

Foro Educativo

“Las habilidades
socioemocionales,
herramientas para
el desarrollo
humano en la
educación”

“Las Habilidades Socioemocionales desde la Gestalt”

Junio 26 de 2019

Las Habilidades Socioemocionales, Herramientas para el Desarrollo Humano en la Educación

Dra. Patricia de Guadalupe Mar Velasco

MAESTRA DE EDUCACIÓN PRIMARIA. Escuela Nacional de Maestros, CDMX. 1969 1973

LICENCIATURA EN SOCIOLOGÍA. División de Ciencias Sociales. UAM-XOCHIMILCO

DOCTORADO EN FILOSOFÍA. Programa: Historia económica y social. Facultad de las Ciencias del Espíritu. Universidad de Viena, Austria.

ESTUDIOS DE MAESTRÍA EN PSICOTERAPIA GESTALT: Instituto Mexicano de Psicoterapia



Nota introductoria:

Si hablamos de docentes estamos refiriéndonos a los docentes sin importar la función en la que se encuentren: frente al grupo o dirigiendo las escuelas o la misma SEP.

Si hablamos de docencia y educación siempre hablamos de la relación yo – tú, es decir, de procesos dinámicos internos o externos.

Objetivos del foro:

Desarrollo de habilidades socioemocionales para una mente favorable y la sana convivencia en las escuelas.

Objetivos de la ponencia:

Conocer estrategias y herramientas en HSE enfocadas al trabajo con los alumnos desde la Pedagogía Gestalt en el rol de mediador.

Comparativo

Autoridad tradicional

- Distante
- Control
- Jerarquía
- Inmediatez
- Revancha
- No admite críticas

Nueva autoridad

- Presente
- Auto-control
- Redes
- Perseverancia
- Reparación
- Transparencia

Por lo tanto, priorizamos:

- FUERZA en lugar de PODER
- Todo alumno tiene derecho a un profesor fuerte...
- Y feliz

¿Cómo lograr esto?

El camino parece fácil pero hay que comprometerse:

- Es necesario un cambio de perspectiva
- Para ello hay que cambiar algunos pensamientos “naturalizados”

1. En primer lugar en una formación que me sensibilice hacia mi mismo. (Porque si no somos sensibles a nosotros mismos, no podremos ser sensibles a los otros)...

Y esto tiene que ver básicamente con nuestras emociones, nuestro cuerpo y nuestros pensamientos.

...y

2. que luego me sensibilice hacia el otro.

En la relación yo – tú

Cambios de perspectiva son posibles cuando estamos conscientes de...

- Que no tenemos el poder de cambiar a otra persona de acuerdo con nuestros deseos.
- Que sólo nosotros podemos reflexionar y cambiar nuestras posturas.
- Que a lo único que podemos prestar resistencia es al comportamiento de las personas no a la persona misma.
- Que existen diferentes voces que pueden tener efecto o que pueda ser sensible en el otro, en mi “próximo”.

Por lo tanto:

- Reconocer que la fuerza está en mi me fortalece y saca de la impotencia o rol de víctima.

Aspectos de una postura básica en el conflicto:

- **Estar aquí:** o sea no cejar, insistir.
- **Dar contención:** no desanimarse, perseverar: "¡Te defenderé, no estoy en contra de ti!".
- **No violenta:** La estima y el respeto están en primer plano.
- **Estar convencido:** ¡Mi autoridad no depende de tu respuesta, sino de lo que hago! (Sabemos que no podemos cambiarte, hemos decidido cambiar).
- **No estar solo:** encontrar apoyo para trabajar juntos.

Presencia es más que sólo estar presente

- La **presencia** implica la atención plena.
- La **atención plena** es una habilidad fundamental de la mente o el cerebro humanos.
- La **atención plena** es una conciencia consciente interna y/o externa en este momento. Incluye todos los sentidos.
- Para desarrollar la **presencia**, es útil centrar la atención en diferentes niveles (yo, tú, el entorno, el tema, etc.) y prestarles atención.

¿Qué significa la *presencia profesional*?

- **La presencia profesional** es un enfoque que vincula mente, cuerpo y corazón.
- **Presencia profesional** significa guiar a los estudiantes, profesores o empleados a reconocer y desarrollar su potencial.
- **Presencia profesional** significa aprovechar las diferencias y promover la cooperación del equipo para lograr sus objetivos con éxito y con alta calidad.

Características de la *presencia*

- **Aspecto físico:** estoy aquí, con todos los sentidos.
- **Aspecto del hecho o comportamiento:** Soy capaz de actuar.
- **Autocontrol:** estoy tranquilo y no me dejo provocar. Decido qué y cuándo hago algo.
- **Aspecto de relación:** siempre me mantengo en la relación y nunca dejo que en un conflicto el hilo de la relación se rompa.
- **Aspecto sistémico:** nunca estoy solo. Si es necesario, puedo fortalecer mi presencia a través de un sistema de apoyo.

Los 8 niveles de la *presencia* (1)

- **Presencia Física:** Percepción/conciencia corporal.
- **Presencia relacionada con la acción:** usa tus propias fortalezas.
- **Presencia guiada por valores y actitudes.**
- **Presencia internalizada:** cómo soy consciente de mí mismo.

Los 8 niveles de la *presencia* (2)

- **Presencia consciente de la meta:** cómo hago contacto
- **Presencia emocional:** reconocer sentimientos, nombrarlos.
- **Presencia espiritual:** Estar aquí y ahora, mentalmente.
- **Presencia del entorno de apoyo:** estar vinculado, tener una red.

Niveles de la acción



Autopercepción y autocontrol

- Lenguaje corporal/postura
- 5 aspectos:
miedo/vergüenza/culpa/ira/impotencia
- Mensajes Nosotros / Yo
- No involucrarse en el conflicto.
- Aplazamiento (*¡Forja el hierro cuando esté frío!*)

Transparencia y apertura

- Permitirse comunicar
- Salir del aislamiento
- Des-tabuizar
- Contra el secreto/A favor de la apertura
- No estoy solo con el conocimiento o saber.

Apoyo y redes

- Apoyo para niños, adolescentes/adultos.
- Soporte activo/pasivo
- Formación de redes: Involucre a un sistema de ayuda, interactúe con instituciones similares, enfoques comunes... Con las familias, amigos...
- Supervisión de apoyo, educación continua, asesoría...

Acción solidaria

- Los grupos tienen mucha fuerza actuando en solidaridad y decisión.
- Hacer visible la determinación y la solidaridad.
- Es importante hacerle ver al otro que “tú eres importante para nosotros y estamos interesados en una solución/cambio.”

(En casos de comportamiento violento, acoso escolar...)

Encuentro, contacto y relación

- ¿Cómo propicio un encuentro (acercarme a alguien, saludos, una sonrisa...)
- Mantente en contacto, sin importar el comportamiento
- Cómo surge la relación (tú eres importante para mí...)
- Aproveche el tiempo precioso (horas de trabajo, pausas, eventos...)
- Expresión de apego (Sé lo que te interesa, lo que te gusta...)
- Reparación en lugar de sanciones/reparación en lugar de enmendar.

Postura - Actitud - Valores

- Estoy aquí. Estoy interesado en ti! ¡No voy a irme! ¡Me quedo allí! No estoy solo
- Uso las diferencias y fortalezco los recursos.
- Objetivos claros (escuela, niños/familia, objetivos propios)
- Percepción (cuerpo, lenguaje, pensamientos, sentimientos)
- Claridad y transparencia
- Involucro – permito el compartir
- Reinterpretación de los motivos: imputar “buenas intenciones”.

¡Gracias por su atención!

pmarvelasco@gmail.com