deben cuidar de los hijos?			
¿Quiénes deben aportar económicamente en el hogar?			

Con base en las preguntas anteriores, generen una reflexión sobre las mayores diferencias que hay entre los hombres y las mujeres.

Con base en las preguntas anteriores, generen una reflexión sobre las mayores semejanzas que hay entre los hombres y las mujeres.



ANEXO 2



Nickname: _____

Con base en las preguntas que a continuación se formulan, los invitamos a que como grupo reflexionen y den una respuesta:

1. ¿En qué momentos al interior del salón de clase, sienten que se hace una diferencia entre el ser hombre y el ser mujer? (Pueden ser situaciones positivas o negativas):

2. ¿En qué momentos al interior del colegio, sienten que se hace una diferencia entre el ser hombre y el ser mujer? (Pueden ser situaciones positivas o negativas):

3. ¿En qué momentos al interior de sus familias, sienten que se hace una diferencia entre el ser hombre y el ser mujer? (Pueden ser situaciones positivas o negativas):

4. Desde su perspectiva, ¿cuáles son los mayores estereotipos frente al rol género de los hombres en la cultura colombiana?:

5. Desde su perspectiva, ¿cuáles son los mayores estereotipos frente al rol género de las mujeres en la cultura colombiana?:

6. Construyan un mensaje o una cita reflexiva que les gustaría que los demás grupos leyeran frente a su postura al tema tratado el día de hoy:



Cierre de actividad

Como acto de cierre se puede invitar a los estudiantes a generar cambios en su postura relacional, a promover la inclusión de personas en tareas o actividades que culturalmente no son aceptadas, a compartir con sus familias y comunidades estas posturas de cambio frente al ser hombre y mujer, ante todo, ser personas con múltiples habilidades y capacidades.

Sistematización de los ejercicios

La propuesta es generar un compilado tanto de los anexos 1 y 2, para que al finalizar la actividad el orientador pueda organizarlos, y si en algún momento quiere volver a realizar este taller con el mismo grupo e identificar cambios o reflexiones entre la aplicación de un taller y otro, pueda tener un referente. **ver nota 5**

Relevancia del tema abordado

La temática abordada en este taller se conecta con el espacio académico “CFI - Estudios de Género y Sexualidad Humana”, del

Programa de Psicología de la Universidad Santo Tomás, el cual propone profundizar y formar pensamiento crítico en temas relacionados con sexualidad diversa, entendiéndola desde la biología y el género como construcción social. Con los estudiantes de este espacio académico se procura generar conocimientos, comprensiones en razón a identificar los dilemas y problemáticas sociales que vivencian las personas con sexualidad y género diverso, construyendo y posicionándose desde el entendimiento de las nuevas dinámicas comportamentales relacionadas al género como el feminismo, *queery* las nuevas masculinidades.

Referencias

- Barberá, E. (1998). *Psicología del género*. Ariel Psicología.
- Lacrampette, N. (2014) Entrevista a Rebecca Cook: “Estereotipos de Género: Perspectivas Legales Transnacionales. ANUARIO DE DERECHOS HUMANOS, 10. pp. 197-204

Nota 5: es importante que el orientador pueda construir un informe del encuentro, donde se registre el número de participantes, la ausencia de alguien, y pueda registrar la experiencia que vivió y recoger algunos resultados o reflexiones que el encuentro le dejó a él o al grupo.



**EJE
TEMÁTICO**

AUTOCUIDADO

- ▶ **TALLER 4.
CONOCE CÓMO CUIDARTE**
- ▶ **TALLER 5.
PROPAGANDAS HECHAS
A LA MEDIDA**
- ▶ **TALLER 6.
CUIDO PARA SER CUIDADO**
- ▶ **TALLER 7.
AFRONTANDO EL DOLOR A VIVIR
UNA PÉRDIDA**
- ▶ **TALLER 8.
CONSTRUYENDO PAUTAS DE
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN
SALUD**

AUTORA
Camila Pajón Rojas.

TALLER 4. CONOCE CÓMO CUIDARTE

Introducción

SIGMUND FREUD (1856-1939)

Desde la teoría psicosexual de Freud (1905), se aborda la importancia de la experiencia como proceso vital en el desarrollo y configuración de la personalidad del ser humano. Teniendo en cuenta esto, el proceso de socialización y la contraposición de las fuerzas en las primeras etapas del desarrollo del individuo, tiene como propósito lograr el placer, la identificación y el rechazo de los propios rasgos a partir del otro. Así pues, la adolescencia es la etapa del desarrollo donde los cambios biológicos, psicológicos y sociales, generan conflictos entre sí.

La sexualidad incluye cada uno de estos aspectos, por lo cual es una temática relevante para abordar con los adolescentes, debido a que les permite aclarar dudas y obtener información pertinente y veraz. A continuación, encontrará un taller de sexualidad para trabajar con adolescentes, teniendo en cuenta los conocimientos previos de nuestros estudiantes, donde se despejan dudas, se aclara información, con el fin de promover conductas de vida saludables y prevenir o minimizar situaciones de riesgo.

► PROPÓSITO

- Reflexionar acerca de la importancia de cuidarse física, mental y emocionalmente.
- Identificar los conocimientos que tienen los estudiantes acerca de los métodos anticonceptivos.

Relevancia del tema

Es bien sabido que las instituciones educativas deben incluir dentro de su formación un programa de educación sexual, con el fin de promover conductas de vida saludables y prevenir o minimizar situaciones de riesgo como embarazo adolescente y enfermedades de transmisión sexual, a través del autocuidado y el autoconocimiento.

Entonces, debemos entender la sexualidad como un conjunto de condiciones anatómicas, psicológicas y afectivas que caracterizan a cada sexo y que, a su vez, es permeada por características culturales y sociales (Guzmán, 2019). Por tanto, hay mitos y creencias acerca de la sexualidad que van a influir en la manera como esta se asuma. Teniendo en cuenta lo anterior, es necesario transmitir a los adolescentes información clara acerca de los métodos anticonceptivos, sobre cómo acceder a estos, la forma de uso y las consecuencias o efectos secundarios que tengan.

Es importante tener en cuenta que, al proponer un taller con espacios de debate, no se busca solo brindar información acerca de los métodos anticonceptivos, sino realizar una reflexión acerca de las decisiones y dilemas que se presentan en esta etapa del desarrollo frente a la sexualidad. Pues esto a su vez, dará cuenta de la manera como se perciben e interactúan los adolescentes a partir de la autonomía, el respeto por su cuerpo, en congruencia con sus pensamientos y emociones.



Métodos anticonceptivos



90 minutos



8º a 11º



Profundización en Salud
(VIII semestre)

MATERIALES

- Una caja que haga sus veces de urna
- Hojas y lápices para la primera parte del taller
- Sillas para los participantes
- Mesa para apoyarse y sobre la cual poner la urna y el juego "Concéntrese"
- Tarjetas emparejadas con imágenes de los métodos anticonceptivos (juego "Concéntrese"). Este lo puede elaborar el docente que vaya a realizar la actividad.



Así pues, se busca generar un espacio de promoción y prevención, a través del cuidado integral.

Metodología. Momentos del encuentro

- ▶ **MOMENTO 1: INTRODUCCIÓN Y URNA ANÓNIMA** (20 minutos).
- ▶ **MOMENTO 2: JUEGO "CONCÉNTRESE"**. (30 minutos).
- ▶ **MOMENTO 3: ESPACIO REFLEXIVO** (40 minutos).

Primer momento

Se dispondrá de una urna anónima. Los estudiantes deberán escribir en un papel (sin su nombre) lo que creen saber acerca de los métodos anticonceptivos. Luego el docente orientador abrirá la urna y leerá cada uno de los mensajes e interrogantes, con el fin de aclarar o confirmar la información contenida en los papeles.

Segundo momento

Se realizará el juego denominado "Concéntrese". Se deberá emparejar dos cartas que contengan la misma imagen del método anticonceptivo. Cada vez que un

estudiante logre emparejar, el docente hará una explicación del método anticonceptivo, uso, efectividad y consecuencias.

Cierre

Se construirá un espacio reflexivo, mediante preguntas que culminarán en la formulación de un póster.

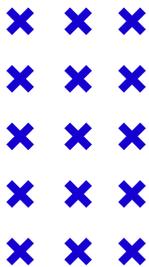
Descripción del escenario de aplicación

Debe ser un espacio que permita generar diálogos entre los participantes, que se puedan ver para interactuar. Por tanto, se requiere que este espacio sea iluminado, que tenga buena ventilación y que sea cómodo, con respecto al mobiliario, sillas y mesa para realizar la actividad escrita, el juego y el debate reflexivo para cerrar la actividad.

Organización de los participantes

El taller se realizará en mesa redonda. En el centro debe estar localizada la mesa principal para disponer las cartas del juego "Concéntrese" y la urna para depositar el papel que cada estudiante realiza respecto al eje temático.

El tallerista establecerá normas con respecto a la participación, será él quien otorgue la palabra a los participantes



Guion de aplicación

Primer momento

El docente orientador del taller se debe presentar ante los estudiantes, les debe explicar el tema, su relevancia y la importancia de la participación de los jóvenes en el desarrollo de este.

Luego se debe indicar que la actividad se realizará en dos sesiones, y que se hará en cada uno de estos espacios.

El tallerista establecerá normas con respecto a la participación, será él quien otorgue la palabra a los participantes al momento de leer los papeles de la urna, por si tienen dudas o si desean complementar algún conocimiento, por tanto, se debe manejar un orden y respeto por la intervención de los asistentes.

Segundo momento

Se debe asignar un orden de participación en el movimiento de las tarjetas del juego "Concéntrese".

Cierre de la actividad

Se realizan las preguntas de reflexión en el espacio de cierre, para luego iniciar la elaboración del póster.

Descripción de la actividad

Presentación del profesional.

- ≈ Normas del taller.
- ≈ Explicación de los dos momentos que contendrá el taller, indicando el tiempo dispuesto para cada una de las actividades.
- ≈ Actividad: urna anónima.
- ≈ Lectura de los papeles depositados en la urna y espacio de interacción con los estudiantes acerca de estos, lo que permitirá conocer qué conocimientos

tienen acerca de los métodos anti-conceptivos, desinformación y dudas.

- ≈ Se dispondrán las tarjetas bocabajo con las imágenes de los métodos anticonceptivos. Se deben disponer en la mesa de manera que el emparejamiento no sea fácil para los estudiantes, para que el juego sea dinámico.
- ≈ De acuerdo con la asignación los estudiantes irán participando, cada vez que se logre un emparejamiento, el docente orientador deberá exponer acerca de ese método anticonceptivo, brindando información clara y pertinente.
- ≈ Cuando se hayan emparejado todas las tarjetas que contienen las imágenes de los métodos anticonceptivos, se realizará un debate reflexivo, en el cual los estudiantes harán una retroalimentación respecto a lo aprendido, se expondrán dudas que hayan podido surgir, y por parte del profesional, se desmitificar creencias acerca del cuidado físico, mental y emocional, a través del cuidado del cuerpo como un factor de protección.

Para este debate se pueden utilizar las siguientes preguntas orientadoras:

- ≈ ¿A través de mi cuerpo puedo cuidar mis emociones?
- ≈ ¿Cómo puedo mitigar los riesgos?
- ≈ ¿Puedo promover estilos de vida saludable con mis amigos? ¿Cómo?
- ≈ ¿Cuál es el método anticonceptivo más efectivo?
- ≈ Para usted, ¿qué fue lo más importante del taller?



Cierre de la actividad

Como cierre se debe generar un espacio de reflexión frente a la pertinencia de la actividad en pro de desmitificar creencias acerca del cuidado físico, mental y emocional, a través del cuidado del cuerpo como un factor de protección. Por tanto, el uso de métodos anticonceptivos se debe pensar en términos no solo de prevenir un embarazo adolescente y/o una enfermedad de transmisión sexual, sino respecto al autocuidado y respeto por el ser.

Para esto se dispondrá de un espacio de diálogo de las creencias previas y posteriores a la realización del taller, para que luego los estudiantes diseñen un póster con sus reflexiones. Este producto puede quedar en el aula de clase para ser visualizado por todos.

Sistematización

Se proponen recoger las experiencias del encuentro, almacenar los papeles suministrados para colocar en la urna, y que sean un producto de las percepciones de los estudiantes, de igual manera se deben almacenar las tarjetas con las imágenes de los métodos anticonceptivos, serán un recurso para la replicación en otros espacios, pero también serán un insumo para rediseños o cambiar ciertas gráficas para nuevos grupos.

Relevancia del tema abordado

Este taller tiene relevancia desde el espacio académico “Profundización en Psicología de la Salud”, debido a que los estudiantes tienen un espacio para reflexionar desde el mundo profesional los alcances de la profesión, el código deontológico y el impacto sociocultural de su quehacer, con miras a generar una postura de corresponsabilidad con las poblaciones sobre las cuales va a impactar su conocimiento y su praxis, velando por un desarrollo de bienestar de los individuos, las familias y otras organizaciones humanas, y comprendiendo la complejidad de los fenómenos con los que se relaciona, reconociendo la deseabilidad del trabajo interdisciplinar (proyecto educativo del programa). De este modo, al realizar una campaña de promoción y prevención, se pone en práctica el conocimiento teórico en pro de velar por las necesidades de un grupo poblacional.

Referencias

- Freud, S. (1905). *Tres ensayos sobre la teoría de la sexualidad*. Biblioteca Nueva.
- Guzmán, E. (2019). *Manual del taller: sexualidad*. Instituto de Aguascalentenses de las Mujeres. http://cedoc.inmujeres.gob.mx/insp/taller_sexualidad.pdf

Al realizar una campaña de promoción y prevención, se pone en práctica el conocimiento teórico en pro de velar por las necesidades de un grupo poblacional.

AUTORA

Camila Pajón Rojas.

TALLER 5.

PROPAGANDAS HECHAS A LA MEDIDA

Introducción

La psicología social busca comprender la influencia de otras personas sobre los pensamientos, sentimientos y emociones. Así pues, la psicología del consumidor nos muestra cómo hay un componente de marketing y publicidad que influye en la motivación y la elección, pues denotan que las formas de consumo son el reflejo de la forma de consumo de una sociedad (Forero, 1978). Al abordar la promoción y prevención de temas tan relevantes como el embarazo adolescente y consumo de sustancias psicoactivas, generamos estilos de vida saludable y mitigamos conductas de riesgo.

Así pues, a continuación, encontrará un taller que aborda diferentes temáticas a las cuales se puede ver expuesto este segmento poblacional, con el fin de generar estrategias de afrontamiento ante diversas circunstancias.

► PROPÓSITO

Promover en los adolescentes de grados 7º a 10º el reconocimiento de temas como:

- ≈ Embarazo adolescente.
- ≈ Pautas de una vida sexual saludable.
- ≈ Consumo de sustancias psicoactivas.
- ≈ Deserción escolar.
- ≈ *Bullying*.

Desde una mirada autorreferencial y heterorreferencial, donde como grupo identifiquen situaciones o acciones que les generen reflexión y resonancia con los temas.

Relevancia del tema por tratar

Este taller es importante en razón a reconocer desde una mirada generativa y recursiva las bondades que tiene el ciclo vital de la adolescencia, en donde según Lutte y Medrano (1991), podemos entender este ciclo vital como una etapa o tránsito generacional, donde están presentes conflictos y riesgos a causa de los cambios que se enfrentan a nivel social, biológico y mental; de igual manera, es un momento de crisis, un tiempo de agitación, de continuas transformaciones o reflexiones hacia las esferas familiares y escolares.

En este sentido, los adolescentes se ven enfrentados a todo tipo de situaciones, y como lo mencionan Casas y Ceñal (2005), algunos pueden adoptar o desarrollar hábitos o estrategias de afrontamiento que tal vez no sean tan favorecedoras o asertivas, afectando así su salud física y mental, a mediano y largo plazo.

Algunos programas de promoción y prevención son adaptados desde lecturas descontextualizadas frente a los fenómenos sociales que enfrentan los adolescentes hoy en día, y es necesario reconocer que la conexión o interés que desarrollen frente a estos programas o propuestas, son un gran recurso para su asertividad o ejecución.



Influencia de la publicidad



90 minutos



7º a 10º



Psicología Social (III semestre)

MATERIALES

- Sillas para los participantes del taller
- Mesa para apoyarse al momento de realizar la actividad del taller

Metodología. Momentos del encuentro

Este taller se debe llevar a una sesión de 90 minutos con un intermedio o receso.

- ▶ **PRIMER MOMENTO: PRESENTACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DE LA TEMÁTICA POR TRATAR** (15 minutos).
- ▶ **ORGANIZACIÓN** de los grupos de trabajo (10 minutos).
- ▶ **SEGUNDO MOMENTO: CONSTRUCCIÓN DE LA PROPUESTA DE TRABAJO POR PARTE DE CADA GRUPO** (20 minutos).
- ▶ **PRESENTACIÓN DE LA ACTIVIDAD** por parte de cada grupo (30 minutos).
- ▶ **CIERRE Y CONSTRUCCIÓN** de la reflexión y acciones por realizar a nivel individual y grupal (15 minutos).

Descripción del escenario de aplicación

Debe ser un espacio que permita generar diálogos entre los participantes. Se requiere que esté iluminado, que tenga buena ventilación y que sea cómodo en cuanto a una silla y mesa para realizar la actividad.

El docente orientador se ubicará estratégicamente en el medio de todos los grupos de la actividad, asumirá su rol en pro de organizar al grupo de estudiantes y les pedirá que tomen distancia entre uno y otro grupo, con la intención de poder visualizar y diferenciar a los integrantes. Partiendo de que todos logren escuchar las instrucciones y se facilite la entrega de los materiales.

Organización de los participantes

Se propone que se construyan grupos de 5 integrantes y, en lo posible, que sean compuestos por hombres y mujeres, para generar posturas más enriquecedoras desde diferentes perspectivas.

Guion de aplicación

Primer momento

El orientador se dispondrá a iniciar el encuentro contándoles el nombre de la actividad: "Propagandas hechas a la medida", exponiendo la temática y la dinámica del encuentro.

Actividad

Tras la construcción de los grupos y el haber expuesto el tema, se pedirá a los estudiantes que piensen en lo siguiente: "En los últimos meses, cuántas propagandas han visto en televisión o cuántos programas de promoción y prevención frente a temas tales como: embarazo adolescente, métodos anticonceptivos o inicio de la vida sexual, consumo de sustancias psicoactivas, deserción escolar o *bullying*".

Segundo momento

Con base en esto, los estudiantes por grupo eligen uno de estos temas mencionados y crean una *propaganda* con un eslogan, cuya finalidad sea concientizar a los adolescentes de la misma edad sobre el tema, y tal vez los riesgos que pueden presentarse por desconocimiento frente a estos.

También pueden representar los beneficios que trae para los adolescentes el conocer del tema y construir estrategias de afrontamiento, que les permita desarrollar comportamientos asertivos frente a estos fenómenos sociales. **Ver nota 1**

Para este espacio de construir la propaganda y el eslogan tendrán 20 minutos, al finalizar cada grupo deberá escenificar su propaganda dando cierre con el eslogan construido. En promedio, cada escenificación deberá tener una duración de 5 a 8 minutos.

Nota 1: intentar que los temas no se repitan, e incluso si un grupo propone un tema interesante, darles la apertura para que puedan generar la actividad con base en él.

Una vez hayan pasado los 20 minutos para estructurar la escenificación, se da apertura a la segunda parte de la actividad.

Cierre de actividad

Cuando la totalidad de los grupos hayan escenificado sus propuestas y se hayan registrado los diferentes eslogan, se puede consolidar o construir una reflexión final sobre las convergencias en las diferentes temáticas frente al ser adolescente, y cómo estas posturas reflexivas y vivenciales pueden tener una relevancia no solo dentro del aula de clase, sino hacer la propuesta de escenificar este ejercicio en actividades escolares (izadas de bandera, semanas culturales o incluso en encuentros familia-escuela), de igual manera, si esta actividad se ha realizado con otros cursos, se puede intercambiar saberes o generar encuentros interclases para enriquecer la actividad y propuestas frente a las temáticas tratadas.

Sistematización de los ejercicios

Con base en la propuesta del apartado del cierre, se podrán recolectar en un documento las temáticas desarrolladas y dado el caso que el grupo lo permita, se podría proponer grabar las escenificaciones con la intención de contar con ese registro audiovisual. Si no lo permiten podría proponerse, por parte del orientador, que cada grupo en una hoja registre su temática y eslogan, con la finalidad de tener un registro y elegir qué escenificaciones podrían proponerse en actividades culturales o eventos escolares.

La sistematización de la información se espera que se realice de manera física o digital, según lo direccionen las políticas del colegio, en razón a salvaguardar la información de este tipo de actividades.

Relevancia del tema abordado

Este taller se relaciona con el espacio académico: "Psicología Social", debido a que está diseñado para que los estudiantes puedan identificar los elementos psicológicos inmersos en las dinámicas de los grupos y de las comunidades; esté en la capacidad de establecer relaciones al interior de las díadas sujeto-sociedad, sujeto-sujeto, sujeto-cultura, y entre ellas el proyecto educativo del programa; también generan comprensiones de estos fenómenos desde los presupuestos teóricos de las psicologías comunitaria, política y cultural. Por tanto, la publicidad busca vender una idea y se debe pensar cómo esta permea a la sociedad, en este caso a los adolescentes.

Referencias

- Casas, J. y Ceñal, M. (2005) Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral* 9(1), 20-24.
- Forero, J. (1978). Psicología del consumidor. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 10(1), 83-92. Fundación Universitaria Konrad Lorenz.
- Lutte, G. y Medrano, L. (1991). *Liberar la adolescencia: la psicología de los jóvenes de hoy*. Editorial Herder.

**"Psicología Social",
debido a que está
diseñado para que
los estudiantes
puedan identificar los
elementos psicológicos
inmersos en las
dinámicas de los grupos
y de las comunidades...**



AUTOR

Julián Ferreira Duarte.

TALLER 6.

CUIDO PARA SER CUIDADO

Introducción

El siguiente taller se aborda desde diferentes disciplinas (como la enfermería, la medicina, psiquiatría y psicología) relacionadas con la salud física y mental de las personas, siendo la psicología una de estas. Se ha abordado y trabajado con conceptos como el autocuidado, comprendiéndolo como lo propone desde la psicología transpersonal Timothy Leary, quien argumenta una connotación donde se debe conocer el potencial humano y el constituir o mantener unos hábitos saludables y procurar el bienestar a nivel físico, mental y espiritual, siendo un camino que se debe seguir.

Mientras que Wilber (2020) propone que el cuidado hacia otras personas es una representación de nuestro obrar hacia nosotros mismos, y un diseño de la procura de salud y estabilidad física, que socialmente e introspectivamente poseemos de nuestro cuerpo como un medio de regular enfermedades, condiciones físicas que pueden afectarnos a mediano y largo plazo y, en este sentido, afectar el potencial que como personas se posee y se pueden llegar a desarrollar, generando afectaciones a nivel mental, por lo cual desde este autor no se pueden construir lecturas individualistas o fragmentadas del ser humano, sino que somos una complejidad como seres sintientes, pensantes y trascendentales.

De igual manera, estos autores comparten premisas teóricas frente a que el medio ambiente y los entornos donde se desarrolla, viven las personas

o comunidades, poseen factores que impactan en su bienestar, lo cual se conecta con el taller al proponer que si cuidamos de nuestros entornos y recursos naturales, estamos cuidando de nosotros mismos.

► OBJETIVO

Proponer un ejercicio reflexivo frente a la forma como las personas usamos los recursos naturales como el agua, la flora y fauna, a través de una analogía del autocuidado por parte de estudiantes de 8º y 9º grado.

Relevancia del tema por tratar

RECURSOS NATURALES: algunos autores exponen que los recursos naturales pueden comprenderse así: “Un recurso es cualquier cosa que se obtiene del medio, ya sea biótico o abiótico, para satisfacer las necesidades o deseos humanos” (Enkerlin *et al.*, 1997, p 504.), de igual manera, se pueden clasificar en recursos renovables, no renovables y parcialmente renovables, en donde se encuentran el agua, la tierra fértil, la fauna y la flora. La cual parte de reconocer desde una visión ecológica los ciclos naturales de mantenimiento de los diferentes recursos, y que el cambio o inexistencia de uno de sus factores o recursos puede afectar directamente a los otros.

PAUTAS DE CUIDADO: según la Real Academia de la Lengua Española, puede definirse una pauta como un “instrumento



El aprovechamiento de recursos naturales



90 minutos



8º y 9º



Procesos Psicológicos y del Desarrollo Infantil (IV semestre)

o norma que sirve para gobernarse en la ejecución de algo” (Real Academia Española. 2021)

Cuando se habla de las pautas estamos proponiendo modelos o secuencias de comportamiento que culturalmente son aceptados y compartidos por diferentes grupos poblacionales, en ese sentido, cuando hablamos del cuidado hablamos de una acción de proteger, de mantener, de atender o procurar el bienestar y existencia de un objeto o persona, en este caso podríamos hablar de los recursos naturales como una referencia de nuestro autocuidado y las acciones que hacemos por proteger y cuidar nuestro entorno.

Metodología

Repartición del tiempo

- ▶ **APERTURA** (5 minutos).
- ▶ **PRIMER MOMENTO: ORGANIZACIÓN DE LOS GRUPOS Y ENTREGA DE LOS MATERIALES** (15 minutos).
- ▶ **SEGUNDO MOMENTO: EXPLICACIÓN Y DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD** (25 minutos).
- ▶ **REFLEXIÓN** (10 minutos).
- ▶ **TERCER MOMENTO: CONSTRUCCIÓN DEL MENSAJE** (25 minutos).
- ▶ **CIERRE** (10 minutos).

Descripción del escenario de aplicación

Preferiblemente realizarlo al aire libre (una cancha, en un espacio con vegetación), si no se logra por factores como la no existencia o dificultades de traslado de los estudiantes, o porque el clima no lo permite, se podrá realizar en un salón o auditorio que permita la aplicación del taller.

Organización de los participantes

TRABAJO EN GRUPO: se proponen tríos, sin embargo, según la afinidad del grupo y teniendo la premisa de intentar que no se construyan más de 10 grupos, se podrán aumentar los integrantes para procurar cumplir con el máximo de 10.

Guion de aplicación

El docente orientador, si lo desea, puede iniciar el encuentro de la siguiente manera:

Buenos días/tardes) mi nombre es _____, el día de hoy los invito a que se relajen, asuman una postura participativa, donde se sientan cómodos y con la confianza para expresar lo que piensan o sienten.

La idea es que se organicen en grupos de 3 personas, hagan un círculo o reúnan sus sillas para que pueda diferenciarlos, traten de no amontonarse y mantener un volumen de voz no muy alto.

En ese sentido, si les surge una pregunta pueden levantar la mano y yo me acercaré, como verán tengo aquí unos elementos que una vez se hayan organizado les entregaré por grupo (agua, hoja de árbol e imagen de animal o insecto).

Por favor organicen su grupo y continuaremos: **Ver nota 1**

Descripción de la actividad

Primer momento

El docente orientador les pedirá a los participantes que se organicen en parejas o en grupos de 3 personas, según sea el caso.

Una vez se hayan organizado, cada grupo recibirá un vaso de agua, una hoja de árbol y la imagen de un animal o un insecto.

MATERIALES

- Un vaso de agua
- Una flor o una hoja de un árbol
- Una imagen de un animal o un insecto

Nota 1: esta apertura puede ser una base, pero cada docente puede realizarla desde su estilo personal o como se sienta más afín con el grupo de estudiantes.

Segundo momento

En ese momento se pedirá que cada grupo piense en los beneficios que tiene cada recurso natural entregado para él, para su familia y para su comunidad. Cuando la totalidad de los integrantes del grupo hayan pensado en los beneficios para cada uno de los niveles indagados, se pedirá que compartan algunas posturas y que se intente no repetir los aportes que otros grupos expresaron previamente.

Después se pedirá que cada grupo piense las pautas o acciones que tienen para cuidar y mantener esos recursos naturales (no malgastar o desaprovechar), en este sentido se promulga por parte del encargado aportar acciones para el cuidado de cada recurso y exponer estrategias de cuidado y solidaridad a nivel de las comunidades o regiones donde se esté adelantando el taller.

Posiblemente esta apertura genere una distinción entre el cuidado o el descuido de estos recursos, desde el desperdiciar agua, el arrancar o quemar la vegetación, el aplastar insectos o matar animales sin un propósito de aprovechamiento.

Reflexión

En este sentido, se permitirá que los participantes expongan sus perspectivas, el encargado de liderar la actividad recogerá las opiniones, y como grupo construirán la primera reflexión del encuentro (taller). Posteriormente, se darán unos 5 minutos para que cada grupo observe su entorno o lugar donde se está realizando la actividad. Piensen en otros recursos naturales a los cuales cotidianamente tienen acceso y la manera como los aprovechan, o tal vez los desaprovechan.

Tercer momento

Durante este tiempo el docente encargado del taller dará el siguiente mensaje: “El día

de hoy estamos dialogando sobre el agua, la vegetación y la fauna o los animales, esto con la intención de que seamos conscientes de la manera como estamos utilizando o aprovechando lo que la naturaleza nos brinda. Sin embargo, esto puede ser una metáfora de nuestras pautas o comportamientos de autocuidado, en muchas ocasiones no cuidamos de nuestro cuerpo, realizamos acciones que pueden poner en peligro nuestra integridad o salud.

En un primer momento los invité a que exteriorizaran el cuidado que le dan a los recursos de su entorno, pero ahora los invito a que piensen cómo cuidar del aire, del agua, de la tierra, de la vegetación y de la fauna puede ayudarlos a cuidar de ustedes mismos, desde reconocer que si contaminamos el agua en algún momento, nuestras familias o comunidad beberán de esa agua, si hacemos quemas, si fumamos o estamos con personas que fuman, si permanecemos mucho tiempo cerca de hornos de leña o de lugares con alta contaminación, contaminamos nuestros pulmones, y ahora más con enfermedades como la COVID-19, que tiene una gran afectación con nuestro sistema respiratorio, si no aprovechamos la vegetación, si arrancamos indiscriminadamente hojas, frutos o ramas, si fracturamos los tallos o arrancamos de raíz la vegetación, se afecta la tierra, pueden generarse desbordamientos de ríos, afectación en la consistencia de la tierra, desprendimientos o deslizamientos de esta.

Si cazamos animales, si apoyamos la contaminación de ríos o pescas con minerales, podemos afectar la fauna y alterar el ecosistema natural. Todo esto es recíproco y terminaremos afectándonos a nosotros mismos y a nuestras comunidades”.

Ver nota 2

“Si cazamos animales, si apoyamos la contaminación de ríos o pescas con minerales, podemos afectar la fauna y alterar el ecosistema natural. Todo esto es recíproco y terminaremos afectándonos a nosotros mismos y a nuestras comunidades”

Nota 2: al igual que el guion de apertura, esta plantilla puede ser una base para construir el mensaje reflexivo si así lo considera el docente.

Se busca que los estudiantes establezcan y comprendan las relaciones entre los procesos psicológicos superiores (pensamiento y lenguaje), y el desarrollo infantil en términos neuropsicológicos, psicomotrices, psicoafectivos, cognoscitivos, psicosociales, interaccionales y de sexualidad humana.

Cierre de la actividad

Una vez se haya culminado el mensaje, se permitirá que los participantes puedan decir qué harán con el agua, con la hoja y con el insecto que se les entregó al inicio, como una analogía de su postura actual, de igual manera se promulgará que como grupo o salón hagan propuestas para generar un microcambio a nivel del interior del colegio, apoyando programas para el cuidado de los recursos y generar conexiones con las posturas institucionales frente al cuidado del agua, de las zonas verdes (si es que las tienen), de los animales que haya dentro y fuera de las instalaciones del colegio.

Se agradece nuevamente a los participantes y se da el cierre con el mensaje.

Ver nota 3

Sistematización de los ejercicios

La propuesta es generar un compilado o documento donde se registre de manera verbal o escrita las experiencias para que al finalizar la actividad el orientador pueda organizarlas.

De esta manera, si en algún momento se quiere volver a realizar este taller con el mismo grupo, se pueda medir o identificar cambios o reflexiones entre la aplicación de un taller y otro, puedan tener un

referente o guía para generar neodiseños o cambios en la implementación.

Relevancia del tema abordado

Desde la temática en razón al cuidado y los procesos del psicodesarrollo en el ciclo vital de la infancia y la niñez, este taller se conecta con el espacio académico del Programa de Psicología: "Procesos del Desarrollo Infantil", en el cual se busca que los estudiantes establezcan y comprendan las relaciones entre los procesos psicológicos superiores (pensamiento y lenguaje), y el desarrollo infantil en términos neuropsicológicos, psicomotrices, psicoafectivos, cognoscitivos, psicosociales, interaccionales y de sexualidad humana. De igual manera, se busca comprender las funciones de la familia en pro del desarrollo y del bienestar de la infancia (Proyecto Educativo del Programa).

Referencias

- Enkerlin, E., Cano, G., Garza, R. y Vogel, E. (1997). *Ciencia ambiental y desarrollo sostenible*. Thompson Editores.
- Real Academia Española. (2021). *Diccionario de la Lengua Española*, (23.ª ed.) <https://dle.rae.es>
- Wilber, K. (2020). *Una visión integral de la psicología*. Editorial Alamah.

Nota 3: pueden haber dos cierres: el primero que como grupo se construya una reflexión o mensaje para otras personas, familias y comunidades; o una segunda opción, que el encargado del encuentro exponga el siguiente mensaje adaptándolo a la percepción que tenga del grupo y de la primera reflexión construida: "Cuando cuidamos de nuestro entorno, es como si cuidáramos de nosotros mismos, al ser nuestro hogar el lugar donde vivimos y donde jugamos, compartimos y crecemos, el cambio no se da de un día para otro. El cambio no depende de si otra persona lo hace, el cambio es una decisión autónoma en donde cada uno de ustedes cambia su comportamiento o pensamiento y comienza a generar acciones con propósitos altruistas, que ayuden a su comunidad y sus familias hasta que otros aprenden y se unan a su causa".

AUTORA

Marly Yadira Silva Pregonero.

TALLER 7.

AFRONTANDO EL DOLOR A VIVIR UNA PÉRDIDA



Socialización y presentación de algunos aspectos teóricos sobre el duelo, una pérdida y emociones a niños y adolescentes



90 minutos



6º y 11º de manera individual o grupal



Psicoorientación y Apoyo a Procesos de Duelo (VII y VIII semestre)

× × ×

× × ×

× × ×

× × ×

× × ×

Introducción

GORDON ALLPORT (1897-1967)

Allport es un psicólogo de origen estadounidense, que desarrolló teorías desde la psicología humanista, la cual centra sus comprensiones en la experiencia y subjetividad de la persona en razón a sus vivencias e historia de vida. Por lo cual, desde su postura disciplinar, el proceso del duelo era comprendido como una respuesta natural ante la sensación y representación de la pérdida de una persona, objeto o representación social que poseía un valor para quien lo afronta o vive. De igual manera, otros autores humanistas (Viktor Frankl) proponen que el duelo puede ser concebido como una crisis en razón a una distinción entre “lo que se es y lo que una vez se fue” (Frankl, 1995, p 48.)

► OBJETIVO

- Informar en razón al tema del duelo por una pérdida, desde el generar nuevas comprensiones en razón al autoconcepto de los participantes, a partir de fortalecer la aceptación de la pérdida desde una orientación psicopedagógica educativa.
- Proporcionar herramientas de manejo de emociones para poder afrontar un duelo a nivel psicopedagógico en niños y adolescentes.

Relevancia del tema por tratar

La salud mental se entiende como los componentes de bienestar mental directos o indirectos, generando en la persona un estado propio de aptitudes, que le ayudan a afrontar problemas de la vida cotidiana de manera fructífera, productiva y de estados completos, haciendo referencia a todos los ámbitos que componen y rodean a una persona, como lo son: la salud física, mental y social. Lo anterior no solo se relaciona con la ausencia de enfermedades, también se relaciona con la promoción y prevención en salud, y así mismo su aporte en la sociedad (OMS, 2004; OMS, 2014).

Por lo anterior, según el Colegio de Médicos de Vizcaya, el duelo, el afrontamiento de las pérdidas, es una parte fundamental del aprendizaje en la infancia y adolescencia, porque las pérdidas, inevitablemente, forman parte de la experiencia de vivir. El duelo no es ninguna enfermedad, es un proceso de adaptación a una pérdida, un aprendizaje a vivir sin alguien. En el caso de la infancia, además de la pérdida de familiares, aparecen otras posibilidades de duelos muy frecuentes en su proceso de desarrollo, como son la separación de los padres y madres, la enfermedad de alguien de la familia, la pérdida de mascotas, un cambio de país, de ciudad, de domicilio, de colegio, pérdida o cambios de amistades, desamores, fracaso escolar.

Metodología

Es importante mencionar que el éxito de este taller está en su aplicación, y depende de la pedagogía o estrategia creativa que utilice cada profesional u orientador para hacer el espacio empático y ameno al o los participantes.

Repartición de los tiempos

Cada una de las tres sesiones tendrá una duración de 45 minutos, estará dividida de la siguiente manera:

- ▶ **APERTURA** (5 minutos).
- ▶ **INTRODUCCIÓN** (5 minutos).
- ▶ **PRIMER MOMENTO: APLICACIÓN DE LA ACTIVIDAD** (20 minutos).
- ▶ **SEGUNDO MOMENTO: DIÁLOGO** (10 minutos).
- ▶ **CIERRE** (5 minutos).

Descripción del escenario aplicado

Debe ser un espacio que permita generar diálogos entre el profesional que aplica el taller y los participantes o el estudiante, también se requiere de una buena iluminación, buena ventilación, una silla y mesa para realizar la actividad escrita. De igual manera que tenga la menor cantidad de distractores. Cuando sea un caso que requiera privacidad, realizar el taller en un lugar cerrado y en lo posible un salón o consultorio, para que no salgan los niveles de privacidad en razón a las temáticas que se van a dialogar o abordar.

Organización de los participantes

Cuando es de manera individual, solo se requiere de la presencia del profesional y el estudiante en el lugar citado, el cual debe estar sentado cómodo junto a una mesa o escritorio para apoyarse a la hora de desarrollar el taller.

Para el desarrollo grupal, se les pide a los participantes que se organicen de manera individual en sus respectivas sillas, mesas y con sus materiales.

Guion de la aplicación

Al momento de realizar este taller, es importante hacer un acompañamiento al niño/a, adolescente o estudiante que esté en proceso de duelo, para generar en él un ambiente de seguridad, y en caso de presentar alguna crisis, prestarle un primer auxilio psicológico.

Apertura

1. Saludo y actividad rompehielo, ejemplo: hacer una pregunta sobre: ¿Cómo estuvo el tráfico?
2. Presentación del profesional.
3. Presentación del objetivo del taller.
4. Socialización y presentación de algunos aspectos teóricos sobre el duelo, una pérdida y emociones (leer atentamente cada concepto).

Primera sesión

Se le pregunta al estudiante el previo conocimiento que tiene sobre el duelo ejemplo:

ACTIVIDAD: "AFRONTANDO MI DUELO"

Primera sesión

1. Responde las siguientes preguntas:
 - ≈ ¿Qué comprendes por duelo?
 - ≈ ¿Qué comprendes por una pérdida?
 - ≈ ¿Qué comprendes por dolor?
2. Haz una lista de las emociones que más se presentan cuando tienes pensamientos de situaciones o momentos compartidos con ese ser que has perdido.

MATERIALES

- Anexo 1 taller (uno por cada estudiante, si requiere confidencialidad el caso)
- Anexo 2 taller (uno por grupo si es para psicoeducar a los estudiantes en la temática)
- Hojas blancas de block
- ½ pliego cartulina
- Hojas de colores tamaño carta
- Tijeras
- Material decorativo (cinta de tela o papel, escarcha, témperas)
- Lápiz o esfero
- Colbón
- Frasco transparente
- Silla - Mesa (una por estudiante)



Posteriormente, se propone realizar una lectura, en donde el docente orientador debe reforzar estos conceptos, con videos referentes a la temática:

Presentación de los siguientes videos:

- ≈ [Cómo afrontar el duelo y la pérdida.](#)
- ≈ [Para siempre muerte.](#)
- ≈ [La pérdida.](#)

Con esta actividad se busca reforzar los conceptos de manera visual-auditiva en el estudiante o participantes.

Para finalizar la sesión, se evalúa o retroalimenta al estudiante dando un espacio de reflexión, para ello le debe preguntar qué nuevos conceptos o aprendizaje vistos le quedó de aprendizaje, y cómo lo relaciona con su situación actual. Seguido, compartir la hoja o anexo del taller, para que diligencie las siguientes preguntas.

- ≈ ¿Qué comprendes por duelo?
- ≈ ¿Qué comprendes por una pérdida?
- ≈ ¿Qué comprendes por dolor?

Segunda sesión

Se realizará la actividad glosario de emociones, que estará a cargo del estudiante y deberá ser realizado en hojas de colores o cartulina. Para realizar la actividad se solicitará previamente al estudiante que tenga a la mano un frasco de plástico transparente con tapa y material para decorarlo. Aparte, trozos de papelitos de colores, en cuadros pequeños, los cuales usará cada vez que se le presente la emoción que considere le está afectando anímica o emocionalmente en el transcurso de la semana. (El docente previamente debe explicar que, para la tercera sesión, todos los trozos de papeles se deberán sacar del frasco).

- ≈ Haz una lista de las emociones que más se presentan cuando tienes

pensamientos de situaciones o momentos compartidos con ese ser que has perdido.

- ≈ Realiza un glosario de los conceptos de las emociones primarias, memoriza sus nombres y conceptos (½ pliego de cartulina).
- ≈ Una vez conceptualizado cuáles y qué son las emociones, identifica la emoción que más sientes durante el día, toma un papel y escribe solo el nombre, dóblalo y ponlo en el frasco que decoraste.
- ≈ El contenido del frasco se desocupará en cada sesión, con la finalidad de enseñarle al estudiante a regular sus emociones. (La regulación emocional se podrá realizar desde ejercicios de respiración consciente, reconocimiento de las emociones que se conectan con las experiencias de la persona, vivencias, o desde el uso de recursos audiovisuales que permitan la externalización emocional).



Tercera sesión

Una vez el niño/a, adolescente o los estudiantes aprendan a reconocer y manejar estas emociones, se le pide redactar una carta de despedida al objeto, mascota o ser querido que haya perdido. Ejemplo:

Ejemplo: carta a "A"

Te escribimos para decirte cuánto te echamos en falta y cómo ha cambiado la vida desde que nos has dejado. Aún no nos hemos repuesto de lo sucedido, y nos duele que no nos dijeras adiós.

A veces nos sentimos resentidos contigo por el inmenso dolor que nos has causado.

A veces nos sentimos enojados con nosotros mismos por no haber sabido prevenir la tragedia. Lamentablemente no



hemos podido escoger en tu lugar, porque, si esto hubiera sido posible, tú estarías aún entre nosotros. Pensamos siempre en ti, aun cuando los recuerdos nos entristecen.

Sin embargo, no hemos renunciado a vivir y a tener esperanza, a pesar de la amargura. Tal vez nos habrás visto un poco más sonrientes: nuestro deseo es que tú hayas encontrado la paz que buscabas.

En nuestra plegaria pedimos poder abrazarte de nuevo al final de nuestros días.

Con todo nuestro cariño: Tu familia.
(Torres, 2017 p. 5)

≈ Se le dirá: Como has aprendido un poco a afrontar tu duelo, continuarás en casa aplicando y realizando de manera autónoma la “terapia a través del cine”:

Para el cierre del taller, se debe generar un espacio de reflexión, frente al proceso de orientación en pro de escuchar el manejo de emociones, autoconcepto y aceptación durante el proceso de aplicación del taller psicoeducativo. Luego se explica y motiva al estudiante en razón a implementar y utilizar los aprendizajes en el manejo y reconocimiento emocional, esto con la finalidad de que pueda aplicarlo en su cotidianidad, como por ejemplo mediante la implementación de la “terapia a través del cine”: que se trata de buscar en plataformas (Netflix) o YouTube, películas para comprender el duelo a través de otros. A continuación, unos ejemplos:

- ≈ Más allá de los sueños (Vincent Word).
- ≈ La habitación del hijo (Nanni Moretti).
- ≈ Bajo la misma estrella (Josh Boone).

Antes de hacer el cierre, el docente orientador debe agendar el siguiente encuentro, construir acuerdos y dejar clara la actividad para esa próxima sesión.

Cierre

Se pretende que, para el cierre de cada sesión, el estudiante pueda socializar con el docente los conocimientos adquiridos, sus experiencias durante el encuentro, actividades que deba realizar para la siguiente sesión o incluso clarificar algunas dudas en razón a sus emociones o percepciones sobre su mejoría.

Cierre del taller

Al finalizar todas las actividades del taller, se sostiene una conversación con el estudiante o participante, al cual se le indaga cómo se sintió durante el proceso del desarrollo de las actividades, si se siente satisfecho con lo realizado, si considera que fue importante el aprendizaje o acompañamiento en su proceso de duelo. Por último, se le resalta su participación, constancia y finalidad del taller.

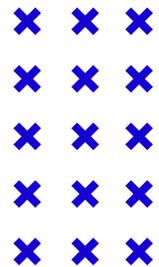
Sistematización de los ejercicios

En este espacio se describen los comentarios, opiniones y sugerencias que el estudiante o participante plantea en el cierre de las actividades.

Referencias

- Frankl, V. (1995). *La psicoterapia al alcance de todos*. Herder.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2014). *Promoción de la salud*. <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
- Torres, G. (2017). *Taller terapéutico de duelo: “Encontrando las ganancias de mi pérdida”*. Centro Vivir Libre. <https://www.vivirlibre.org/files/tallerduelo.pdf>

Se pretende que, para el cierre de cada sesión, el estudiante pueda socializar con el docente los conocimientos adquiridos, sus experiencias durante el encuentro, actividades...



AUTORA:

Marly Yadira Silva Pregonero.

TALLER 8.

CONSTRUYENDO PAUTAS DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN SALUD



Proyecto de vida



75 minutos



Niños de 1º a 5º de primaria, de manera grupal



Profundización Profesional "Salud" (VII y VIII semestre)

Introducción

En el último año la humanidad se ha visto afectada por la COVID-19, y en ese sentido la OMS resalta que, la práctica de lavado de manos es un elemento importante en este tiempo de pandemia, a causa del virus COVID-19. Escobar y García (2020) aportan que la COVID-19 es un virus de alta letalidad, infecciosa y tiene una capacidad de mortalidad significativa; y para ello no existe una cultura de autocuidado y de prevención eficiente. Lo cual, para el desarrollo de este taller, tiene en cuenta y como propósito, buscar aumentar no solo esta práctica, sino también el conocimiento, desarrollo de habilidades, capacidades en el autocuidado y cuidado de las personas, en niños de 1 a 5 de primaria en los colegios de Villavicencio, para que puedan adoptar prácticas saludables.

► OBJETIVO

Promover un espacio interaccional y comprensivo frente a los hábitos de cuidado frente a la COVID-19 u otras enfermedades que puedan surgir en el futuro.

Relevancia del tema por tratar

En el último año (2020), la humanidad vivió una nueva pandemia en razón a la COVID-19, la cual llevó a que varios países y comunidades optaran por cerrar sus fronteras, enviar

a los ciudadanos y habitantes a un aislamiento y confinamiento en sus hogares, en procura de evitar la expansión del virus y cuidar de la salud y vida de las personas, en ese sentido, debemos comprender que la salud es comprendida como "un estado saludable de bienestar" (Gómez, 2007, p. 54), el cual se caracteriza por generar una visión holística del ser en razón a su estado general del cuerpo y la mente. Al reconocer, como dice esta autora, que el bienestar tanto mental como físico no se puede separar, es importante enseñarles a los estudiantes de 1 a 5 de primaria hábitos de cuidado a nivel físico que favorezcan el hacer frente a la propagación de virus o bacterias que pueden generar o producir enfermedades, comprender cómo se propagan y explorar las medidas de autocuidado y cuidados hacia otros.

Metodología

Se contemplan cuatro momentos, los cuales van a estar dirigidos por el docente o profesional que aplique el desarrollo del taller a los participantes o estudiantes.

Repartición de los tiempos

- ▶ **APERTURA** (10 minutos).
- ▶ **PRIMER MOMENTO** (20 minutos).
- ▶ **SEGUNDO MOMENTO** (15 minutos).
- ▶ **TERCER MOMENTO** (20 minutos).
- ▶ **CIERRE** (10 minutos).

MATERIALES

- Anexo 1 (uno por cada estudiante)
- Anexo 2 (uno por parejas)
- Caja de colores (uno por cada 5 estudiantes)
- Lápiz (uno por estudiante)
- Silla (uno por estudiante)
- Mesas

OPCIONAL

- Pelota pequeña (una por grupo)

Descripción del escenario de aplicación

Debe ser un espacio que permita generar diálogos entre los participantes. Se requiere que esté iluminado, que tenga buena ventilación y que sea cómodo en cuanto a una silla y mesa para realizar la actividad escrita.

Organización de los participantes

- ≈ En un primer momento la actividad se realizará de manera individual.
- ≈ En el tercer momento, se pedirá que se organicen por parejas para realizar la segunda parte del anexo.

Guion de aplicación. Apertura

El docente encargado de liderar la actividad asumirá su rol en pro de organizar al grupo de estudiantes y pedirles que se sienten en las sillas, junto a las mesas, y que tomen distancia entre ellos.

Partiendo de que todos logren escuchar las instrucciones y se facilite la entrega de los materiales.

Introducción

El docente orientador se ubicará estratégicamente en el salón, dispondrá a llamar la atención de los participantes e iniciará contándoles el nombre de la actividad: “Construyendo pautas de prevención y promoción en salud”, luego hará una introducción al tema del autocuidado y de lo que representa un virus o una enfermedad, y cómo podemos mediante nuestros comportamientos e interacciones con otros cuidarnos y evitar enfermarnos.

Cuando los estudiantes estén ubicados en sus puestos se propondrá hacer una actividad lúdica para generar interés, por ejemplo: un “Tingo, tingo, tango) (con

una pelota) para animar y activar a los estudiantes.

Segundo momento

Una vez haya culminado esta actividad se dispondrá a pedir que tomen un lápiz o colores para que desarrollen la primera actividad.

- ≈ Para esta parte del taller los estudiantes tendrán aproximadamente 20 minutos.
- ≈ El encargado del encuentro podrá acercarse a ayudar u orientar a los estudiantes y guiarlos en su ejercicio.
- ≈ Una vez hayan culminado la totalidad de los grupos o se haya cumplido el tiempo, se dará inicio al siguiente momento del taller.
- ≈ En este momento se podrán mostrar los diferentes dibujos realizados por los estudiantes, si lo desean pueden explicar cada uno. *Ver nota 1*

Tercer momento

Cuando se hayan socializado o expuesto los dibujos, el encargado del encuentro podrá generar una reflexión sobre lo visto y dialogado, luego converger sobre las perspectivas o visiones de los estudiantes.

Se pedirá a los estudiantes que busquen una pareja, se organicen y desarrollen la actividad dos.

Con esta premisa se buscará y apoyará que la totalidad de los estudiantes hagan la actividad, la cual consiste en escenificar emociones, visiones sobre lo que ellos conciben como salud y enfermedad.

Se propone que escenifiquen conductas de autocuidado y de cuidado hacia otros, en un marco de enfermedad o presentar ciertas conductas o síntomas.

Al finalizar este tercer momento del taller, se dará el cierre del encuentro.

Nota 1: el encargado puede adoptar dos posturas: reconocer el esfuerzo de cada uno de los estudiantes que expongan sus dibujos, o promover que el grupo de estudiantes reconozca la labor de sus compañeros.

Cierre

En esta última parte se puede indagar en los estudiantes sobre qué aprendieron de la actividad, se puede generar una reflexión sobre la importancia de cuidarnos frente a distintas enfermedades (COVID-19, influenza, sarampión, varicela, paperas, entre

otras) y seguir las recomendaciones que les den los docentes o padres de familia.

Se invitará a los estudiantes para que le cuenten a sus familias y amigos la importancia que tiene el autocuidado y el cuidar de otros a través de adoptar o desarrollar ciertos comportamientos. *Ver nota 2*

Nota 2: se debe tener en cuenta la edad y niveles de comprensión de los estudiantes al momento de conversar y dialogar con ellos. También frente a la construcción de las reflexiones para el grupo frente a la actividad.

Descripción de las actividades

Actividad 1

Dibuja cómo crees que se ven los virus.

Dibuja cómo crees que se ve una persona enferma y cómo se ve una persona sana.

Actividad 2

1. Por parejas te invitamos a que hagas las siguientes caras:
 - ☞ Cara de una persona feliz.
 - ☞ Cara de una persona triste.
 - ☞ Cara de una persona brava.
 - ☞ Cara de una persona sana.
 - ☞ Cara de una persona enferma.
2. Ahora, realicemos la siguiente dinámica, ponte de pie en la silla y de manera individual simulemos o actuemos las siguientes emociones:
 - ☞ Feliz.
 - ☞ Triste.
 - ☞ Bravo.
 - ☞ Sano (sin enfermedad).
 - ☞ Enfermo (con enfermedad).
3. Ejercicio actuado:
 - ☞ Me gustaría que le muestres a tu compañero cómo te lavas las manos y la cara.
 - ☞ Me gustaría que le muestres a tu compañero cómo te lavas los dientes.
 - ☞ Me gustaría que le muestres a tu compañero cómo te cubres cuando toses o estornudas.
 - ☞ Me gustaría que le muestres a tu compañero cómo saludas a las personas cuando estamos evitando enfermarnos o enfermar a otros.
 - ☞ Me gustaría que le cuentes a tu compañero cómo eres cuando te enfermas.

- ☞ Me gustaría que le cuentes a tu compañero qué comes y cómo te cuida tu familia cuando estás enfermo.

Cierre de las actividades

Para evaluar la actividad y tener conocimiento del impacto, se pregunta de forma general qué aprendizaje se lleva del taller, cómo y a quiénes le aplicaron lo aprendido, y por qué la importancia del autocuidado. Una vez la mayoría de los estudiantes haya dado sus respuestas, se les agradece y se les resalta la importancia de su participación.

Sistematización de los ejercicios

En este espacio se describen los comentarios, opiniones y sugerencias que el estudiante o participante plantea en el cierre de las actividades.

Referencias

- Escobar, M. B. y García, N. (2020). Conocimientos sobre la COVID-19 y el lavado de manos. *Revista de Salud Pública*, 22(3), 1-7. <https://doi.org/10.15446/rsap.v22n3.88152>
- Gómez, A. (2007). Salud física y salud mental: un binomio indisoluble. *Farmacia Abierta, Salud Física y Salud mental*, 21(7), 53-56. <https://www.elsevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-pdf-13108595>





**EJE
TEMÁTICO**

APTITUDES PERSONALES Y PROFESIONALES

- ▶ **TALLER 9.
¿QUÉ TE APASIONA?**
- ▶ **TALLER 10.
¿QUIÉN QUIERO SER
PROFESIONALMENTE?**

AUTORA
Camila Pajón Rojas.

TALLER 9.

¿QUÉ TE APASIONA?

Introducción

LEV VYGOTSKI (1896-1934)

Vygotski realizó aportes significativos a la pedagogía, en especial con la elaboración del concepto: zona de desarrollo próximo, el cual plantea que hay situaciones que el individuo puede resolver con sus capacidades y otras en las cuales requiere de la presencia o colaboración de otra persona, es decir que hay un potencial que se puede usar con la guía u orientación de un agente facilitador. Entendiendo esto, vemos que el profesor, tutor, entre otros, puede ser un agente movilizador de los estudiantes para guiarlos a desarrollar su máximo potencial.

Bajo este sustento teórico, comprendemos que la orientación vocacional guiada permite a los estudiantes reconocer sus actitudes y aptitudes, es decir, reconocer sus capacidades, destrezas, fortalezas, habilidades y competencias, lo cual va a facilitar la elección de carrera, debido a que al identificar en qué se destacan pueden potencializar y desarrollar nuevas habilidades. Teniendo en cuenta lo anterior, se plantea el taller: “¿Qué te apasiona?”, para orientar a los estudiantes a conocerse, identificar sus motivaciones y reconocer sus experiencias como guía para elegir su carrera profesional.

► PROPÓSITO

- Reflexionar sobre los factores que inciden en la toma de decisiones sobre qué estudiar al finalizar la educación media.

- Explicar el concepto de orientación vocacional y su diferencia respecto a orientación profesional.
- Descubrir las fortalezas y competencias de los participantes.

Relevancia del tema por tratar

La mayoría de los estudiantes que cursan décimo y undécimo grado, tienden a cuestionarse acerca de su futuro profesional, especialmente sobre la elección de una carrera. Por tanto, es relevante que los estudiantes que cursan estos grados conozcan cuáles son sus destrezas, fortalezas, habilidades y competencias, pues este autoconocimiento va a permitir realizar una orientación vocacional pertinente.

Así pues, es necesario comprender la orientación vocacional como un proceso estructurado y técnico, el cual se realiza a una persona que se encuentra indecisa. Es decir, se busca asesorar a través de información relevante y precisa, cómo la valoración de sus experiencias y competencias va a permitirle tomar una decisión real frente a las necesidades individuales y las demandas sociales (Lobato, 2002).

Ahora bien, es importante hacer una distinción entre orientación vocacional y orientación profesional. La primera hace énfasis en ser un proceso psicológico y pedagógico, donde se identifican motivaciones, aptitudes y actitudes, con el fin de ayudar en la elección de una profesión; mientras que la orientación



Orientación vocacional



90 minutos



Estudiantes de grados 10º y 11º



Procesos Psicológicos y del Desarrollo de la Juventud (v semestre)

profesional se da a lo largo de la carrera para procurar la adquisición de habilidades y conocimientos.

Teniendo en cuenta lo anterior, es relevante hacer un acompañamiento a los estudiantes que están a puertas de terminar la secundaria, para favorecer un espacio que les permita reconocer sus habilidades y las puedan poner a disposición de su decisión frente a la elección de carrera.

Metodología

Repartición de los tiempos

Este taller se debe llevar a cabo en una sesión de 90 minutos, con un intermedio o receso de 10 minutos.

- ▶ **PRIMER MOMENTO** (30 minutos).
- ▶ **PRESENTAR LAS DIFERENCIAS ENTRE ORIENTACIÓN VOCACIONAL Y PROFESIONAL.**
- ▶ **EXPLICAR CÓMO SE IDENTIFICA LA VOCACIÓN.**
- ▶ **SEGUNDO MOMENTO** (30 minutos).
- ▶ **TRABAJO PERSONAL** (actividad de autoconocimiento).
- ▶ **CIERRE** (30 minutos).
- ▶ **CONSTRUCCIÓN DEL PRODUCTO.**

Descripción del escenario de aplicación

Debe ser un espacio que permita generar diálogos entre los participantes. Se requiere que esté iluminado, que tenga buena ventilación y que sea cómodo. Para esto debo contar con una silla y mesa para realizar la actividad escrita.

Organización de los participantes

El trabajo será individual, debido a que se requiere un proceso de autoconocimiento, que permita reconocer las aptitudes y actitudes de cada uno de los participantes, con el fin de que les permita reconocer fortalezas que pueden jugar a favor en la elección de carrera.

Guion de aplicación

Primer momento

El docente se debe presentar ante los estudiantes, les debe explicar el tema del taller y su relevancia. Luego iniciará la exposición, donde explica las diferencias entre orientación profesional y vocacional, para luego centrarse en la vocacional. Después de esta explicación deberá generar un espacio de discusión, por si los estudiantes tienen dudas.

Segundo momento

Dar las instrucciones para la realización de la actividad de autoconocimiento y generar un espacio de socialización. Luego hacer las preguntas del cierre para orientar la elaboración del producto (collage), el cual pueda evidenciar la profesión que escogieron.

Descripción de la actividad

Primer momento

- ⌘ Presentación del docente orientador a cargo del taller.
- ⌘ Indicaciones del orden del taller.
- ⌘ Explicación de conceptos.

MATERIALES

- Sillas para los participantes del taller
- Mesa para apoyarse al momento de realizar la actividad del taller
- Realizar una exposición de las diferencias entre orientación vocacional y profesional (A elección del expositor el uso de diapositivas)
- Hojas y lápices para la actividad del taller

Segundo momento

Actividad

Se debe tener en cuenta los siguientes conceptos: (lo que me gusta) pasión, (lo que hago bien) profesión, (lo que puede beneficiar a otros) misión. Se puede diseñar un formato en Word que contenga estas casillas para facilitar el desarrollo del taller, y entregar una hoja a cada estudiante para su resolución.

Ejemplo:

¿Qué te apasiona?

Pasión (lo que me gusta)	Profesión (lo que hago bien)	Misión (lo que puede beneficiar a otros)
-----------------------------	---------------------------------	---------------------------------------------



Cierre de la actividad

El cierre de la actividad es socializar las respuestas de cada estudiante, esto va a permitir que los compañeros identifiquen las destrezas de los integrantes de su grupo, y a su vez puede que se identifiquen habilidades que quizá para la persona no fueron evidentes en el trabajo individual.

Para este espacio se pueden utilizar las siguientes preguntas:

- ≈ ¿Alguna de las aptitudes que identifiqué durante la actividad fue nueva para usted?
- ≈ ¿Pensar en sus experiencias de vida le facilitó reconocer sus habilidades?, ¿cómo y por qué?
- ≈ ¿Qué habilidades reconoce en sus compañeros que ellos no hayan identificado?
- ≈ ¿Se le facilita pensar en un perfil profesional?
- ≈ ¿Su experiencia a nivel académico le ayuda a perfilar sus destrezas?

Sistematización del taller

Teniendo en cuenta las respuestas que dieron a cada una de las preguntas planteadas, exponer en una página la experiencia del taller, para luego hacer un compilado y formar un collage que contenga imágenes que sean acordes a la profesión y carrera que desean cursar para presentarle a sus compañeros.

Relevancia del tema abordado

Este taller se enlaza con el espacio académico: "Procesos Psicológicos y del Desarrollo de la Juventud (v semestre)", debido a que esta materia permite que los estudiantes comprendan las relaciones entre los procesos psicológicos superiores (pensamiento y lenguaje), y el desarrollo de la juventud, en términos neurocientíficos, psicomotrices, psicoafectivos, cognoscitivos, psicosociales, interaccionales y de sexualidad humana. Resaltando las funciones de la familia en pro del desarrollo y del bienestar de la juventud (Proyecto Educativo del Programa). Por tanto, la orientación vocacional hace parte del proceso de desarrollo del joven, debido a que promueve el aprendizaje, las habilidades sociales, el proyecto de vida y estabilidad emocional. Así pues, el producto realizado (collage), se presenta a los compañeros y se destina una pared del salón para colgarlo.

Referencias

Lobato, C. (2002). Psicología y asesoramiento vocacional. *Revista de Psicodidáctica*, 13. España: Universidad del País Vasco / Euskal -Herriko Unibersitatea Vitoria-Gazteis.

La orientación vocacional hace parte del proceso de desarrollo del joven, debido a que promueve el aprendizaje, las habilidades sociales, el proyecto de vida y estabilidad emocional.



AUTORA

Heidy Dayanna Mahecha González.

TALLER 10.

¿QUIÉN QUIERO SER PROFESIONALMENTE?

SALVADOR MINUCHIN Y CHARLES FISHMAN (1993)

El proyecto de vida es entendido como ese plan que los seres humanos construimos con base en la experiencia personal, las historias de vida, los valores morales y sociales, en el cual la programación de tareas, metas y planes de acción social constituyen el eje articulador que direccionan la vida de la persona, y en el que se pueden incluir nuevas situaciones donde esta desarrolle capacidades que le permitan comprender el mundo desde una óptica diferente.

Así pues, la familia constituye el escenario principal en el que se gesta y proyecta el plan de vida, como lo señalan Minuchin y Fishman (1993):

Contemplar a la familia en un lapso prolongado es observarla, como un organismo que evoluciona con el tiempo... Esta entidad va aumentando su edad en estadios que influyen individualmente sobre cada uno de sus miembros... El sistema familiar tiende al mismo tiempo a la conservación y a la evolución. (pp. 34-36)

La familia, es entonces, considerada como el contexto primordial en donde los jóvenes aprenden, socializan y construyen su identidad, a través de las relaciones que tejen con sus miembros y con otras personas significativas y ajenas a esta.

Finalmente, la orientación y planeación del proyecto de vida adquiere sentido en el contexto social, político, económico y cultural en el que los jóvenes interactúan; dicha planeación se construye con el objetivo de alcanzar la autorrealización y el desarrollo de una vida saludable.

► PROPÓSITO

Generar un espacio conversacional con estudiantes de grado 11.º frente a la construcción de su proyecto de vida y prospectiva vital a mediano y largo plazo, en áreas como la familia, la vocación, la profesión, el trabajo y la persona.

Relevancia del tema por tratar

Durante la última década se ha planteado a los estudiantes de educación media el acceso a procesos de orientación vocacional para la toma de decisiones, con base en intereses y proyectos definidos a mediano y largo plazo, en torno a temas como la formación académica profesional u ocupacional.

Sin embargo, cabe destacar que para algunos jóvenes existen diversos factores que se relacionan con la elección de ocupaciones que no contemplan la educación técnica o profesional. En muchas ocasiones dichos factores se organizan en torno a la falta de recursos económicos, situaciones familiares, o falta de orientación para la elección de programas académicos; así



Proyecto de vida



90 minutos



Estudiantes de grado 11º



Sistemas Humanos II (VII semestre)

pues, algunos jóvenes deciden iniciar directamente con una vinculación laboral en diversas actividades ocupacionales.

Es en este sentido, el presente taller busca orientar a todos los estudiantes de undécimo grado en la construcción de su proyecto de vida a nivel profesional, familiar y personal, comprendiendo como D' Angelo (2003) propone:

Entender el proyecto de vida como ese modelo o pauta ideal en razón a lo que las personas desean o quiere ser y hacer, la cual genera una estructura o forma concreta en la disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo en razón a los recursos propios y del contexto donde se desarrolla (pp. 3)

Así mismo, el taller contará con el abordaje del concepto de sentido de vida, el cual según D' Angelo (1983), puede ser comprendido como aquellas características subjetivas que a nivel individual representan un simbolismo o significado especial a nivel de características o aspectos existenciales en la vida humana.

Metodología

Repartición de los tiempos

- ▶ **APERTURA:** (10 minutos).
- ▶ **PRIMER MOMENTO:** (20 minutos).
- ▶ **MOMENTO REFLEXIVO:** (10 minutos).
- ▶ **SEGUNDO MOMENTO:** (30 minutos).
- ▶ **CIERRE:** (15 minutos).

Descripción del escenario de aplicación

Debe ser un espacio que permita generar diálogos entre los participantes, que se puedan ver e interactuar, por tanto, se requiere que esté iluminado, que tenga buena ventilación y que sea cómodo con respecto al mobiliario, sillas y mesa para realizar la actividad escrita,

y también permitir un espacio reflexivo para cerrar la actividad.

Organización de los participantes

Se propone un trabajo individual.

Guion de aplicación

El docente encargado de la actividad debe generar un rapport con el grupo de estudiantes, debe generar una contextualización frente al tema que se trabajará, denotar la importancia que puede tener para su vida y cómo pueden generarse nuevas perspectivas o visiones frente a su futuro, especialmente hacia su proyecto y sentido de vida a nivel profesional y laboral.

Posteriormente se expondrán los momentos en que está repartido el taller y se resolverán dudas que puedan surgir.

Descripción de la actividad

En el primer momento se pide a los estudiantes que se ubiquen en sus puestos y que adopten una postura de atención hacia las instrucciones para el desarrollo de la actividad.

Una vez los estudiantes tengan en sus manos el "Anexo 1" se da la siguiente instrucción: por favor lean detenidamente cada apartado del documento que se les ha entregado, diligéncielo de la manera más honesta posible, y si han tenido procesos de orientación profesional o les han aplicado alguna prueba para ayudarlos a decidir qué disciplinas o profesiones pueden ser de su interés o afinidad, los tengan presentes para esta actividad.

Como los estudiantes tendrán 20 minutos para la primera actividad, el docente encargado puede generar una ronda por el salón o el espacio donde se esté llevando a cabo, para orientar o ayudar a los estudiantes en razón a si surgen dudas o malinterpretaciones.



ANEXO 1

Te invito a que reflexiones y pienses en los diferentes caminos que puedes tomar en razón a construir y organizar un posible futuro donde la academia puede ser un camino, pero tu desarrollo personal también lo sea.

Así que te preguntamos...

a. ¿Qué profesión te gustaría aprender y por qué?:

b. ¿Qué te ha dicho tu familia que deberías hacer cuando salgas del colegio este año?:

c. ¿Cuál es la actividad que más te apasiona hacer en tu tiempo libre?:

d. En este momento, ¿cuál es el mayor obstáculo que tienes para cumplir tus sueños a corto plazo? (Meses):

e. En este momento ¿cuál es el mayor obstáculo que tienes para cumplir tus sueños a mediano y largo plazo? (1 a 5 años):

f. Si has participado o te han brindado orientación vocacional y aplicado alguna prueba para reconocer tus afinidades frente a ciertas carreras técnicas o profesionales, ¿cuál es tu percepción frente a los resultados de dichas actividades?

g. ¿Cuál es tu mayor motivación para salir adelante y desarrollarte como persona?

h. ¿Quién o quiénes son tu mayor apoyo para que puedas cumplir tus sueños a nivel personal y profesional?

i. ¿Cuál era tu mayor miedo frente a decidir qué carrera elegir? Y antes de tomar o elegir la carrera o proyecto que actualmente tienes, ¿qué otras opciones tenías o deseabas?



Tras los 20 minutos se puede indagar a los estudiantes sobre algunas de sus respuestas, y dar retroalimentaciones positivas de parte de otros estudiantes hacia sus compañeros. Cuando se hayan socializado la mayoría de los escritos o el encargado (profesional) perciba que los estudiantes ya no quieren seguir participando, se puede dar apertura al segundo momento del taller.

En este segundo momento se pide que los estudiantes en una hoja en blanco escriban una carta a ellos mismos, donde expongan:

- ≈ ¿Qué tipo de persona quieren ser?
- ≈ ¿Cuáles son las experiencias y expectativas que brindan sentido a la construcción de un plan de vida?
- ≈ ¿Cuáles son las relaciones más significativas que ha construido y cómo estas le han ayudado a ser la persona que es hoy en día?

Para finalizar la carta, el estudiante debe incluir un mensaje para el “yo del futuro en la vejez”, en el que se agradezca por el cumplimiento del plan de vida trazado actualmente, y en el que se reflexione sobre el afrontamiento de los momentos difíciles, así como en el reconocimiento de posibles personas importantes en el cumplimiento de ese plan de vida. **Ver nota 1**

Cierre de las actividades

Para el cierre del encuentro se recogen los aportes y las perspectivas de los estudiantes que participaron, motivándolos nuevamente para que este aprendizaje y ejercicio no se quede solo dentro del aula de clase, sino que tenga una funcionalidad y sirva para apoyar y guiar a otros estudiantes (adolescentes) frente a construir un proyecto, e identificar los vínculos o factores que aportan en su sentido de vida y que se interconectan con su deseo de ser personas holísticas.

Relevancia del tema abordado

El proyecto de vida, como se ha expuesto y mencionado en este taller, puede ser un plan o una guía para pensar y construir un camino por seguir en razón a proponerse metas u objetivos a mediano o largo plazo en la vida. Si se piensa metafóricamente hay diferentes formas de ubicarse en una ciudad e ir de un punto “A” a un punto “B”, sin embargo, entre más recursos o herramientas tengamos para referenciarlos y buscar el mejor camino por seguir, podemos ahorrar tiempo y energía. De igual manera, el proyecto de vida parte de nuestros intereses, motivaciones y de un proceso introspectivo donde pensamos lo que queremos lograr o alcanzar (sin olvidar que podemos equivocarnos o retomar un camino que habíamos pensado no queríamos seguir). En este sentido, el o los proyectos de vida se convierten en una guía para centrar nuestros esfuerzos y acciones en pro de una meta.

Sistematización de los ejercicios

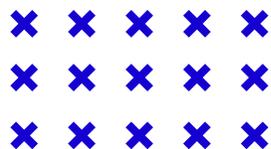
Se puede recolectar información de dos maneras: la primera es tener una copia de los trabajos desarrollados por cada estudiante en el taller, como un referente para hacer un seguimiento a las metas u objetivos propuestos por cada uno.

Una segunda opción es construir un tablero de notas donde cada estudiante registre en un papel su meta por cumplir y la pegue, posteriormente que la puedan retirar cuando el docente orientador y el estudiante identifiquen que la meta u objetivo se haya cumplido a cabalidad, como una analogía del proceso y cumplimiento de la acción.

Referencias

- D'Angelo, O. (1983). Esencia humana y desarrollo de la personalidad. *Revista Santiago. La Habana, Cuba: Universidad de Oriente.* 49 y 50
- D'Angelo, O. (2003) Proyecto de vida y desarrollo integral humano. *CIPS Revista Internacional Creemos.* 6 (1 y 2) pp. 1-31
- Minuchin, S. y Fishman, Ch. (1993). *Técnicas de terapia familiar.* Paidós.

Nota 1: una vez finalizada esta parte del taller se expone a los estudiantes que con base en sus respuestas se pongan pequeñas tareas diarias donde se propongan metas a corto, mediano y largo plazo, en función de poder alcanzar esas metas o deseos que han plasmado en la actividad. Siendo conscientes que los hábitos y cambios requieren constancia y esfuerzo, por lo cual se pide que las tareas u objetivos sean acordes a sus necesidades y viables en razón al tiempo para llevarlas a cabo, también acordes a las actitudes y aptitudes de cada uno.



REFERENCIAS

- Barberá, E. (1998). *Psicología del género*. Ariel Psicología.
- Cabodevilla, I. (2007). *Las pérdidas y sus duelos*. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 30(3), 163-176. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600012&lng=es&tlng=es
- Cabrera, F. y Díaz, C. (2016). *Taller de reconocimiento y manejo emocional: sistematización de la experiencia de un grupo de adolescentes privados de libertad en CIP-CRC San Joaquín*. Santiago de Chile. <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/151768/Taller%20de%20reconocimiento%20y%20manejo%20emocional.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Casas, J. y Ceñal, M. (2005). Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 9(1), 20-24.
- Cook, R. y Simone, C. (2009). *Estereotipos de género*. Perspectivas.
- D'Angelo, O. (1983). *Esencia humana y desarrollo de la personalidad*. Revista Santiago. La Habana, Cuba: Universidad de Oriente.
- Díaz, J. (2006). Identidad, adolescencia y cultura. Jóvenes secundarios en un contexto regional. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 11(29), 431-457.
- Enkerlin, E., Cano, G., Garza, R. y Vogel, E. (1997). *Ciencia ambiental y desarrollo sostenible*. Thompson Editores.
- Ferrer, R. (2007). *Departamento de psicología de la salud*. Licenciatura de Humanidades, Universidad de Alicante. <https://www.psb.ua.es/>
- Forero, J. (1978). Psicología del consumidor. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 10(1), 83-92. Fundación Universitaria Konrad Lorenz.
- Frankl, V. (1995). *La psicoterapia al alcance de todos*. Herder.
- Freud, S. (1905). *Tres ensayos sobre la teoría de la sexualidad*. Biblioteca Nueva.
- Goffman, E. (1963). *Estigma, la identidad deteriorada*. Amorrortu Editores.
- Gómez, A. (2007). Salud física y salud mental, un binomio indisoluble. *Farmacia Abierta, Salud Física y Salud Mental*, 21(7), 53-56. <https://www.el-sevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-pdf-13108595>
- González, A., Rodríguez, A. y Hernández, D. (2011). El concepto zona de desarrollo próximo y su manifestación en la educación médica superior cubana. *Educación Médica Superior*, 25(4), 531-539. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412011000400013&lng=es&tlng=es
- Guzmán, E. (2019). *Manual del taller: sexualidad*. Instituto de Aguascalentenses de las Mujeres. http://cedoc.inmujeres.gob.mx/insp/taller_sexualidad.pdf
- Lamas, M. (2000). Diferencias de sexo, género y diferencia sexual. *México Cuicuilco*, 7(18), 1-24. Escuela Nacional de Antropología e Historia, Distrito Federal.

- Lobato, C. (2002). Psicología y asesoramiento vocacional. *Revista de Psicodidáctica*, 13. España: Universidad del País Vasco / Euskal -Herriko Unibersitatea Vitoria-Gazteis.
- Lutte, G. y Medrano, L. (1991). *Liberar la adolescencia: la psicología de los jóvenes de Hoy*. Editorial Herder.
- Minuchin, S. y Fishman, Ch. (1993). *Técnicas de terapia familiar*. Paidós.
- Real Academia Española. (2021). *Diccionario de la Lengua Española*, (23.ª ed.) <https://dle.rae.es>
- Restrepo, B. (2002). Una variante pedagógica de la investigación-acción educativa. *OEI Revista Iberoamericana de Educación*, 29(1). <https://doi.org/10.35362/rie2912898>
- Romero, T. y Forero, K. (2020). *Cartilla Género*. Ministerio de Justicia de Colombia. <https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/conexion-justicia/Documents/caja-herramientas-genero/Cartilla%20Género%20final.pdf>
- Torres, G. (2017). *Taller terapéutico de duelo: "Encontrando las ganancias de mi pérdida"*. Centro Vivir Libre. <https://www.vivirlibre.org/files/tallerduelo.pdf>
- Wilber, K. (2020). *Una visión integral de la psicología*. Editorial Alamah.

SOBRE LOS AUTORES

Camila Pajón Rojas

Docente de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio; magíster en Psicología Clínica, con apropiación del saber psicológico, con capacidad para transferir conocimiento y generar aprendizaje en diversos contextos de la realidad social. Competencias para actuar responsablemente, con sentido ético y de justicia; capacidad de trabajo interdisciplinario, con análisis crítico y solidario; facilidad para liderar la búsqueda de soluciones integrales y adaptarse a los cambios que se presenten en las instituciones.

Heidy Dayana Mahecha González

Docente de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio; magíster en Estudios de Familia de la Universidad Externado de Colombia, con 4 años de experiencia en el área de evaluación e intervención clínica articulada al enfoque sistémico en el trabajo con familias en diversos contextos sociales e institucionales.

Julián David Ferreira Duarte

Docente de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio; psicólogo egresado de la Universidad Santo Tomás, magíster en Psicología Clínica y de la Familia. 3 años de experiencia en el ámbito clínico/comunitario, con profundos conocimientos en psicoterapia a nivel individual/familiar. Ha trabajado con personas víctimas del conflicto armado en Colombia, en el

municipio de Tenjo, Cundinamarca. Ha desarrollado diferentes programas de atención y acompañamiento a familias en estado de vulnerabilidad y población infantil primera infancia en diferentes regiones de Colombia.

Edna Rocío López Vargas

Miembro del Semillero de Investigación de Responsabilidad Social de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio, el cual parte de un interés y motivación por los temas de género y acciones en pro de la igualdad.

Ha participado en investigaciones de género en la región, y en encuentros de experiencias sociales articuladas con la academia para la construcción conjunta de nuevo conocimiento e impacto en la vida social.

Se encuentra a la espera de recibir su título profesional como psicóloga de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio.

Carol Gisell Rodríguez Ordoñez

Miembro del Semillero de Investigación de Responsabilidad Social de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio, el cual parte de un interés y motivación por los temas de género y acciones en pro de la igualdad.

Ha participado en investigaciones de género en la región, y en encuentros de experiencias sociales articuladas con la academia para la construcción conjunta de nuevo conocimiento e impacto en la vida social.

Se encuentra a la espera de recibir su título profesional como psicóloga de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio.

Mariana Medina López

Miembro del Semillero de Investigación de Responsabilidad Social de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio, el cual parte de un interés y motivación por los temas de género y acciones en pro de la igualdad.

Ha participado en investigaciones de género en la región, y en encuentros de experiencias sociales articuladas con la academia para la construcción conjunta de nuevo conocimiento e impacto en la vida social.

Se encuentra a la espera de recibir su título profesional como psicóloga de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio.

Juan José Corredor Bonelo

Miembro del Semillero de Investigación de Responsabilidad Social de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo

Tomás, Sede Villavicencio, el cual parte de un interés y motivación por los temas de género y acciones en pro de la igualdad.

Ha participado en investigaciones de género en la región, y en encuentros de experiencias sociales articuladas con la academia para la construcción conjunta de nuevo conocimiento e impacto en la vida social.

Se encuentra a la espera de recibir su título profesional como psicólogo de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio.

Marly Yadira Silva Pregonero

Futura psicóloga de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio.

En el primer semestre del 2021 realizó sus prácticas profesionales en el Colegio Departamental La Esperanza. Se caracteriza por tener habilidades y aptitudes en la aplicación de procedimientos educativos aprendidos, y desarrollar con claridad, calidad y responsabilidad los objetivos encomendados, para así lograr un buen desarrollo psicológico y satisfactorio de los niños y adolescentes.

PSICOLOGÍA PARA JÓVENES

Colección de libros editado por
Ediciones USTA, Universidad
Santo Tomás, Sede Villavicencio,
diciembre de 2021.



PSICOLOGÍA PARA JÓVENES

Este libro consta de diez talleres desarrollados por estudiantes, egresados y docentes de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás, Sede Villavicencio, dirigidos a estudiantes de educación básica y media de diferentes instituciones educativas ubicadas en diversas regiones de Colombia.

Con este libro se busca que los niños, las niñas y los adolescentes de las regiones tengan un acercamiento a los núcleos problemáticos abordados en la Facultad de Psicología, desde el reconocimiento de los procesos psíquicos, comportamentales, de aprendizaje y relacionales, entre otros; que servirán de herramienta para el fortalecimiento de las capacidades y habilidades científicas, académicas y profesionales de los y las estudiantes, y se animen a cursar una carrera profesional.

En este sentido, el libro presenta talleres con ejes temáticos como los ciclos vitales, la salud física y mental, el autocuidado, la construcción identitaria de los jóvenes, el construir relaciones entre pares sociales asertivas y basadas en la comunicación.



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
VILLAVICENCIO