



**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN:
COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES, COMO ESTRATEGIA DE
PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL**

JULIÁN MAURICIO DÍAZ PÁEZ

**UNIVERSIDAD ICESI
FACULTAD DE DERECHO Y CIENCIAS SOCIALES
MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL**

SANTIAGO DE CALI

2020

**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN: COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES
COMO ESTRATEGIA DE PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL**

JULIÁN MAURICIO DÍAZ PÁEZ

**Trabajo presentado como requisito para optar el título de Magister en Intervención
Psicosocial**

DIRECTORA: VIVIAM STELLA UNÁS CAMELO

UNIVERSIDAD ICESI

FACULTAD DE DERECHO Y CIENCIAS SOCIALES

MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL

SANTIAGO DE CALI

2020

CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN	1
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	9
2. JUSTIFICACIÓN PROPUESTA DE INTERVENCIÓN:	14
3. ANTECEDENTES	19
4. MARCO DE REFERENCIA TEÓRICO-CONCEPTUAL	29
4.1 COMPETENCIA	23
4.2 SALUD MENTAL	29
4.3 FORMACIÓN	29
4.4 EDUCACIÓN	27
5. OBJETIVOS	24
5.1 OBJETIVO GENERAL	24
5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	26
6. METODOLOGÍA	29
7. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	39
7.1 División de la propuesta	39
7.1.1 AUTOCONCIENCIA	42
7.1.2 Conciencia del otro	47
7.1.3 Toma de decisiones	51
8. CONCLUSIONES	51
BIBLIOGRAFÍA	59
ANEXOS	63

ANEXO 1.....	63
ANEXO 2.....	64
ANEXO 3.....	60
ANEXO 4.....	67
ANEXO 5.....	70
ANEXO 6.....	72
ANEXO 7.....	74

LISTA DE TABLAS

TABLA 1. Población Entrevistada.....	32
TABLA 2. Autoconciencia/Semestre Cero.....	40
TABLA 3. Autoconciencia/Semestre Uno.....	42
TABLA 4. Conciencia del otro/Semestre Dos.....	44
TABLA 5. Conciencia del otro/Semestre Tres	47
TABLA 6. Toma de decisiones/Semestre Cuatro.....	48

Competencias Socioemocionales en Maestros en Formación, como Estrategia de Prevención en Salud Mental

Introducción

En los últimos años, la sociedad ha experimentado cambios importantes que han impactado todos los niveles sociales. Algunos de estos cambios han sido exitosos en avances tecnológicos, sociales, de recursos tecnológicos y manejo de la información. Pero también ha habido cambios que replantean su actuar en las instituciones, en sus dinámicas sociales e individuales, como determinantes en la salud, trabajo y en relaciones psicosociales, laborales y educativas.

La escuela, como institución social, no ha sido ajena a estos cambios. En ella, los roles de los maestros y de los estudiantes están siendo, constantemente, expuestos a cambios continuos. Estos cambios se evidencian en la forma en que el maestro aborda la formación de sus estudiantes; lo cual representa nuevos retos en sus prácticas. En su labor docente debe hacerles frente a estas situaciones en el aula de clases; también, debe entender, dirigir y adaptar a sus educandos a procesos académicos. En tanto que los estudiantes, en el aula de clases, son cada vez más diversos en sus ritmos de aprendizaje, en sus contextos sociales y en sus relaciones familiares. En algunos casos, les cuesta adaptarse a rutinas académicas y al contexto educativo, ya sea por falta de apoyo familiar y/o herramientas socioemocionales, tan necesarias para que puedan continuar con su formación académica.

Por su parte, la escuela presenta otros fenómenos, como: la deserción escolar, la violencia escolar, el consumo de sustancias psicoactivas, la poca participación de los padres de familia. Y los que aquejan a los profesores, como: el clima laboral con dificultades, el excesivo

agotamiento, la depresión y el estrés. Estos fenómenos, en la escuela pública colombiana, han sido tratados por el Estado, aunque no en su totalidad; por ejemplo, con políticas públicas, como ampliación de cobertura educativa y estándares de inclusión escolar. Otras intervenciones han estado orientadas hacia los estándares educativos, como ampliación de las horas de clases, bilingüismo, aulas virtuales, uso de herramientas tecnológicas en el aula y evaluaciones saber. En fin, las acciones del Estado se han centrado en el avance de la calidad educativa de las Instituciones y en proponer una escuela pública con capacidad de hacer frente a las demandas sociales; para ello, el maestro ha recibido apoyo formativo y capacitación para brindar una mejor educación. Sin embargo, el maestro se queda corto para afrontar y conducir situaciones extracurriculares en la escuela como violencia, atención a población vulnerable, ambiente laboral estresante entre otros, situaciones que están por fuera de su función profesional pero que requieren del uso de competencias socioemocionales con alumnos, padres familia o con otros maestros.

Con lo anterior, se puede asumir que las competencias socioemocionales son el conjunto de experiencias, prácticas, conocimientos, actitudes y habilidades que permiten entender y enfrentar, apropiadamente, situaciones emocionales. Para Bizquerra (2003), las competencias socioemocionales facilitan la relación entre el sujeto y el contexto, al potenciar el desarrollo de habilidades de comunicación, relaciones interpersonales, conocimiento de sí mismos y resolución de conflictos.

Según la anterior definición, cuando se usan estas competencias, la calidad de vida del sujeto puede mejorar, en particular si las pone en práctica para sobrellevar situaciones emocionales propias, o apoyar a otros, a través de redes de apoyo. De hecho, es posible trabajar en fortalecer estas competencias emocionales en el proceso de formación académica e identificar y reflexionar sobre su alcance y su uso. Es decir, se puede evidenciar

cognitivamente su saber, su saber ser y su saber hacer, para que, posteriormente, los maestros, en formación, las pongan en práctica.

Es necesario mencionar que la enseñanza y formación -en competencias socioemocionales, como estrategia de prevención en Salud Mental, en el currículo formativo de los futuros maestros- debe estar enrutada hacia los principios pedagógicos de *educabilidad, enseñabilidad, pedagogía y contextos*, exigidos por el Ministerio de Educación. Pero se debe precisar el principio de la educabilidad, descrita como: “el programa de formación complementaria debe estar fundamentado en la concepción integral de la persona humana, sus derechos, sus deberes y posibilidades en formación y aprendizaje” (MEN, Ley 115, Decreto 4790, Artículo 2. Principios Pedagógicos).

En el contexto curricular de la Normal Superior Santiago de Cali se direccionan los principios pedagógicos a través de cuatro ejes temáticos que guían el proceso de formación de los maestros. Uno de estos ejes temáticos “El maestro: ser humano en proceso de construcción personal.”, en el núcleo temático “¿Cómo la lectura del contexto le permite al maestro, identidad personal y profesional?”. Como puede observarse, la propuesta de formación en competencias socioemocionales se enmarca en los saberes, haceres y saber ser, que propone la Institución Educativa en su formación profesional.

Nótese que, en este caso, se sugiere una relación entre salud mental y competencias emocionales. Al proponer esta relación, se evidencia el vínculo estrecho entre los dos conceptos, sus características, descripción y uso. Para enfocar esta asociación, se debe entender el concepto de salud Mental, según la OMS. Su director, Doctor Tedros Adhanom Ghebreyesus, la define como: “Un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.”

(Ghebreyeus, OMS, 2013). Por tanto, la Salud Mental es un conjunto de elementos de bienestar, conformado por factores psicológicos, emocionales y sociales, que ayudan a decidir cómo sentimos, actuamos, pensamos, cómo nos relacionamos con los demás y cómo tomamos decisiones. Según lo anterior, las competencias socioemocionales hacen parte del bienestar del ser humano: inciden, adecuadamente, en la Salud Mental del sujeto. Las competencias socioemocionales se basan, en su mayoría, en experiencias de vida enmarcadas en saberes y haceres, en un contexto social específico. En otras palabras, facilitan la relación entre el sujeto y el contexto, puesto que desarrollan habilidades de comunicación, relación interpersonal, conocimiento de sí mismo y resolución de conflictos, para su desarrollo en su diario vivir.

Cabe anotar que los maestros hacen poco uso de competencias socioemocionales por desconocimiento o pocas prácticas, en su labor docente. Esto los hace una población vulnerable ante enfermedades mentales, como estrés, depresión; entre otras. Dichas enfermedades mentales van incidiendo en su calidad de vida, en su entorno familiar, en sus proyectos personales y en su rendimiento laboral. Esta afirmación es sustentada por la Doctora María Alexandra Rendón, de la Universidad de Antioquia, en sus investigaciones, resalta la falta de preparación de los docentes en competencias Socioemocionales:

“(…) investigaron la subjetividad del profesorado en el aprendizaje. Revelaron que los docentes consideran tener una insuficiente formación inicial para abordar el desarrollo socioemocional de sus estudiantes y presentan más emociones displacenteras que placenteras respecto de su rol profesional” (Rendón, P. 6, 2019).

También, destaca algunas de las consecuencias que presentan los maestros por no estar dotados de competencias socioemocionales, en especial para enfrentar estos malestares y emociones displacenteras.

Rendón (2017) retoma los datos que se registran en la revista Arcadia. En esta revista, revisaron los informes de investigaciones realizadas en las siguientes universidades: los Andes, en 2005; Cauca, en 2010 y la Fundación Luis Amigó (Medellín). Todas ellas afirman que: “la enfermedad mental y los trastornos de personalidad son uno de los motivos de consulta médica más recurrentes por parte de miles de maestros y rectores en Colombia” (Rendón, 2019, p. 23). Así mismo, el MEN, en la revista Magisterio.com, reconoce dichas dificultades, a través de la investigación Malestar Docente, realizada por la investigadora Patricia Yasmin Velandia, quien asegura:

“El docente debe mantener un equilibrio mental en todas sus dimensiones personales para dar un rendimiento completo de calidad en el aula de clases, lo que implica que su hogar, su proyección como profesional, su vida material, su autoestima y su espiritualidad deben producir un gran rendimiento para no ahogarse en el aula de clase. Infortunadamente, hoy los maestros asumen los episodios de estrés y cansancio mental como algo natural”.

(Velandia, 2018, p. 18).

Las competencias socioemocionales ayudan a los maestros a detectar qué sucede, tener mecanismos para enfrentar esto que pasa y actuar autónomamente respecto a su salud mental. De ahí que las competencias socioemocionales sean herramientas útiles para prevención de enfermedades mentales en los maestros. Así mismo, cabe mencionar que -frente a trastornos mentales de orden biológico, como factores genéticos, hereditarios o congénitos- las competencias socioemocionales no pueden ser técnicas de prevención; solo son técnicas de acompañamiento y de soporte en su tratamiento.

Teniendo en cuenta lo anterior, la presente intervención psicosocial pretende implementar estrategias de prevención de las enfermedades mentales en los futuros maestros en sus prácticas laborales, a través del fortalecimiento de competencias socioemocionales. Se

plantea, entonces, una intervención en la formación profesional de futuros maestros, más precisamente, en el programa de formación de la Normal Superior Santiago de Cali.

1. Planteamiento del problema

Este proyecto de intervención pretende formular una propuesta que fortalezca las competencias socioemocionales de los maestros en formación, en la Escuela Normal Superior Santiago de Cali, en el municipio de Santiago de Cali. Se parte de la necesidad de formar, través de diversas estrategias, a los maestros en formación, en el uso de competencias socioemocionales, como estrategia de prevención en enfermedades mentales.

Esta intervención se realizará en la Institución Educativa Normal Santiago de Cali, en el Programa de Formación Complementaria. Esta institución educativa es reconocida, en el departamento del Valle del Cauca y en el Municipio de Santiago de Cali, por su larga trayectoria en formación de maestros. En efecto, tiene 113 años realizando esta función. Su trayectoria ha sido marcada por cambios y adaptaciones en el ámbito político, social y pedagógico.

En el funcionamiento de la Normal, surge un punto clave que marca su proceder: la implementación del Decreto 4790 de 2008, en el que: “establecen las condiciones básicas de calidad del programa de formación Complementaria de las escuelas normales superiores y otras condiciones de calidad” (Decreto 4790 del 2008). Trata sobre las condiciones de calidad, en las que el MEN avala el funcionamiento del Programa de Formación Complementaria en las escuelas normales. Estos decretos determinan la calidad de formación del maestro normalista, quien ya no es un maestro bachiller y debe cursar el Programa de Formación Complementaria, que consta de 4 semestres, para los bachilleres

académicos, con énfasis en pedagogía, y 5 semestres, para los demás bachilleres, con créditos académicos y prácticas pedagógicas. Así mismo, el Programa de Formación Complementaria de educación superior estará dentro de una Institución Educativa. Ello supone que estudiantes del programa de formación complementaria de población adulta comparten espacios físicos, recursos y políticas educativas, con una población educativa menor de edad.

En este punto, se identifican las siguientes desventajas, respecto a lo institucional, para el manejo de la salud mental, en los maestros en formación en la Normal Superior Santiago de Cali:

- El Programa de Formación Complementaria posee un mínimo del programa de bienestar estudiantil. Los directivos docentes y docentes pertenecen al sector oficial, regidos por la Ley 115 de 1994, y no pueden cumplir funciones diferentes a las que fueron nombrados. Además, los recursos de este ciclo se unifican con los recursos de gratuidad. Así, al compartir recursos con los ciclos de educación preescolar, básica Primaria, Secundaria y Media, suelen minimizarse los recursos para el Programa de Formación Complementaria.
- En el plan de estudios, hay una presencia mínima de espacios académicos orientados a la formación de competencias socioemocionales para los maestros en formación, que les ayudarían a afrontar mejor su ejercicio de práctica profesional.

Vale la pena mencionar que esta institución educativa educa una alta población de maestros en formación de la ciudad y de distintas regiones del Valle del Cauca, Cauca y Nariño. Es una población con diferentes experiencias de vida y de objetivos acerca de la formación docente; además, tienen distintos niveles, en lo que respecta a las competencias ciudadanas, laborales, académicas y socioemocionales. Todo esto conforma un espacio para

compartir experiencias, pero también un reto para pensar en la dimensión emocional y relacional.

Por lo anterior, y con el fin de atender esta diversidad, uno de los objetivos de la presente intervención es reconocer los saberes previos, respecto al manejo de emociones que tienen los maestros antes de iniciar su formación. Por ejemplo en la detección, interpretación y afrontamiento de situaciones de vida que afectan su salud mental, como estrés, depresión, inseguridad, duelos y otros padecimientos. También, se pretende identificar sus conocimientos y sus prácticas, en lo que respecta a competencias socioemocionales.

Omar Bravo (2018) señala la importancia de reconocer, en lo clínico, la experiencia de las personas que padecen, o no, un sufrimiento mental. “El reconocimiento de sus experiencias permite conocer sus representaciones sociales, sus procesos de construcción de sujeto a nivel emocional y la representación de institución que ellos tienen” (P, 12. 2018). Es decir, es importante reconocer la voz de los actores; en este caso, del maestro en formación: cuáles pueden ser las necesidades de formación en salud mental, las herramientas socioemocionales con las que cuentan y el significado de formación para ellos. Ante esta diversidad de situaciones planteadas sobre las necesidades de formación, competencias socioemocionales y las experiencias que los maestros tienen, surgen varias preguntas:

- ¿Cuál es la estrategia adecuada para fomentar la prevención en salud mental en el programa de formación complementaria?
- ¿Cuáles son las competencias emocionales que tienen los maestros, antes de iniciar su formación en la Normal?
- ¿Qué estrategias, o recursos, tienen los maestros para el trabajo emocional en su vida diaria?

- ¿Qué perfil, en competencias socioemocionales, puede orientar el proceso de formación de maestros?

Actualmente, los maestros en formación ponen en práctica lo aprendido planeando clases, ayudando a docentes y coordinadores en los campos de práctica donde están asignados; en fin, enriquecen, en escenarios reales, su experiencia formativa. Estos maestros en formación, en sus prácticas con sus maestros formadores, evalúan los logros alcanzados y otros por alcanzar. En esos momentos, se evidencia un elemento difícil de abordar para ellos, el cual, a veces, sobrepasa lo curricular: el factor socioemocional de los estudiantes – niños que están a cargo de los maestros en formación. Este factor devela las necesidades suscitadas en el campo de las relaciones emocionales, como: la necesidad de apoyo psicoafectivo, las relaciones interpersonales y las redes emocionales.

En efecto, este factor emocional se evidencia, significativamente, en instituciones educativas públicas. En particular, en situaciones relacionadas con la atención a familias desplazadas y la falta de recursos económicos de las familias. Porque esto genera deserción escolar, niños con necesidades educativas especiales y con pocas condiciones para satisfacer estas necesidades. Todas estas situaciones son reconocidas y tratadas por el Estado, como aspectos insatisfechos en la educación. El Ministerio de Educación Nacional en concreto lo plantea, en su revista *Al Tablero*, en el artículo MEN, “necesidades insatisfechas en el aula”(Sánchez, 2017) y, con respecto al mayor acceso y participación de la educación, en la *Revisión de políticas nacionales de educación* (MEN, 2016, p. 29).

A este factor se le suman las dificultades de adaptación a las normas de convivencia, por estudiantes que hacen difícil la adaptación de sus pares a la escuela. En esto, se aprecia la complejidad de la población estudiantil que enfrentan estos maestros, lo que genera determinantes de la salud mental, como estrés, angustia o depresión.

Estos fenómenos emocionales se incrementan en el maestro, cuando no está preparado, o no tiene herramientas para controlar, o enfrentar estas situaciones en el campo laboral; en este sentido las necesidades emocionales de los estudiantes y comunidades, afectan las emociones de los maestros en formación y para ello se requiere intervenir las competencias socioemocionales de estos últimos. Las competencias socioemocionales pueden ser una de las herramientas no terapéuticas que permiten lidiar con estos fenómenos emocionales. De hecho, es posible reconocerlos, darles una posibilidad funcional, en condiciones de autonomía y utilizarlas en un grupo social, ya sea con sus compañeros de trabajo o con sus alumnos.

Para acercarse a la educación socioemocional y la salud mental, Bizquerra (2013) enfatiza en la relevancia de identificar los factores de riesgo y las estrategias de protección, con el fin de tener herramientas para comprender y anticipar las situaciones que están afectando al sujeto y evitarlas, o darles un tratamiento adecuado. Entre las estrategias que sobresalen, están la comunicación asertiva y el trabajo colectivo. Ellas permiten manejar y disminuir la afeción que tiene la persona. Además, es posible potencializar las estrategias de protección, propias y hacia las personas en su entorno; esto es, promoviendo una cierta red de apoyo.

Un ejemplo de cómo los maestros en formación afectan su salud mental se pone de manifiesto en las entrevistas y los relatos de sus experiencias de práctica, en el aula de clases. Estas entrevistas se realizan fuera del espacio pedagógico. Algunos estudiantes las requieren con el docente de psicología, quien es nombrado por la Secretaría de Educación Municipal, para orientar los espacios de desarrollo psicológico y de salud, en el Programa de formación. Estos espacios, solicitados por los estudiantes, se utilizan para distintos temas; por ejemplo, para evaluar, en sus prácticas de formación, logros alcanzados y por alcanzar. En ellas, sale a la luz un elemento difícil de abordar para ellos: el factor socioemocional. Este factor

involucra necesidades relacionadas con sus relaciones emocionales y la necesidad de apoyo psicoafectivo, relaciones interpersonales y redes emocionales.

Cuando a los estudiantes se les pregunta por los desafíos y destrezas alcanzados en sus prácticas formativas, narran situaciones en las que utilizan estrategias para apoyar la formación de los niños que están a su cargo en la práctica. La mayoría expresa que esas prácticas no son suficientes, porque ellos no logran satisfacer las necesidades que el aula les demanda como: la atención a la población vulnerable, la población desplazada o las víctimas del conflicto; además, porque tienen que lidiar con la sobrepoblación en el aula. Muchos mencionan que lo curricular tiene límites para dirigir estas problemáticas, por tanto, buscan ayuda en la institución educativa, o con maestros en ejercicio. Y la respuesta que reciben es insuficiente. Esto genera, en los maestros practicantes, enojo, tristeza o dolor, por no poder resolver esta situación; en fin, dificultades para continuar realizando su práctica y frustración por terminarla, pues sienten que su labor no fue realizada.

Estos estados emocionales de los maestros en formación -mencionados en sus experiencias, después de su práctica en diferentes clases académicas- han sido objeto de estudio por parte del Ministerio de Educación; en la salud mental de los maestros en Colombia. En ellos, quedan expuestas las enfermedades mentales, de la labor docente.

En estos estudios, según investigaciones realizadas por la editorial Magisterio en el artículo titulado “los factores emocionales y psicosociales” de Patricia Velandia (2018), se presentan tanto el índice de estrés y Burnout como los diagnósticos más frecuentes en instituciones educativas de básica y media. Otro estudio, hecho por el Ministerio de Salud (2016), sobre la seguridad social de los profesionales en Colombia, denominado “Riesgos Laborales en Colombia” (Ministerio de Salud, 2016), se apoya en la tabla de enfermedades laborales en Colombia (Decreto 1477 de 2014, Ministerio del Trabajo de la República de

Colombia, tabla de enfermedades laborales en Colombia). Todos evidencian que los profesionales en Colombia con mayor riesgo de hipertensión arterial y estrés son los docentes que ejercen su profesión en instituciones educativas.

Estas dos investigaciones relacionan diagnósticos y enfermedades con factores socioemocionales en la labor docente. Así mismo, el Ministerio de Educación, en el 2016, en su plataforma de Magisterio presenta la investigación de Patricia Velandia “La salud Mental docente como enfermedad Profesional” (Velandia, 2018), afirma que el segundo factor de ausentismo laboral de docentes del sector público en Colombia es la enfermedad mental, con un porcentaje del 22%. Esta enfermedad se puede relacionar con el poco manejo de competencias emocionales, como el reconocimiento de emociones, autocontrol y factores sociales, resolución de conflictos y trabajo en equipo. Estos factores, además, podrían disminuir la afección emocional en el trabajo, porque el maestro puede disponer de herramientas para lidiar con sus situaciones personales y con el apoyo de sus pares.

En relación con la enfermedad mental, Desviat (2016) asegura que las enfermedades mentales son alteraciones de orden cognitivo, emocional y conductual que van disminuyendo las capacidades del sujeto. Abordar la salud mental desde las competencias socioemocionales supone un enfoque en prevención que permitirá anticipar, predecir, tomar decisiones y facilitar la relación con los demás.

A partir de los resultados expuestos por el Ministerio de Educación Nacional, por el Magisterio y por las reflexiones suscitadas en clases, en las que los maestros en formación relatan las situaciones que se salen de su control (aspectos de la dimensión socioemocional en las escuelas, o en situaciones de su vida emocional), es posible inferir que las competencias socioemocionales pueden ser una estrategia de prevención en salud mental para los docentes. Porque inciden en el manejo y el control de factores emocionales, como el auto

reconocimiento de emociones, autocontrol y autocuidado. Por tanto, el desarrollo de competencias, en esta área, debe ser integrado a un proceso curricular formativo con otras habilidades comunicativas, orientadas a la resolución de conflictos, empatía, autoconocimiento, auto aceptación y autorregulación. Fortalecer las competencias socioemocionales, en una institución educativa, permitirá, a su vez, tener un estrecho acercamiento a la forma en que los docentes se apropian de estas herramientas y cómo las usan tanto en su vida personal como en sus prácticas pedagógicas.

El Estado reconoce la importancia del factor socioemocional en la labor docente, como un elemento que permite una sana salud mental. Así, se plantea en la guías didácticas Paso a Paso del Ministerio de Educación Nacional (2018), en las que se habla del desarrollo socioemocional la necesidad de que el maestro esté preparado para abordarlas: “permiten a las personas conocerse mejor a sí mismas, manejar sus emociones, trazarse metas y avanzar hacia ellas, construir mejores relaciones con los demás, tomar decisiones responsables en su vida, disminuir la agresión y aumentar la satisfacción con su vida” (MEN, 2016, Paso a Paso).

Así mismo, estas estrategias deben articularse con la satisfacción y logros en el ámbito laboral del docente, como lo plantea Lucas Malaisi, conferencista del Foro Educativo Nacional, Educación Para La Paz Santa Fe de Bogotá (2017): “La implementación de la educación emocional es una necesidad en los entornos escolares, para prevenir muchos de los problemas que hoy se ven en los colegios (deserción, bulling y consumo de drogas, entre otros) y para que los procesos de aprendizaje y los resultados académicos sean mucho mejores.” (Malaisi, 2017).

Malaisi (2017), además, sugiere que éste puede ser aplicado en estrategias que contribuyan al mejoramiento de la convivencia escolar y la calidad de vida del docente, por

fuera de su labor profesional. Sin embargo, este reconocimiento, sobre la importancia de desarrollar competencias socioemocionales, no ha redundado en un componente curricular que apunte a la formación y fortalecimiento de competencias socioemocionales en los maestros en formación. De ahí que surja esta pregunta: ¿Cómo articular un programa de manejo de competencias socioemocionales en la formación de maestros de las Normales Superiores? Esta propuesta de intervención está dirigida hacia allá; es decir, ella considera la dimensión emocional como parte clave en el proceso formativo de todo docente, en las escuelas normales superiores.

En este punto del planteamiento, se hace necesario formular una pregunta para el diseño de la presente propuesta: ¿Cómo fortalecer la salud mental de los maestros en formación en su formación profesional?

2. Justificación

Para el Ministerio de Salud Nacional de Colombia, el trabajo en prevención en salud mental es una prioridad. Se estima que un 40% de la población, en Colombia, padece o padecerá de un trastorno mental (Minsalud, 2019, Observatorio Nacional en salud Mental). Dado esto, el Estado puso en marcha, en el 2019, jornadas de socialización sobre la política de Salud Mental; en ellas, determinó que los trastornos mentales son un asunto de salud pública.

Estos trastornos no son ajenos a las escuelas y afectan a toda la comunidad educativa: profesores, estudiantes y padres de familia. Por ello, una opción que puede contribuir a la disminución y prevención de enfermedades mentales, en las instituciones educativas, es fortalecer competencias socioemocionales. Las competencias emocionales son un recurso flexible que puede ser utilizado por el docente que no es profesional de la salud mental, para

detectar emociones, como: alegría, entusiasmo, motivación o desmotivación, angustia, tristeza, ira, culpa y aislamiento; cuando estos elementos generen pensamientos confusos, cambios de comportamiento y estados de ánimo. Estas competencias permiten controlarlos con estrategias de autopercepción, aceptación, resolución de conflictos y fortalecimiento de su entorno afectivo. Con lo anterior, puede pensarse que si el maestro utiliza estas estrategias en competencias socioemocionales, para su propio autocuidado, éstas se extienden hacia sus alumnos. Y va a poder detectar y manejar situaciones que afectan la calidad de la salud mental de la comunidad educativa.

Para comprender la relación entre las competencias socioemocionales y la escuela, se debe reconocer el aula de clases como la columna. De hecho, es el escenario de las instituciones educativas, donde surgen los lazos y relaciones educativas entre dos actores importantes: los maestros y estudiantes. Estos actores, dentro del aula, determinan ritmos, hábitos y lenguajes. Como afirman Berger y Luckman (2010): *“la participación y las prácticas de los actores de una institución, definen el tipo de actor, sus resistencias y hábitos”*. En este sentido, las prácticas que utiliza el maestro, para prevenir y sobrellevar afecciones emocionales, son transmitidas a sus alumnos; en este caso, a los futuros docentes, quienes las aplicarán en sus experiencias de vida y las revertirán en sus clases, con sus estudiantes y compañeros, quienes, a su vez, se apropiarán de ellas, en un ciclo de aprendizaje recíproco.

Fortalecer competencias socioemocionales, en la formación de Maestros en la Normal Superior Santiago De Cali, supondría incluir, dentro del currículo académico formativo, estrategias de prevención de factores que afectan y disminuyen la salud mental de los maestros en formación. Estas estrategias permitirán desarrollar habilidades, como trabajo colectivo, autocuidado, reconocimiento de emociones y auto aceptación. En efecto, van a ser tratadas en clase, con experiencias propias de los maestros, como docentes profesionales y la de los maestros en formación, en su práctica formativa.

Cabe aclarar que la presente estrategia de intervención no contiene únicamente estrategias formuladas, o prediseñadas, para abordar las dificultades emocionales que debilitan la salud mental de los docentes. De hecho, una estrategia prediseñada no es la única ruta para disminuir, o prevenir, las dificultades en salud mental; puesto que las propuestas se deben adaptar a contextos diversos, cuyos resultados pueden resultar adecuados, o adversos, a los previstos. Es necesario tener en cuenta, también, que cada sujeto posee un desarrollo subjetivo de pensamientos y creencias distintas; las cuales se pueden evidenciar en la forma como asumen sus problemas; por ejemplo: se auto protegen y manifiestan el significado propio que tienen de salud y de bienestar. Fortalecer las competencias socioemocionales en los maestros en formación, dentro del currículo formativo, permitirá crear una ruta de abordaje no prediseñada. Una que reconozca los saberes previos, es decir, las herramientas y estrategias que los maestros en su formación tienen y utilizan para su salud mental, antes de iniciar su formación. Estos saberes constituirán una línea de base que se identificará, analizará y comparará con los resultados alcanzados al final de la intervención.

Luego, estos resultados se socializan con las experiencias de otros maestros en su labor ya profesional, y se podrán identificar cuáles fueron los puntos fuertes, los beneficios y la aplicabilidad en su labor profesional y en su vida diaria. Esto le ayudará al maestro en formación comprender e identificar el uso que se puede dar a las competencias socioemocionales, en distintos contextos. El maestro en formación es quien decide el tipo de estrategia que puede desarrollar, en su aula, para tratar una situación con sus alumnos, en su ambiente laboral, o en su vida personal. En efecto, la metodología de esta intervención fortalecerá las competencias socioemocionales, a partir de las experiencias propias de los maestros en formación, las cuales se generaron en su formación y práctica, y en la convivencia con otros maestros.

Entonces, la intervención que se propone no se plantea como una imposición, ni como una fórmula médica psiquiátrica para conseguir un resultado, o para acallar un síntoma. Por el contrario, se espera que el maestro, como protagonista, tenga la capacidad de adaptar, e innovar, nuevas herramientas, para identificar factores de riesgo, y actuar con autonomía sobre su salud mental.

En cuanto a la identificación y reconocimiento de las experiencias emocionales de los maestros en formación, Juan Manuel Carballeda (2012) habla del sujeto inesperado:

“(…) en el campo de la salud mental tenemos la presencia de sujeto inesperado, es decir aquella persona que padece algún tipo de trastorno mental y que las instituciones públicas no están preparadas para recibirlas”.

Este sujeto es poseedor de condiciones y situaciones que la institución no está preparada para enfrentar, sin vulneración de derechos; pero sí con dificultades de adaptación social y con rupturas biográficas; es decir, sin el debido reconocimiento de sus procesos e historia. Para la presente intervención en los maestros en formación, es importante reconocer su biografía y la experiencia como han afrontado su salud mental, cuáles estrategias, falencias y necesidades han tenido. En otras palabras, esta propuesta permite en la manera en que el maestro en formación reconoce sus experiencias, cómo maneja sus relaciones sociales y emocionales, qué alcances, límites y debilidades ha tenido en su proceso de vida.

Así pues, este programa de intervención psicosocial, en la Normal Superior Santiago de Cali, es necesario, porque el Programa de Formación Complementaria no posee un programa de bienestar estudiantil. No se cuenta con acompañamiento profesional para las dificultades que presentan los maestros en su formación tales como bajo rendimiento de académico, dificultades en su práctica, estrés, depresión y deserción escolar. Ante esto, los maestros en formación enfrentan sus situaciones de salud mental de distintas maneras. Unos lo hacen con

sus maestros, quienes los orientan y les recomiendan la asistencia a procesos terapéuticos con sus respectivas aseguradoras de salud (procesos que, en su mayoría, no terminan, según afirman los maestros formadores). Otros se retiran del proceso de formación, aludiendo cansancio y depresión. Por este motivo, es necesario que el maestro en formación tenga herramientas que le permitan hacer frente a situaciones propias de su vida diaria y para, en su labor como docente, lidiar con factores que lesionen su salud mental y calidad de vida. Además, para que logre reconocer qué dificultades están surgiendo, están cambiando su comportamiento, sus estados de ánimo y la manera como debe actuar ante estas dificultades.

De esta forma, el mismo docente será autónomo en el uso de estrategias socioemocionales. Más aún, contará con una red de apoyo personal, constituida por compañeros de trabajo, pareja, familiares o amigos muy cercanos; quienes lo ayudarán a identificar los cuidados necesarios, lo acompañarán y escucharán en las situaciones que estén afectando su salud mental. Además, este proyecto estará vinculado con el pensum académico de formación y sus prácticas en la escuela. Quiere decir que, en algunos espacios académicos de formación personal, se abordarán estrategias de entrenamiento y acompañamiento sobre el uso y el cuidado de la salud mental, desde las competencias socioemocionales, y serán acompañados en esta reflexión por sus maestros formadores y compañeros de estudio.

Así mismo, es indispensable que el proyecto de intervención del pensum académico esté adecuado al modelo pedagógico problémico de la Normal Superior Santiago de Cali. De esta manera, se articula lo teórico con lo práctico, a través de actividades que cuestionan las situaciones que suceden en el contexto, y se llevan al aula de clase, para buscar posibles soluciones; así, es posible desarrollar una estrecha relación entre el docente y sus estudiantes. En el aula, estos actores utilizan experiencias propias, o teóricas, para entender y conocer la solución de la problemática planteada. Considerando esto, en el fortalecimiento de competencias socioemocionales, se hará uso del enfoque de pedagogía experiencial. En

primer lugar, se podrá acudir a las experiencias del maestro en formación y de su formador; además, será posible adecuar las estrategias de competencias de esta intervención a las exigencias del pensum académico de la institución educativa. La que asume que las competencias deben pasar por procesos graduales de sensibilización, desarrollo personal y social.

3. Antecedentes

En este apartado, se dejará claro que los Ministerios de Educación y de Salud conocen los efectos que el uso de sustancias psicoactivas tienen en la salud mental y en la calidad de vida de estudiantes, docentes, padres de familia; por ejemplo: la desintegración familiar, el aislamiento social, el bajo rendimiento académico o laboral, la depresión y comportamientos auto agresores. Al respecto, se han hecho investigaciones y formulado estrategias para disminuir el impacto negativo de los trastornos mentales en la comunidad educativa. A continuación, se describirán algunas de las investigaciones sobre la salud mental y cómo el Estado reconoce las competencias socioemocionales como una estrategia, para fortalecer el trabajo de educación emocional de las escuelas en Colombia.

En el año 2000 se pone en marcha en Colombia la estrategia de formar docentes en competencias ciudadanas, competencias docentes y competencias formativas, con el fin de brindar a los y las docentes herramientas pedagógicas. Se inician, entonces, acercamientos a la pedagogía emocional y la pedagogía social. Antanas Mockus, docente y político de Colombia, plantea, respecto a la formación del ser y competencias ciudadanas en la escuela: “Como recurso básico y transversal para la construcción de una sociedad más democrática, participativa e incluyente se propende entonces por el desarrollo de competencias argumentativas y habilidades colectivas que contribuyan a la resolución de conflictos de

manera pacífica y así buscar una comunicación democrática” (Mockus, 2004). Esta propuesta estaba encaminada a fortalecer habilidades sociales y emocionales, en la escuela, por medio de competencias ciudadanas.

Esta estrategia permitió pensar en la posibilidad de reconocer las prácticas sociales y culturales del maestro –como elementos para el desarrollo de sus competencias socioemocionales- antes de iniciar su formación como docente, y ejercer su profesión. Ante esto, Rendón (2019):

“Un profesor con una alta CSE suele ser capaz de motivarse a sí mismo y superar los numerosos retos que plantea la tarea de educar a otras personas. Así mismo, la capacidad de empatizar con estudiantes, padres, colegas y otros miembros de la comunidad educativa se convierte casi en requisito indispensable del perfil del educador; igual de importante es reconocer sus experiencias del propio sentir, la comunicación con los otros, identificar actitudes y cualidades y reflexionar sobre su propio desempeño antes de su formación. (P. 252, 2019)

Rendón menciona la necesidad de reconocer las experiencias que ha adquirido de su formación académica y profesional y los recursos sociales que ha aprendido para sobrellevarlos. Es decir, esas competencias adquiridas -antes y durante su formación- las pone en práctica y el maestro las enriquece en estrategias pedagógicas para el abordaje de distintos fenómenos sociales en el aula. Con lo anterior, se resalta la importancia que estas experiencias presentan en el campo profesional y personal.

Por otro lado, el Magisterio, en una de sus investigaciones, declara que la salud mental docente es una enfermedad profesional. Algunos de sus resultados apuntan a que “los maestros se están enloqueciendo porque las exigencias, implementadas por la Ley 715 de 2001, son tantas y tan desproporcionadas, que los docentes ya no dan abasto con tantas

demandas” (Velandia, P., 2015). La autora de esta investigación, Patricia Yasmin Velandia Pérez, expone que los maestros han aumentado su carga laboral y la intensidad laboral, lo que está generando malestares que disminuyen la calidad de su labor. Esta es su afirmación: “el maestro está incapacitado por estrés, efectos permanentes de carácter negativo que afectan a la personalidad del profesor como resultado de las condiciones psicológicas y sociales en que ejerce la docencia, por imperativo del cambio social acelerado” (Velandia, Y., 2014, p. 24.) Así mismo, muestra cómo el estrés es uno de los factores que aqueja notablemente el sector educativo y no son suficientes las estrategias que se utilizan para su prevención.

La disminución de la calidad de vida de los docentes, en el campo social y laboral, por factores que afectan su salud mental, es reconocida por el Estado, así como las repercusiones que las enfermedades mentales tienen en la calidad de vida de la población colombiana. El Estado, en el Decreto 1655 de 2015, establece las enfermedades mentales, en la tabla 10, con la siguiente descripción: “Neurosis, depresión, síndrome de Burnout (estrés crónico), trastorno de estrés postraumático, trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de adaptación, excitación mental, psicosis y tendencias suicidas”. (Ministerio de Educación Nacional, Decreto 1655 del 2015, Título I. deficiencias por funciones y estructuras corporales; Capítulo 1. Funciones mentales y estructuras del sistema nervioso central y periférico. Página 36).

El Estado Colombiano, para disminuir este tipo de enfermedades mentales, implementa comités paritarios de salud y seguridad, en todas las labores. Sin embargo, el resultado no ha sido el óptimo, puesto que la Empresa Prestadora de Salud del Magisterio reconoce que persisten las incapacidades por enfermedades mentales. Esto lo hace en una publicación de su portal, la investigadora Yasmin Velandia quien afirma: “El profe está incapacitado por estrés, los docentes se encuentran en constante riesgo de padecer enfermedades mentales, y lo más preocupante es que existe un desconocimiento de la normatividad y seguimiento de enfermedades profesionales y una evidente falta de prevención por parte de los empleadores

de los docentes”. (Velandia, P., 2018). Otra investigación periodística fue realizada por el periodista Álvaro Peñaloza, de Blu Radio, quien habla sobre las incapacidades laborales de los maestros en Bogotá:

“En lo corrido del 2019, el número total de incapacidades por enfermedades psiquiátricas o del comportamiento ascendió a 16. 569 días, sin embargo, se evidencia una disminución si se compara con el año 2017 cuando alcanzó un total de 29.316 días. En este aspecto los profesores argumentan persecución laboral como una de sus principales causas.” (Peñaloza, 2019).

Ambas investigaciones aseguran que las estrategias utilizadas por el Estado, para disminuir o direccionar el sufrimiento mental de los docentes, no han tenido un resultado adecuado, ya que persisten las incapacidades laborales y, en el peor de los casos, se opta por apartarlos de sus funciones. En efecto, los factores que generan las enfermedades mentales no tienen una respuesta eficaz; da la impresión de que no son acordes al contexto educativo y laboral, en el que se desempeña el maestro con padecimiento mental. El Estado utiliza un método médico psiquiátrico para sobrellevar los sufrimientos mentales de los docentes. Este método trata los fármacos, como estrategia rápida, para el manejo del sufrimiento mental; es decir, disminuye los síntomas, como tristeza, angustia y ansiedad. Sin embargo, en ocasiones, esa estrategia limita la posibilidad del paciente de acceder a otros recursos, como los culturales, terapéuticos psicológicos; lo que genera, en cierta forma, una dependencia al tratamiento farmacológico.

Es pertinente advertir que este método médico farmacológico comporta otras dificultades en nuestro país. Por ejemplo, la posibilidad de que surjan nuevos padecimientos, como las demoras en la entrega del medicamento, la sobre medicación, la autorización de las citas del

profesional en salud mental y la posibilidad de que el paciente pueda decidir, junto con el médico, los posibles tratamientos y los recursos farmacológicos.

Ahora, veamos qué dicen los expertos sobre la salud mental, en cuanto a la dimensión física, psicológica y social. Viana Ángela Bustos, en su artículo “La salud mental como efecto integrador del yo”, compilado en el libro Salud Mental, como efecto del desarrollo psicoafectivo en la infancia, dice:

“El desarrollo emocional será entonces el resultado de la relación entre lo innato y lo ambiental, o sea que la aparición de formas, de función y de conducta que son el resultado de intercambios entre el organismo, de una parte, y el medio interno y externo de otra. El manejo de experiencias sociales y la construcción de identidad. El despliegue del desarrollo emocional se determina por la incidencia de las relaciones entre el organismo, lo subjetivo y el ambiente” (Bustos, 2017, P. 15).

Aquí, se aprecian las distintas esferas de desarrollo del ser humano y no únicamente el esquema biomédico de diagnóstico de síntomas y una mirada fragmentada del cuerpo que puede ser sanado con medicamentos. Esta postura integral, en la que confluyen las dimensiones físicas, psicológicas y sociales implica asumir las competencias socioemocionales como herramientas para detectar, prevenir y tratar los padecimientos en su labor como docente. Es decir, fortalecer las competencias socioemocionales en los maestros en formación será una estrategia clave en prevención en salud mental.

4. Marco de Referencia Teórico-Conceptual

4.1 Competencia

El primer lugar, nos referiremos a la noción de competencia. Sergio Tobón, en su libro Aspectos básicos en formación basados en competencias, afirma que las competencias son aquellas capacidades, habilidades y conocimientos que una persona tiene para cumplir eficientemente determinada tarea, (Tobón, 2006,). Por lo tanto, una persona es competente, cuando utiliza recursos personales y los aplica en su entorno. Estas habilidades son desarrolladas a lo largo de la vida, a partir de las experiencias que enriquecen sus prácticas, en distintos momentos o situaciones requeridas.

El Ministerio de Educación Nacional, en su plataforma de glosarios institucionales, menciona:

El Conjunto de conocimientos, actitudes, disposiciones y habilidades (cognitivas, socio-afectivas y comunicativas), relacionadas entre sí para facilitar el desempeño flexible y con sentido de una actividad en contextos relativamente nuevos y retadores. Por lo tanto, la competencia implica conocer, ser y saber hacer. (MEN, Plataforma de Glosarios).

Esta definición alude a ese conjunto de herramientas que presenta el maestro para desarrollar su labor profesional de forma óptima, en los distintos niveles de exigencia que las instituciones educativas exigen. De hecho, este concepto se utiliza en el proceso de formación de los futuros maestros, porque, en él, ellos adquieren experiencias, cuando están en sus prácticas; lo cual fortalece su aprendizaje (conocer), su identidad como maestro (ser) y su rol profesional en la escuela (saber hacer).

Este concepto abarca las Competencias Socioemocionales, que son aquellas experiencias educativas, continuas y permanentes, que pretenden potenciar el desarrollo emocional, como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, para capacitarla para la vida. Rafael Bizquerra, dice que las competencias socioemocionales constituyen la capacidad de movilizar adecuadamente un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes, para realizar actividades diversas, con un cierto nivel de calidad y eficacia (Bizquerra. 2007). Entonces, es posible inferir que las competencias son aquellas habilidades que pueden ayudar o facilitar las propias relaciones sociales y el impacto que pueden tener en lo educativo y lo laboral.

En esta intervención psicosocial, el uso de competencias socioemocionales es una forma de prevención primaria, ya que la adquisición de estas competencias puede generar que el maestro en formación minimice la vulnerabilidad ante determinadas disfunciones como estrés, depresión, impulsividad, agresividad, etc. (Rendón, M, 2019). A propósito, para el abordaje de una intervención primaria, el MEN propone desarrollar, en los docentes estas competencias emocionales: regulación emocional, inteligencia emocional y habilidades para la vida, propuestas por la investigadora Ahumada, Francisca (Ahumada, F. 2011), en su libro “La relación entre inteligencia emocional y salud mental”.

Teniendo en cuenta lo que propone el MEN, sobre intervención primaria, la presente intervención fortalece, en los maestros en formación, tres competencias claves para la prevención en salud mental: autoconciencia, conciencia del otro y toma de decisiones.

Autoconciencia implica detenerse, reconocer y entender nuestras propias emociones, o el impacto que tienen nuestras acciones y resultados sobre el entorno, o los demás. A veces, estas acciones y sus resultados tienen un efecto negativo en las relaciones con los demás, o en nuestro trabajo. Si no somos conscientes de nuestras propias emociones, tampoco vamos a

ser conscientes de las emociones de los demás, ni de las consecuencias de estas emociones en los demás. Y todo ello afecta el rendimiento en el trabajo.

Conciencia del otro. En la relación con los demás, es igualmente importante aceptar las emociones, sin hacer juicios. Entender y reconocer al otro, en sus experiencias y creencias, posibilita comprender el porqué de sus conductas y acciones; pero evitando entrar en juicios de valor. Esta competencia necesita el desarrollo de la autoconciencia, comunicación asertiva y trabajo en equipo. Estos son los elementos de apoyo para comprender las respuestas emocionales en las relaciones sociales de interacción con el otro.

Toma de decisiones. Consiste, básicamente, en ser capaz de elegir la mejor opción entre varias para conseguir el objetivo buscado. Su desarrollo va más allá de la mera decisión. Se trata de decidir y tener coherencia entre lo que se planea y la forma de actuar.

4.2 Salud Mental

En segundo lugar, es pertinente explicar el concepto de Salud Mental. Emiliano Galende (Galende E. (1990), en su libro *El psicoanálisis y la salud mental*, la define así: “la capacidad de afrontar los problemas día a día con poco o nada de sufrimiento”. Según este estudioso, la salud mental es la forma como los individuos utilizan estrategias médicas, alternativas, sociales y culturales para afrontar situaciones diarias, y percibir las situaciones como cotidianas o normales. Al relacionar este concepto con el propósito de la intervención psicosocial que se desea con el presente proyecto, es posible afirmar que las competencias socioemocionales son herramientas individuales y sociales que ayudan a manejar situaciones emocionales, físicas, sociales y laborales. Así pues, la intervención psicosocial permitirá que las personas utilicen, en el momento apropiado, las herramientas, o estrategias, para afrontar, manejar, o soportar, situaciones de su vida, de la mejor forma posible.

El concepto de prevención en salud mental se trabajará como lo expone Emiliano Galende, en su libro *Estrategias comunitarias en promoción de la salud mental*, en el que exhibe su perspectiva de prevención y promoción comunitaria (Galende, 2014). Las intervenciones, para **prevenir** los problemas de **salud mental**, están dirigidas a contrarrestar los factores de riesgo y reforzar los factores protectores a lo largo de la vida, con el fin de modificar esos procesos que contribuyen a la enfermedad **mental**. Es importante recordar que estos factores protectores son significativos, cuando la comunidad participa en ellos. Pero reconociendo los riesgos individuales, como grupales.

4.3 Formación

En tercer lugar, está el concepto de Formación. Este hace referencia al proceso de enseñanza y aprendizaje, de adquisición de conocimientos y habilidades de un individuo. Además, es un proceso que suele incluir una base organizada y estructurada de conocimiento y una preparación entrelazada con la práctica. Esta relación -entre lo teórico y lo práctico, en la formación- permite una mejor preparación para el mundo laboral.

La formación docente, como concepto, es un proceso de acompañamiento y fortalecimiento, para el futuro docente. Incluye habilidades y estrategias pedagógicas, para que las interiorice y luego las ponga en su práctica; eso sí, articulándolas a su contexto educativo, teniendo en cuenta las necesidades de sus estudiantes y de la institución educativa. Humberto Quiceno plantea que la formación docente parte de la práctica y los objetivos que se tienen para formar (Quiceno, 2009). En este sentido, habría que preguntarse: ¿cómo se articulan las habilidades socioemocionales en la formación académica de los maestros en formación? y ¿cómo se evalúan estas competencias y sus estrategias en los campos de práctica? Estos planteamientos serán claves, para articular las experiencias de los futuros maestros con el desarrollo de competencias socioemocionales, en el proceso de formación en la Normal. Esto permitirá que la formación del maestro tenga una resignificación, con

respecto a si está usando asertivamente las competencias socioemocionales, en sus prácticas laborales y en su vida diaria.

4.4 Educación

En cuarto lugar, está el concepto de Educación. Se entiende como la formación práctica y metodológica que se le da a una persona en vías de desarrollo y crecimiento. En otras palabras, la educación permite la adquisición de habilidades para mejorar condiciones de vida; se debe integrar y adaptar a recursos sociales y culturales. La educación lo hace basándose en métodos cognitivos, que permiten que las habilidades de las personas que están recibiendo educación estén ligadas a sus capacidades físicas, edades, sociales y culturales. De esta manera, aparecen los sistemas de educación formal, como: transición, primaria, secundaria y educación superior.

Rousseau (1972), en su libro *Una postura pedagógica*, dice que la educación está conformada por métodos que facilitan la adquisición de conocimientos, habilidades, valores, creencias y hábitos, que pueden transferirse de un grupo de personas a otras, teniendo en cuenta sus códigos, necesidades y capacidades. En este sentido, la educación es un proceso que permite la construcción de identidad, revestida de aprendizajes que permiten afrontar los retos que la sociedad realiza en el individuo. Si lo relacionamos con la formación del maestro esta adquisición de habilidades y hábitos, de las que habla Rousseau, permite la construcción de la identidad de maestro, conformada por relaciones sociales, profesionales y laborales.

El concepto de educación, en esta propuesta de intervención, es una metodología participativa, que ayuda, al maestro en formación, a reconocer, identificar y apropiarse de competencias emocionales, cuando está en el aula con su maestro formador. Estas

herramientas socioemocionales le van a servir en distintas facetas tanto de su vida diaria como de su labor docente; es decir, con sus alumnos y compañeros docentes.

5. Objetivos

5.1 Objetivo general

Fortalecer las competencias socioemocionales de futuros docentes, en el programa de formación complementaria de la Escuela Normal Superior Santiago de Cali, como estrategia de prevención en salud mental.

5.2 Objetivos específicos

5.2.1 Reconocer las competencias socioemocionales de los maestros en formación que ingresan al programa.

5.2.2 Identificar las fortalezas y debilidades que presenta el Programa de Formación complementaria, en el desarrollo de competencias socioemocionales para futuros maestros.

5.2.3 Diseñar una propuesta microcurricular, para la formación en competencias socioemocionales, integrada al plan de estudios del programa de formación complementaria.

6. Metodología

En el diseño de esta propuesta de intervención -el fortalecimiento de competencias socioemocionales, en los maestros en formación- se utilizó la investigación cualitativa. Con ella, fue posible comprender al maestro en formación, desde su experiencia, su biografía, sus proyectos, sus anhelos y sus necesidades. Además, se logró entender cómo perciben las realidades de los contextos educativos y cómo los vive en sus prácticas.

Respecto a la metodología cualitativa, Hernández propone: “para entender la formación del sujeto se requiere información cualitativa sobre las vivencias, percepciones, sentimientos y creencias de las personas; esto lo ofrece la metodología cualitativa” (2013). Esta metodología permite interactuar con los participantes, a través de entrevistas abiertas, grupos de discusión o técnicas. En esta propuesta, se utilizaron entrevistas semiestructuradas. Las cuales fueron necesarias en la primera fase de diagnóstico de la propuesta; se realizaron en total seis entrevistas a maestros en formación. En dichas entrevistas, narran sus experiencias sobre el manejo de situaciones socioemocionales en su vida personal y en su práctica formativa. Y se logró evidenciar dificultades, recursos y herramientas para su manejo.

Igualmente, en esta primera fase se tiene contacto con los grupos por semestre, lo cuales ocurren en espacios académicos de psicología, donde se escucharon las experiencias que los estudiantes tenían en su práctica. Esto facilitó que en estos espacios se recopilara información sobre sus reflexiones, a propósito de su formación y de sus prácticas. Estos resultados de las experiencias de los maestros en su formación llevo al desarrollo de las estrategias de intervención del presente proyecto.

Estas estrategias de intervención se plantean desde una metodología de aprendizaje experiencial. Donde se propone el uso de la experiencia activa de los participantes en las actividades, a partir de dos elementos claves: **la autoexploración y la experimentación**. Con estos elementos, es posible construir reflexiones necesarias para el objetivo de intervención (Fernández, 2009); puesto que permite ser participante activo en la construcción de herramientas durante el proceso, retroalimentar y transmitirla a otros.

En los maestros en formación, estas actividades se realizan en espacios académicos, los mismos en donde se recopilaba información, en los que se exhibe la interacción con recursos aprendidos en clases y en sus prácticas, y con situaciones recreadas por el maestro en el aula

de clases. El maestro socializa herramientas, o recursos, para el manejo de situaciones que conlleven competencias socioemocionales, se aclara que estas situaciones serán relacionadas a las competencias específicas a fortalecer. Luego, se plantea una actividad experiencial, como un estudio de caso; aquí, los estudiantes, con las herramientas brindadas por el maestro enfrentan las problemáticas expuestas en el estudio de caso. Esto permite, en un primer momento, reconocer el uso de competencias socioemocionales, a través del tiempo; es decir, en sus experiencias de vida, en distintos espacios socioculturales. En un segundo momento, se identifican sus fortalezas en el uso y manejo de estas competencias, en su formación como docente.

De igual forma, para el desarrollo de las actividades de la intervención psicosocial, en su momento de implementación, la metodología experiencial facilita la relación de la propuesta con la estructura formativa del pensum académico. Puesto que, implementado escenarios de simulación en las actividades, se utilizarán herramientas brindadas en el proceso de formación académico; o sea que se estarán retomando conceptos y prácticas docentes en el manejo de competencias socioemocionales. Esto posibilita, en primer lugar, la autoexploración de los recursos y habilidades socioemocionales que utilizaron en el manejo de la situación del caso, y la experimentación de nuevos recursos que los mismos participantes introducirán en ese escenario para su manejo. Estos dos elementos -la autoexploración y la experimentación- ayudarán al maestro a reflexionar sobre sus acciones en las situaciones simuladas, que estarán centradas en el antes, durante y después del suceso. En otras palabras, podrá cuestionarse: ¿Cómo pudo evitarse o prevenirse?, ¿Qué herramientas puede utilizar para el manejo de la situación?

6.1 Diseño microcurricular para la formación en competencias socioemocionales integrada al plan de estudios del programa de formación complementaria

Para dar cumplimiento al objetivo de diseño microcurricular de competencias socioemocionales, en el plan de estudios de los maestros en formación, la intervención propuesta reconoce el modelo pedagógico de la institución educativa, donde realiza sus actividades. Se intentará así, seguir las indicaciones institucionales y respetar los métodos que la institución presenta en su formación. Es decir, articular el modelo de la intervención con el modelo pedagógico del contexto educativo. Esto posibilita una transición fluida de conceptos del campo de la salud al educativo.

A propósito del modelo pedagógico se reconoce que la Institución objeto de estudio tiene un modelo pedagógico problémico. Este se fundamenta en que los maestros en formación, guiados por el docente, inician un proceso de búsqueda y solución de problemas nuevos en sus contextos. De esta manera, el educando construye conocimiento, independientemente, el cual emplea en la solución de estos problemas.

Continuando con el diseño microcurricular, se propone articular los conceptos de salud y educación; esta última se llevará a cabo, según el principio pedagógico de educabilidad. Este principio pedagógico permite dos cosas: a) integrar, en sus espacios académicos de formación, disciplinas afines a la pedagogía, como: la psicología, la sociología y la filosofía; b) reconocer la forma como estas disciplinas ayudan en el estudio del ser humano y su formación integral. En esto la presente intervención brinda herramientas para que el estudiante pueda prevenir y enfrentar situaciones que disminuyan su salud mental y la de sus futuros estudiantes.

Cabe resaltar que, para el diseño de esta intervención, no se puede crear un espacio nuevo en la malla curricular del programa de formación complementaria. Más bien las actividades de la propuesta de intervención se integran, como talleres, en los espacios académicos del principio pedagógico de educabilidad (ver anexo 1), nombrado con anterioridad. Estas se

realizarán en la octava semana del semestre en curso, porque, en ese momento, los estudiantes ya tendrán un proceso académico avanzado y un primer acercamiento a sus prácticas docentes del semestre que inician en 16 de marzo del 2020.

6.2 Experiencias de los maestros en formación

Para reconocer las experiencias del maestro en formación -en el manejo de competencias Socioemocionales y las fortalezas, o debilidades, que presenta el programa de formación, frente a estas competencias- se realizaron 6 entrevistas semiestructuradas. Con ellas, se perseguía explorar las experiencias que han tenido los maestros en formación en sus prácticas pedagógicas, respecto a las competencias socioemocionales. La población entrevistada estuvo conformada por cuatro estudiantes activos del programa de formación y dos estudiantes egresados del mismo programa. (Ver tabla 1).

Tabla 1.

Descripción de la población entrevistada

Maestro en formación	Nombre	Género	Edad	Semestre
Estudiante activo	M1	Masculino	18 años	Segundo
Estudiante activo	M2	Femenino	20 años	Tercero
Estudiante activo	M3	Masculino	20 años	Tercero
Estudiante activo	M4	Femenino	20 años	Cuarto

Egresado	E1	Femenino	24 años	Grado 2018
Egresado	E2	Masculino	24 años	Grado 2017

Fuente: Elaborado por el autor

Se resalta que la población que participó en la entrevista pertenece a estudiantes activos y egresados, quienes, durante su formación, habían solicitado cita con el docente de psicología, para tratar temas personales relacionados en el campo socioemocional. Como estas reuniones están por fuera de las funciones del docente mencionado dentro de la institución, carecen de elementos formales, como los registros o seguimientos a estos estudiantes; esta situación se enunció en el planteamiento del problema. Sin embargo, para el desarrollo de la intervención, se hizo un registro de esas entrevistas con previa autorización de los entrevistados y docentes administrativos del programa.

6.3 Categorías Trabajadas

6.3.1 Reconocimiento de las competencias socioemocionales de los maestros en formación que ingresan al programa. La primera experiencia evidenciada es el reconocimiento de factores que afectan su salud mental y están presentes en contextos familiares, sociales, académicos y laborales que generan episodios de ansiedad, depresión, angustia, miedo, desconcierto y desmotivación.

Sí he presentado, en mi familia tristeza, angustia, con mis parejas duelos. En lo académico estrés y angustia por situaciones que viví durante mi formación donde algunos profesores me ayudaban con consejos y en lo laboral estrés y cansancio. **E1** (Comunicación personal, 21/11/2019).

Sí claro, estrés, en casa, en la Normal por el estudio, en la práctica, entregando trabajos.

Discusiones con compañeros por trabajos, en ocasiones con el monitor de práctica. **M1** (Comunicación personal, 20/11/2019).

La experiencia de reconocer estos factores también deja entrever los recursos que poseen los maestros en su formación para sobrellevar situaciones difíciles; recursos que les han sido útiles y que aún los usan en su vida.

Cuando presento en mis días algunas de esas situaciones, puedo manejarlo con actividades que me gustan, ya sea dibujar, con juegos de mesa, compartiendo con mi papá, y tratar de tener pensamientos positivos o en extremo caso durmiendo. **M2** (Comunicación personal, 21/10/2019).

Generalmente utilizo la música como movilizador de mis emociones, junto con la pintura, leer y cocinar, además salir y compartir con amigos cuando puedo **E2**. (Comunicación personal, 20/10/2019).

Acordándome de las motivaciones que me impulsan a hacer las cosas mejor además de pensar dónde quiero llegar y quién quiero ser, aceptando que todo es un proceso y todos los días no son buenos, pero siempre aprendiendo de lo malo y tratando de mantener lo que funcione. En ocasiones busco a mis amigos o estar con mi familia. **M3** (Comunicación personal, 5/11/2019).

Uno de esos recursos es acudir a las relaciones sociales, “*estar en familia o compartir con amigos*”, como una herramienta para sobrellevar estos factores. El salir de la rutina -en compañía de algún grupo social, compartiendo momentos de diálogo, o dispersión- les permite disminuir el nivel de malestar mental que están presentando. Este factor de las relaciones sociales es de suma importancia en la salud mental, pues es una herramienta que puede ser utilizada, como una red de apoyo para la prevención y el manejo de factores que

disminuyen la calidad de vida de la persona. Si el maestro se empodera de herramientas que estimulan una adecuada salud mental, estará aportando a la salud mental comunitaria (Desviat 2016).

De igual forma, se identificaron otras herramientas un poco más individualizadas. Estas hacen referencia a hacer actividades que les generan placer y subvierten las rutinas diarias. Por ejemplo, actividades destinadas a “despejar la mente”, como una forma de hacer una pausa en su vida y encontrar alternativas, o nuevas rutas, para afrontar sus rutinas.

Trato de buscar siempre estrategias o metodologías de enseñanza que logren equilibrar mi cansancio y la desmotivación, y estas proporcionan a los estudiantes un aprendizaje significativo. Sin embargo, para el manejo de mi estrés busco la manera siempre de dividir mi espacio personal del laboral, es decir, llevar ambas por separado. **E1** (Comunicación personal, 21/11/2019).

Mascar chicle, me relaja del estrés; mirarme al espejo y decir todas mis habilidades regula mi desmotivación; tomo siestas de 26 minutos para regular el cansancio. **M1** (Comunicación personal, 20/11/2019).

Soy una persona que evita este tipo de emociones, siento que darles demasiada importancia es una manera de estar en estancamiento personal, pero como a todo ser humano, hay situaciones donde es difícil no dejarse llevar por esas emociones y lo que hago para no centrarme en ellas es tratar de mantener la mente ocupada o enfocarme en algo bueno y que me aporte de esa situación de estrés y demás. Las ignoro, bueno trato de ignorar... **M4** (Comunicación personal, 21/09/2019).

Por otro lado, se observan experiencias en la afección de su salud mental, frente a las que las herramientas utilizadas no han sido suficientes. En estos casos los futuros docentes han quedado expuestos a sufrimientos mentales.

En segundo semestre tuve una docente acompañante donde toda la carga de trabajo me la dio a mí, fueron 15 días que llegaba a casa llorando y muchas veces pensé en dejar el programa de formación. **E1** (Comunicación personal, 21/11/2019).

Eso hizo que hace un año y medio fuera a terapia psicológica debido a que presenté depresión, pero en realidad fui dos veces, eran más las cosas que tenía que hacer con la EPS para pedir la cita y buscar dónde la realizaban que el resultado que estaba viendo, así que dejé de ir. **M3** (Comunicación personal, 5/11/2019).

Otra experiencia comprobada tiene que ver con los sufrimientos mentales que presentan los maestros en su formación; situaciones que los llevan a tomar decisiones, como cambiar su proyecto de vida, o asumir de una forma distinta estos malestares. Así mismo, se observa el uso del servicio de salud mental. El maestro en formación M3 lo relata, como un sistema médico psiquiátrico, en el que se instrumentaliza el cuerpo, a partir de lo sintomático y farmacológico (Desviat 2016); sin acompañamiento, ni facilidad en el proceso, ni rapidez; tampoco se observa ningún tipo de resultado, o ayuda, en el sufrimiento mental que presenta el individuo. Por el contrario, hace que el padecimiento sea más fuerte y surjan otros factores que siguen afectando su salud mental, como la percepción de un sujeto que no encaja en la normalidad social, y debe ser excluido, y privado de derechos. (Carballeda, 2012).

También, dentro de las experiencias analizadas, se identificaron la diversidad de competencias socioemocionales, en sus campos de práctica. Esto fue posible percibirlo por medio de las fortalezas y debilidades que presentan los maestros acompañantes, en sus funciones en el aula de clases.

Por suerte he contado con maestros acompañantes muy involucrados en su labor docente que están en constante renovación de sus métodos de enseñanza en pro a sus estudiantes. Buscan alternativas para que el aula esté estable. Un ejemplo fue en tercero donde hago

práctica entraron 5 niños venezolanos y esta profe convocó a padres de este salón y del año pasado. Solicitando colaboración y los padres respondieron con uniformes, útiles nuevos para estos niños, hasta sobró para otros grados, eso lo motiva a uno. **M4** (Comunicación personal, 21/09/2019).

Ella es estricta con los niños, pero también es cariñosa y es muy activa, en primaria creó el comité de actos pacíficos, para que los niños resuelvan los conflictos pacíficamente.

Habla con los niños, le interesa su bienestar, juega con ellos, es muy buena escuchando y hablando con otros maestros y otros practicantes. **M4** (Comunicación personal, 20/11/2019).

En estos relatos se observa cómo reconocen competencias socioemocionales en otros maestros en el manejo de grupo, trabajo en equipo, solidaridad y comunicación asertiva. Estas habilidades permiten que el aula sea un lugar de aprendizaje significativo, un lugar de formación para el ser y desarrollo (Bizquerra, 2005). Estas competencias muestran al maestro en su práctica laboral y dejan un impacto en su comunidad académica.

En estas entrevistas emergieron, también, experiencias relatadas por los maestros en formación, en las que dan cuenta de cómo la comunidad académica se ve afectada por no tener herramientas emocionales ante situaciones que desbordan lo pedagógico. Así mismo, reconocen la debilidad en el uso de competencias socioemocionales de autocontrol y respeto, por parte del maestro.

Porque se enfrentan a situaciones personales que no están preparados, niñas en 5to en embarazo, niños vulnerables en muchos o en todas las condiciones y lo pedagógico queda desbordado por estas situaciones, ayer hablaba con una de ellas, mis compañeras y le dije que solicitaran acompañamiento psicosocial, y me responde ella, el psicólogo es para nosotros, la semana pasada una niña golpeó una profe porque la profe le ofreció un

sándwich a un niño que no había puesto nada en el compartir y después fue el papá de la niña a reclamarle a la profe y terminó peleando con el coordinador porque no estaba de acuerdo. Llegó la policía luego y pelearon los papás de la niña con la del niño del sándwich. Con estos relatos cualquiera se cansa. **E1** (Comunicación personal, 21/11/2019).

La profesora que llama al niño por un apodo y los demás niños lo llaman igual. El sujeto afectado se agarra a golpes por tres grados consecutivos con varios compañeros porque la maestra nunca se apropió del nombre de su estudiante y los demás no sabían cómo se llama. **E2** (Comunicación personal, 20/10/2019).

Estas situaciones reflejan algunas de las realidades que se observan en las aulas del país. En ellas, se revelan la intolerancia, las dificultades para el manejo de la frustración y la carencia de habilidades para la resolución de conflictos. Estas situaciones pueden ser manejadas por el maestro, si usa herramientas que le permitan entender al ser humano, como un ser de aprendizaje movilizado por el interés de transformar su realidad. Los maestros en formación comprenden que su labor necesita métodos, estrategias y rutas innovadoras; es decir, estar preparados para las necesidades que la escuela les exigen en la formación de los estudiantes. Por tanto, hay que ver el aula de clases como un lugar de aprendizaje continuo, donde cada año escolar la población estudiantil es distinta, al igual que sus desafíos, son sujetos inesperados en la institución que demandan atención en la formación cognitiva, social y emocional. (Carballeda, 2012).

6.3.2 Fortalezas, o debilidades, que presenta el Programa de Formación complementaria en el desarrollo de competencias socioemocionales. En esta segunda categoría, se van a presentar y analizar las percepciones que tienen los maestros en

formación, respecto al desarrollo de competencias socioemocionales en su formación como maestros. La primera fortaleza encontrada es la importancia que se le da en su formación como maestros en procurar bienestar socioemocional en los estudiantes a su cargo. Lo que indica el desarrollo de recursos y herramientas que permitan que en su labor se mantenga este bienestar en el aula de clases. Estas herramientas son brindadas en su formación por medio de actividades pedagógicas en distintos espacios académicos.

Tiene numerosas fortalezas, pues hay docentes que reconocen el valor que tiene la formación de estas habilidades y brindan nociones sobre lo que se puede hacer en determinados casos. Por otro lado, es mayoría la población de docentes que, en cambio, se interesa más por los contenidos académicos que por el desarrollo de estas habilidades. **M1** (Comunicación personal, 20/11/2019)

Se evidencian, también, debilidades en la manera como se brinda la formación de estas habilidades socioemocionales en el maestro en formación, puesto que se perciben más las formas académicas magistrales que las experienciales. A su vez, no todos los docentes integran, en su espacio académico, el desarrollo de competencias socioemocionales; solo un grupo de docentes las retoma, de manera explícita, en sus espacios académicos.

Pienso que el programa tiene muchas fortalezas, empezando por sus profesores, son profesionales en su área, su experticia en el desarrollo del ser humano y la forma en que abordan los problemas en la escuela, teniendo en cuenta que no todos los problemas son emocionales. Ya en este campo son muy pocos los que explican con herramientas claras en el abordaje de este tema, casi siempre son los mismos los profesores de psicología. **E1** (Comunicación personal, 21/11/2019).

Es pertinente aclarar que el Programa de Formación complementaria se ajusta a los lineamientos de registro que exige el MEN para su funcionamiento. Por ejemplo, en lo que respecta a intensidad horaria, créditos, jornadas y espacios académicos acordes a las necesidades que presenta el contexto educativo. Sin embargo, no satisface las necesidades demandadas por los estudiantes como contar con un programa de bienestar estudiantil, que apoye en sus dificultades psicológicas a los maestros en formación. En ese sentido, teniendo en cuenta las necesidades que presentan los estudiantes, el programa de formación, para su renovación de registro, en el 2018, realizó cambios en la malla curricular. Uno de ellos apunta a fortalecer la formación de competencias socioemocionales, por medio de un espacio académico, llamado Competencias del maestro, que se ubica en semestre cero. Esta nueva malla curricular inició su funcionamiento en el primer semestre del 2019, y solamente aplicará para estudiantes nuevos al programa. Esto quiere decir que las personas entrevistadas no pasaron por esta innovación en las mallas curriculares.

A partir de las experiencias de los maestros en formación, presentadas en los objetivos anteriormente mencionados, se pueden concluir varios aspectos.

- Los maestros en formación tienen herramientas emocionales que les sirven para hacer frente a estos factores emocionales. Sin embargo, están de acuerdo en que estas herramientas no son suficientes para este manejo, porque, según ellos, en su práctica formativa, están expuestos a situaciones personales que pueden afectar su salud mental, como el estrés, depresión y ansiedad.
- Afirman que -en las prácticas docentes de sus maestros acompañantes y formadores- se utilizan competencias socioemocionales, como: autocontrol, trabajo en equipo, toma de decisiones, solidaridad, comunicación asertiva y respeto. Aseguran que, utilizando estas competencias, fortalecen la formación integral de

los estudiantes a su cargo y la forma como sortean situaciones que sobrepasan lo pedagógico en la institución educativa.

- Y reconocen: a) la solidez del programa de formación en los programas académicos; b) la experticia que tienen sus maestros formadores, frente a la forma como brindan herramientas pedagógicas en su formación; c) la importancia que tiene, dentro de la formación del maestro, el bienestar socioemocional de los niños, en primera infancia. Sin embargo, en sus percepciones, aducen que existen debilidades en el programa y se evidencian en las pocas herramientas que se les brindan para el manejo de situaciones socioemocionales, y para sobrellevar las rutinas académicas y de sus prácticas.

7. Propuesta de intervención

Las actividades de la propuesta de intervención están diseñadas pensando en las necesidades evidenciadas en las experiencias de los maestros en formación. Además, se usa una metodología experiencial, que se relaciona con el principio pedagógico de educabilidad. Esto facilita que la propuesta esté presente transversalmente en todos los semestres del programa, en forma de talleres.

7.1 División de la propuesta

Para el desarrollo de la actividad esta propuesta se divide en tres momentos: Autoconciencia, Conciencia del otro y toma de decisiones.

7.1.1 Autoconciencia. Este momento está destinado a los estudiantes en semestre cero y uno; esto es, cuando apenas inician su práctica pedagógica y el proceso académico en la institución educativa. Para hacerlo más significativo, se subdivide en dos partes: la número 1

es para los estudiantes de semestre cero. La número 2, para los estudiantes de primer semestre que, en su mayoría, han tenido experiencia en bachillerato, o un semestre cursado en la normal.

Los estudiantes de semestre cero trabajarán la pregunta ¿Quién soy? Con esta pregunta, ellos van a tener la oportunidad de reflexionar sobre las habilidades que poseen los maestros en formación, antes de iniciar su proceso formativo. También, van a poder pensar en sus recursos, herramientas, metas y por qué desean ser maestros. Este cuestionamiento se trabajará por medio de una serie de actividades que se describen a continuación:

Tabla 2.

Autoconciencia/ semestre cero

	Objetivo	Estrategia/ actividad	Población	Espacio académico asignado
AUTOCONCIENCIA	Identificar estrategias, por medio de experiencias simuladas en didácticas y juegos de roles que permitan el abordaje de competencias socioemocionales, a partir de la experiencia.	<p>El primer taller se llamará reconocerse. Inicia, cuando los estudiantes forman grupos de cuatro integrantes. Seguido a esto, se les solicitará que uno de ellos sea nombrado modelo y los tres restantes serán espejos. El modelo caminará libre por el salón, saltando, caminando, cantando; es libre. Los espejos imitarán cada movimiento, mímicas, posturas, palabras. Este ejercicio les facilitará reconocerse en el otro y afianzará las relaciones interpersonales en el grupo. Para finalizar, cada grupo se sentará en una mesa redonda, y hablarán sobre experiencias significativas (las que les hayan generado felicidad), sobre sus objetivos de vida, sus planes y metas que cada uno tiene frente a su vida. El tiempo destinado, para este taller, será de dos horas.</p>	Semestre cero	Competencias del maestro
		<p>En el segundo taller, se trabajarán las competencias del grupo, frente al maestro formador, quien presentará tres problemas que los estudiantes resolverán.</p> <p>La actividad se inicia con la explicación de la consigna del ejercicio: es un solo grupo conformado por todos los estudiantes de semestre cero. Ningún estudiante puede hablar, debe hacer uso de otra forma de comunicación. Todos deben tener una función para el desarrollo de la actividad y para resolver las actividades deben utilizar el cuerpo.</p>		

		<p>El primer problema será construir una máquina con sus cuerpos. Esta debe movilizar a un ser humano de una parte del salón (que se llamará punto A) a otro (que se llamará punto B).</p> <p>Segundo problema: los estudiantes deben contar una historia dibujada sobre tres niños: uno rico, otro pobre y un huérfano. En la narración de la historia, debe reflejarse alegría, tristeza, sorpresa, abandono, escuela, docente, norma, amor, aprendizaje, evaluación, pérdida, enojo. Cada estudiante hará una secuencia de la historia en una hoja, teniendo en cuenta el dibujo del compañero. Al final, se reflexionará sobre la historia construida y las representaciones que se tienen de cada proceso socioemocional, como: la alegría, la tristeza, el miedo, cómo las emociones que sentimos confusas o contradictorias, nos pueden bloquear. Además, se recapacitará sobre la labor que tiene un maestro en la interpretación de estas situaciones en su salón de clases.</p> <p>Tercer problema: se presentarán situaciones que ocurren en el aula de clases de primaria, en una institución educativa de carácter público. Los estudiantes se distribuirán en tres grupos y se les entrega una situación y varias herramientas que posibilitan la solución de la situación. Las herramientas de cada grupo corresponden a las soluciones de otro equipo.</p> <p>Se espera que los estudiantes, en conjunto, dialoguen sobre la forma de solución de estas problemáticas que suceden dentro del aula de clases. Además, que reconozcan sus habilidades,</p>		
--	--	---	--	--

		para, luego, las enfrenten en un contexto simulado.		
--	--	---	--	--

Fuente: Elaborado por el autor

La segunda parte será con los estudiantes de primer semestre y se trabajará con la pregunta ¿Qué habilidades identifico en el aula como maestro? Se trabajarán la autovaloración y el autoconocimiento. El espacio académico, donde se desarrollarán las actividades, será en Comprensión y producción de textos.

Tabla 3.

Autoconciencia/ Primer Semestre

	Objetivo	Estrategia/ actividad	población	Espacio académico
AUTOCONCIENCIA	Fortalecimiento de competencias de autovaloración y autoconocimiento, como herramientas que permitan identificar y hacer uso de herramientas socioemocionales en su práctica formativa	El primer taller consistirá en estudios de casos reales, exhibidos en las prácticas de maestros en formación, en semestres superiores. Estos casos son de niños y jóvenes que han desertado de la escuela, por múltiples factores. Se les pedirá a los estudiantes que formen tres grupos, a quienes se les entregará dos casos y una breve historia del niño, o joven, del caso. Luego, se les indicará que analicen los casos, a partir de unas preguntas orientadoras: ¿Qué circunstancias tuvieron estos menores en desertar en la escuela?, ¿Cuáles han sido sus motivadores emocionales, vínculos	Primer semestre	Comprensión y producción de textos

		<p>emocionales y los posibles recursos que tuvieron en su momento?</p> <p>Esta actividad permitirá reflexionar, desde dos miradas: como maestro y estudiante. Las preguntas son: a) ¿cómo los factores socioemocionales debilitan la salud mental? Pregunta encaminada a reflexionar sobre la toma de decisiones frente a situaciones relacionadas con el estrés y b) ¿Cuáles son los recursos que pueden fortalecer o prevenir situaciones que generen sufrimiento mental? Pregunta que se direcciona desde su experiencia como estudiante y las posibilidades que puede tener el maestro para ayudar a sus estudiantes. Las reflexiones se socializarán en plenaria, en la que los estudiantes comentarán sus reflexiones.</p> <p>Pasado este momento, se abrirá otra plenaria, dirigida a los estudiantes para que recapaciten sobre: ¿Cuáles de estas circunstancias han vivido, como estudiantes, en algún momento de su vida? ¿Cómo las han manejado?, ¿Qué recursos han tenido para su manejo? ¿Qué personas les han ayudado en el manejo de situaciones difíciles, en general? Finalmente, con las experiencias aprendidas, van a reflexionar sobre: ¿Qué otros recursos, o manejos, harían ante estas situaciones?</p>		
		<p>El segundo taller retomará los estudios de caso del primer taller. Pero con preguntas orientadas hacia la labor del maestro y la escuela, en esas historias de vida. Por ejemplo: ¿qué mirada tiene el maestro frente a las actitudes del niño del caso?,</p>		

		¿el maestro puede acercarse a las realidades de sus alumnos?, ¿Cómo puede afectarse el maestro frente a estas realidades? Para cerrar este taller, se presentarán conclusiones y análisis sobre la manera como la escuela forma al ser humano en su ser. También, se mostrarán videos de Sylvia Duchavsky de su libro La escuela como Frontera (Duchavsky, 2012), y cómo la escuela se flexibiliza para formar al ser íntegro		
--	--	---	--	--

Fuente: Elaborado por el autor

7.1.2 Conciencia del otro. Pasamos ahora al segundo momento, llamado “**Conciencia del otro**”. Las actividades serán destinadas a los semestres 2 y 3, en los que la práctica pedagógica tiene una intervención más profunda y responsabilidades en el aula. Siguiendo el manejo de actividades significativas por semestre, este momento se dividirá en dos partes.

La número 1 se trabajará con segundo semestre, con la pregunta: ¿Cómo mantener y establecer relaciones sociales sanas? En esta parte, se fortalecerán las competencias de empatía y la asertividad en la relación social.

Tabla 4.

Conciencia del otro/Segundo Semestre

--	--	--	--	--

CONCIENCIA DEL OTRO	Objetivo	Estrategia/actividad	Población	Espacio Académico
	Fortalecer, en los maestros en formación, las	El primer taller consistirá en 5 juegos de competencias entre equipos. Los juegos son rompecabezas de 100 piezas, dos	Segundo semestre	Psicología del desarrollo

	<p>competencias socioemocionales de empatía y comunicación asertiva, por medio de herramientas didácticas en juegos de roles</p>	<p>modelos de tangram de 8 piezas. Se les pide construir un molde de lego con 85 fichas y juegos de acertijos (carrera de autos, canoa de canibales y misioneros y astronautas de la Nasa).</p>		
	<p>Para esta actividad, los estudiantes formarán grupos de 5 personas, y cada miembro del grupo tendrá un rol específico. Los roles son: <i>líder</i> (lidera el grupo), <i>moderador</i> (realiza las pausas en el grupo), <i>secretario</i> (lee las indicaciones de las actividades), <i>narrador</i> (realiza las reflexiones o respuestas del grupo), <i>técnico</i> (maneja las herramientas del grupo). Se aclara que, luego de cada actividad, los roles se cambian, para que cada participante pase por todos los roles del grupo.</p>			
	<p>Para finalizar, se realizará una actividad, en la que se retomarán los retos del trabajo en grupo, anécdotas y logros. Después, se reflexionará sobre las situaciones duras, o aspectos difíciles de trabajo en grupos, dirigidas con las guías y con las siguientes preguntas: ¿cómo estas se han mostrado en su práctica profesional?, ¿qué solución o manejo le han dado?, ¿cómo se maneja la solución de conflictos? Respuestas estarán basadas en la experiencia del instructor.</p>			
	<p>Estas preguntas guía abrirán reflexiones sobre el autocuidado y el cuidado del otro, frente al trabajo en equipo, sobre relaciones familiares y tolerancia. Se espera que el maestro en formación fortalezca la competencia de empatía con sus compañeros de</p>			

		<p>formación y en su vida profesional, como docente.</p>		
		<p>En el segundo taller, se formarán los mismos grupos de trabajo conformados en el taller anterior. Se les pide relatar una experiencia propia, o de otro, en la que se haya afectado socioemocionalmente. Ellos deben relatar las dificultades encontradas en esa experiencia, ya sea en el trabajo, estudio y en su vida personal. Luego, cada grupo escogerá uno de los relatos y los expondrá a los otros grupos del semestre.</p>		
		<p>Después de exponer los casos de los grupos, los estudiantes escogerán dos que, para ellos, sean significativos para la actividad. Seguido a esto, se les repartirá material físico sobre cómo actuar en una crisis. Este material es un Manual de Formación en Salud Mental (MINSALUD, 2018) que proporciona herramientas de manejo ante crisis y procedimientos de atención para no psicólogos.</p>		
		<p>Con esta herramienta, cada grupo creará dos estrategias dirigidas hacia los casos escogidos. Una tiene que ver con las estrategias empleadas para prevenir situaciones que afectan la salud mental del docente. La otra es pensar en los recursos que puede tener un docente para prevenir y manejar las situaciones que afectan la salud mental, en el ámbito laboral y personal. Al finalizar, los grupos socializarán las estrategias diseñadas, debatiendo sus usos y aplicaciones, en determinados momentos. Como acto final, el grupo entero creará rutas para</p>		

		evitar y manejar situaciones que afecten su salud mental, aplicadas en sus contextos personales y formativos.		

Fuente: Elaborado por el autor.

La número 2 se llevará a cabo con tercer semestre, a quienes se les preguntará: ¿Cómo desarrollar una comunicación efectiva? Aquí, se trabajará el desarrollo del diálogo y la participación, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.

Tabla 5.

Conciencia del otro/ Tercer Semestre

	Objetivo	Estrategia/actividad	Población	Espacio Académico
CONCIENCIA DEL OTRO	Desarrollar, en los maestros en formación, las competencias socioemocionales de trabajo en equipo, solidaridad y resolución pacífica de conflictos, para utilizar en su vida personal y en el aula de clases, como docentes	<p>En el primer taller, los maestros en formación, de tercer semestre, formarán grupos de seis integrantes. A cada uno, se le entregará un relato docente, del documento 21 voces (Bayona y Herrera, 2018). Con este documento, los estudiantes reconocerán qué estrategias utilizan los maestros en la solución de conflictos en las esferas de la vida profesional, familiar y personal.</p> <p>Más adelante, en un segundo momento, se socializarán estas estrategias, con el fin de crear un inventario de herramientas apropiadas para el manejo de cada situación.</p> <p>Finalizando esta actividad, se realizará un recuento de las estrategias utilizadas y cuáles de estas se direccionan hacia nuestra propia comunicación, para expresar,</p>	Tercer semestre	Psicología del niño

		entender y transmitir, de forma clara y atenta, lo que nos interesa expresar.		
		<p>En el segundo taller, se formarán grupos de 12 estudiantes. A cada grupo, se le pedirá que relate situaciones de su experiencia en práctica, la más relevante por su dificultad. Debe escoger una experiencia para poder socializarla frente a los otros.</p> <p>Luego de socializar las experiencias de los grupos, se analizarán, con los estudiantes, varios puntos: a) los elementos, o factores, que provocaron esos sucesos; b) las herramientas que tenía el docente a cargo, para su manejo y c) qué estrategias pudo haber desarrollado para su manejo.</p> <p>Para finalizar esta actividad, los estudiantes crearán un inventario de actividades, encaminadas a fortalecer su comunicación asertiva, a desarrollar estrategias para la resolución de conflictos y a consolidar la tolerancia. Todo esto será usado en sus sitios de práctica y en su vida diaria.</p>		

Fuente: Elaborado por el autor

7.1.3 Toma de decisiones. El tercer y último momento, llamado **Toma de decisiones**, está diseñado para los maestros de cuarto semestre del programa de formación complementaria. Se les pregunta: ¿Cómo tomar decisiones responsables a partir del autocontrol?, ¿cómo desarrollar la automotivación en el aula de clases? Y se trabajan los temas de autocontrol, automotivación, logro de metas personales, razonamiento moral y motivación a grupos.

Tabla 6.

Toma de decisiones/ Cuarto Semestre

	Objetivo	Estrategia/actividad	Población	Espacio Académico
TOMA DE DECISIONES	Fortalecer, en los maestros en formación, las competencias socioemocionales de autocontrol, automotivación y motivación en grupos, como estrategia de prevención en ansiedad y estrés.	<p>El primer taller de trabajo se realizará en forma individual. Cada estudiante escribirá qué proyectos, o metas, no terminaron en su vida, sus razones, los recursos y qué metas, o proyectos, iniciaron, después de no haber terminado el proyecto. Luego, se les pide que analicen cómo fue su conducta y tipos de pensamientos, en esa transición entre el primer proyecto, que no terminaron, y el segundo proyecto que iniciaron. Pasado estos momentos, se les solicita que realicen un inventario de los recursos que ese proyecto inconcluso les dejó, como experiencia de aprendizaje, en grupos sociales nuevos y en habilidades. Después, se les pide que formen grupos de 5 integrantes, para mostrar los recursos que ganaron y el cambio de su proyecto de vida. En esta actividad, los estudiantes analizarán qué recursos son similares, cuáles diferentes y qué uso les dieron.</p> <p>Para finalizar, se reflexionará sobre la toma de decisiones, teniendo en cuenta los recursos desarrollados en las primeras actividades, con sus experiencias, recursos y herramientas identificadas, las cuales se fortalecerán con las competencias socioemocionales de Rafael Bisquerra, sobre las competencias emocionales de autocontrol y toma de decisiones asertivas (Bisquerra 2005).</p> <p>Un segundo taller se realizará, en torno al tema de la construcción de la identidad profesional: el rol como maestro. Se les pedirá, a los estudiantes, que conformen</p>	Cuarto semestre	Infancia, nociones y perspectivas

		<p>grupos de 5, en los que van a describir cualidades de maestros formadores, o maestros acompañantes que, en su formación, sean más relevantes, por su desempeño profesional, social y emocional. Después de esta actividad, construyen un perfil de maestro que reúna todas las características mencionadas, para luego ser socializadas. Más adelante, se exponen dos casos reales, contruidos previamente por la persona que orienta el taller sobre maestros, en el que su salud mental se ve afectada. El primer caso es sobre un docente que no está a gusto con su trabajo ni con las condiciones donde vive; el segundo caso es un maestro que padece de una enfermedad y debe hacer cambios en su vida, para poder sobrellevar su padecimiento. Con estos casos, se les pide que, con el perfil construido, traten de buscar soluciones de manejo y posible prevención, para estos padecimientos. Además, se espera que, entre los grupos, se ayuden, compartiendo estrategias y reflexionando sobre su pertenencia en el manejo de la situación del caso expuesto.</p> <p>Para finalizar, se reflexiona acerca de la toma de decisiones, retomando los recursos de automotivación y autocontrol, como elementos claves para la toma de decisiones precisas y claras, y para que los maestros en formación los reconozcan e interioricen en su perfil socioemocional. Así mismo, se analiza la importancia de que los maestros motiven y apoyen a sus estudiantes, como un valioso recurso de competencias socioemocionales en el aula de clases; que permitan espacios de</p>		
--	--	--	--	--

		<p>trabajo solidario y en equipo, entre los miembros de la comunidad académica. Todo esto desarrolla la creación de redes de apoyo entre maestros, para fortalecer su salud mental y la de sus estudiantes a cargo.</p> <p>Como elemento final, se les pide, a los estudiantes, que, individualmente, relaten cuál es su proyecto de vida, las metas que tienen luego de graduarse del programa de formación, y que reconozcan, ante el grupo, qué habilidades han desarrollado y cuáles son los aspectos que deben fortalecer. Esto permitirá que el grupo refuerce positivamente los argumentos de sus compañeros, al reconocer las habilidades y relacionarlas en experiencias vividas en su formación.</p>		
--	--	--	--	--

Fuente: Elaborado por el autor

8. Conclusiones

Después de haber terminado el diseño de la propuesta de intervención, es posible concluir, a manera de reflexión, lo siguiente:

- Nos encontramos ante retos relacionados con el uso de estrategias de prevención en salud mental en un contexto educativo. Estas situaciones se sortearon, percibiendo las estrategias de salud mental, como un componente que no es de uso exclusivo de las instituciones de salud. Es decir, asumiendo la intervención psicosocial como un campo amplio que incluye recursos clínicos, educativos y sociales. De esta manera, se fortaleció la salud mental individual y comunitaria, desde diferentes contextos.

La reforma psiquiátrica (Desviat, 2016) alude a este asunto cuando desinstitucionaliza los abordajes psiquiátricos. Esto promovió cambios en la forma de abordar los fenómenos mentales, desde el ámbito comunitario. Se capacitó a un grupo de personas en herramientas de cuidado, manejo y prevención, frente a factores que debilitan la salud mental individual y colectiva. Ante esto, una comunidad, como los docentes, apropiadas de estrategias de salud mental, puede hacer un cambio significativo, en su entorno personal y profesional.

- La intervención psicosocial retoma este enfoque comunitario, como una estrategia de intervención. Esto posibilita aproximarse al sujeto desde su experiencia, para reconocerlo como un sujeto con derechos que hace parte de una comunidad. El aporte del contexto educativo, en la intervención psicosocial, es brindar herramientas, desde la escuela, para la prevención de enfermedades mentales. En este sentido esta propuesta echa mano de estrategias pedagógicas, para reconocer las experiencias de los estudiantes en su formación y permitirles participar en los procesos pedagógicos. En esta vía esta propuesta de intervención espera fortalecer las competencias socioemocionales en los maestros en formación, como estrategia de prevención en salud mental, en la Institución educativa Normal Superior Santiago de Cali. En otras palabras, se desarrollan actividades, desde su formación como futuros maestros, que les permitan prevenir, detectar y manejar situaciones que afecten su salud mental.

- Este objetivo se concretó, desarrollando tres momentos en la intervención. 1. Reconocimiento de las competencias socioemocionales de los maestros en formación que ingresan al programa de formación complementaria. Este primer momento evidenció las experiencias que han tenido los maestros en el trabajo con

competencias socioemocionales, el trabajo en equipo, la resolución de conflictos y la solidaridad, en sus prácticas, con los estudiantes a su cargo. En otras palabras, esta fase evidencia la importancia de las competencias socioemocionales en la formación integral de los educandos, y en la prevención, o manejo de factores de salud mental, frente al estrés, ansiedad y depresión.

- Respecto al punto de identificar las fortalezas, o debilidades, que presenta el Programa de Formación complementaria en el desarrollo de competencias socioemocionales, quedó probado el reconocimiento -que los maestros en formación del programa- tienen hacia sus maestros formadores y las capacidades que posee el programa para cumplir su objetivo de formar maestros normalistas. Sin embargo, hubo debilidades, como no tener espacios académicos propicios para el desarrollo de estas competencias.
- El tercer y último propósito era diseñar una propuesta microcurricular para la formación en competencias socioemocionales, integrada al plan de estudios del programa de formación complementaria. Efectivamente, se diseñó dicho plan microcurricular, en el que se retomaron las necesidades de los maestros en formación, en el desarrollo de competencias socioemocionales y se articularon sus experiencias con las herramientas necesarias para su uso en la práctica. A su vez, este diseño microcurricular permitió brindar estrategias de prevención y manejo ante situaciones que disminuyen la salud mental de los maestros en sus ejercicios.
- No obstante, la propuesta presenta un vacío en su diseño, puesto que no integra a los maestros formadores en el desarrollo de competencias socioemocionales. Es una lástima porque este aspecto fortalecería la intervención psicosocial en el programa de formación complementaria. Sin embargo, en su implementación, se pueden generar espacios de discusión y construcción conjunta en las semanas de

desarrollo institucional, para presentar los resultados de las experiencias de los maestros en formación, frente al uso de competencias socioemocionales, y para proponerles a los maestros formadores que aporten sus saberes y experiencias.

Bibliografía

- Ahumada, Francisca (2011). III Congreso Intervención de investigación y práctica profesional en Psicología. Universidad de Buenos Aires, Argentina.
- Berger, Peter & Luckman, Thomas, (2001). *La construcción social de la realidad*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu editores.
- Bisquerra Alzina, Rafael. (2005). Revista Interuniversitaria de formación del profesorado, ISSN: 0213-8646, Madrid.
- Carballeda A., Juan Manuel. (2012). *La intervención en el campo de la salud mental*. Universidad de Buenos Aires.
- Desviat, Manuel. (2016). Cohabitar la diferencia, de la reforma psiquiátrica a la salud mental comunitaria. *Colección salud mental 9*, Madrid. ISBN 97884948022842.
- Duschatzky, Silvia. (1992). *La escuela como frontera*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Paidós.
- Fernández R., Eduardo. (2009). Aprendizaje experiencial, investigación-acción y creación organizacional de saber: la formación concebida como una zona de innovación profesional. REIFOP, 12 (3), 39-57.
- Freire, Paulo. (1977). *Pedagogía de la esperanza*. Rio de Janeiro: Siglo veintiuno editores. Recopilación Anny Freire.

Galende, Emiliano. (1990). *El psicoanálisis y la salud mental*. Buenos Aires.

Galende Emiliano. (2014). *Estrategias comunitarias en promoción en salud mental*.

Universidad de Buenos Aires.

Ghebreyesus, T. (2013). Salud mental, OMS. Recuperado:

https://www.who.int/topics/mental_health/es/

Gonzales Á., Liliana. (2016). *Paso a paso, estrategias de formación de competencias socioemocionales en la educación secundaria y media*. Bogotá.

Hernández, Roberto. (2014). *Metodología de la investigación*. Sexta edición, MCGrawHill.

ISBN 9781456223960.

Malaisi, L. (2017). Conferencia del foro educativo nacional, educación para la paz,

Mineducación, Bogotá. Recuperado:

[www.mineducacion.gov.co/portal/salaprensa/Noticias/363327:Educacion-emocional-](http://www.mineducacion.gov.co/portal/salaprensa/Noticias/363327:Educacion-emocional-Clave-en-la-creacion-de-vinculos-profundos-en-la-escuela)

[Clave-en-la-creación-de-vínculos-profundos-en-la-escuela](http://www.mineducacion.gov.co/portal/salaprensa/Noticias/363327:Educacion-emocional-Clave-en-la-creacion-de-vinculos-profundos-en-la-escuela)

Mantilla Z., Olga Lucia. (2011). *Orientación pedagógicas para la institucionalización de las competencias ciudadanas*, Ministerio de Educación Nacional. ISBN: 978-958-691-409-3.

Bogotá: Impresión Amado Impresores S.A.S

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL. *Revisión de políticas nacionales de*

Educación. La educación en Colombia. La versión original de este libro fue impresa con el

título Education in Colombia © 2016, Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), París.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL. (2017). Estrategia de formación de competencias socioemocionales en la educación secundaria y media; paso a paso. Bogotá: Guía Grado 11.

MINSALUD. (2019). Observatorio nacional de salud mental, Minsalud. Recuperado: <http://onsaludmental.minsalud.gov.co/Paginas/Inicio.aspx>

Ortega N., María del Carmen. (2010). La educación emocional y sus implicaciones en la salud. Universidad Nacional y a distancia REOP. *Vol. 21*, N° 2, 2° Cuatrimestre, pp. 462-47.

Peñaloza, A. (2019). Las enfermedades por las que mas se incapacitan los docentes del distrito. Blu radio, <https://www.bluradio.com/bogota/las-enfermedades-por-las-que-mas-se-incapacitan-los-docentes-del-distrito-216255-ie430>.

Pérez S., Gloria; García Ll., José Luis; Fernández G. Ana. (2014). Fundamentos de la pedagogía social y de la educación social. Editorial Interfaces Científicas. ISSN IMPRESSO 2316-333X ISSN ELETRÔNICO 2316-3828.

Quiceno, Humberto. (2009). Revista Educación y Humanismo. No. 16 - pp. 75-83 – Junio. Barranquilla, Colombia: Universidad Simón Bolívar. ISSN: 0124-2121.

Rendón, U., María Alexandra. (2019). Competencias socioemocionales en los maestros en formación y egresados de programas de educación. Universidad de Antioquia: Praxis & saber, *Vol. 10*, núm. 24.

Sánchez, P. (2007). El reto de educar en y para la diversidad, al tablero. Recuperado:

<https://www.mineducacion.gov.co/1621/article-150568.html>

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DISTRITAL, Alcaldía de Bogotá. (2016). Emociones para la vida, Programa de Educación Socioemocional para docente- Grado Segundo. Bogotá.

Velandia P., Patricia Yasmín. (2014). *La salud mental docente, como enfermedad docente*.

Bogotá: Instituto latinoamericano de Altos estudios. ISBN 9789588492643.

Velandia, P. (2018). La salud mental docente, como enfermedad profesional. Bogotá:

Colombia Magisterio.com. Recuperado: [https://www.magisterio.com.co/articulo/la-salud-
mental-docente-como-enfermedad-profesional](https://www.magisterio.com.co/articulo/la-salud-mental-docente-como-enfermedad-profesional).

Anexo 2.**Técnica: Encuesta semi-estructurada****Nombre: M1****Semestre: Tercero****Graduado año:****Edad: 18 años****Género: Masculino****Grado en que se desempeña (graduados)****Lugar: Normal superior Santiago de Cali****Fecha: noviembre 20/ 2019**

1. Para usted, ¿qué es una competencia socioemocional?

Son aquellas herramientas que posee una persona que le permite enfrentarse a situaciones que la sociedad le exige.

2. ¿Qué retos emocionales desempeña en su labor, como docente?

El reto emocional más cercano que tuve fue que me trasladaron, en medio del proceso de práctica, de un grado a otro, de manera no argumentada. Esto me produjo fuertes emociones de tristeza e impotencia.

En otra ocasión, se me presentó un reto a la estabilidad de mis emociones, cuando me suspendieron mi práctica, como docente.

Por último, los momentos en que los estudiantes me regalan algo, hecho por ellos y ellas mismas, son momentos de felicidad y alegría para mí.

3. ¿Enfrentó retos con sus alumnos, o maestro acompañante, en su proceso de prácticas formativas en la Normal?

Definitivamente, sí. Cometí demasiados errores por no superar muchos retos que se presentaban. En primer semestre, tuve una sobre carga académica y me dormí de forma espontánea, no en la clase, pero sí en un espacio de trabajo.

4. ¿Has presentado alguna dificultad socioemocional?

Sí, relaciones con familiares, en los grupos de trabajo en la normal.

5. En su diario vivir, ¿cómo maneja la desmotivación, estrés, aburrimiento o cansancio?

Mascar chicle me relaja del estrés; mirarme al espejo y decir todas mis habilidades regula mi desmotivación; no suelo estar aburrido; tomo siestas de 26 minutos para regular el cansancio.

6. ¿En algún momento, ha sentido que le faltan herramientas para abordar emocionalmente a sus alumnos?

Sí, casi todo el tiempo, pues la formación como docente, no designa específicamente un área que nos permita trabajar el ámbito emocional.

7. Según usted, ¿cuáles son los retos que enfrenta el maestro en la formación del ser de los alumnos a su cargo?

Conocer a los estudiantes, y tener una relación más directa con cada uno; pienso que eso permite un desarrollo más integral de su ser.

8. ¿Cree usted que algunos docentes, en su práctica, se les dificulta, o no usan competencias socioemocionales? Si es posible, dé un ejemplo.

La paciencia es un factor que no les permite a varios docentes tener la inteligencia emocional, de potenciar competencias para reconocer y valorar las emociones de los niños y las niñas.

9. ¿Cree que tiene habilidades socioemocionales para el manejo de situaciones personales, académicas o de tu práctica? ¿Puede mencionarlas?

Sí, el autocontrol. Considero que es una habilidad pertinente que tengo y debe tener cada docente para manejar situaciones de su entorno. Además de la comunicación asertiva, para expresar sentimientos, ideas y emociones

10. ¿Cree que el programa de formación profesional de la Normal Superior Santiago de Cali tiene fortalezas, o debilidades, en la formación de habilidades socioemocionales?

Tiene numerosas Fortalezas, pues hay docentes que reconocen el valor que tiene la formación de estas habilidades y brindan nociones sobre lo que se puede hacer en determinados casos. Por otro lado, es mayoría, la población de docentes que, en cambio, se interesa más por los contenidos académicos que por el desarrollo de estas habilidades.

11. ¿Cómo puede fortalecer sus habilidades socioemocionales en sus proyectos de vida y de práctica académica?

Pienso que buscar la asesoría adecuada con profesionales que brinden estrategias para potenciar el desarrollo óptimo de estas habilidades socioemocionales, es una buena manera de fortalecer esta dimensión de los niños y las niñas.

Anexo 3.

Técnica: Encuesta semi-estructurada

Nombre: M2

Semestre: tercero

Edad: 21

Género: femenino

Lugar: Sala de profesores

Fecha: 4 de octubre de 2019

1. ¿Qué retos emocionales desempeña en su labor como docente?

- Se viven, cada día, situaciones distintas en el contexto escolar; por tanto, cuando siento que no estoy totalmente preparada para afrontarlas, me frustró y me da miedo intervenir, ya que podría ser perjudicial para el niño o niña.

- A veces soy insegura cuando tengo grupos nuevos ya que no tengo una idea de cómo son, las habilidades que hay que desarrollar y las problemáticas del grupo.
 - La calificación me hace sentir insegura cuando la pongo ya que no sé si está acordé con el esfuerzo desempeñado por el niño.
2. ¿Enfrentó retos con sus alumnos, o maestro acompañante, en su proceso de prácticas formativas en la Normal?
- No sé qué hacer en momentos de ira, o cuando los niños están peleando, uno con otro. Un día, me dijeron que un niño y una niña se estaban tocando sus partes íntimas; por último, el reto más grande son niños con discapacidades cognitivas.
 - Con los maestros acompañantes, he estado algunas veces en desacuerdo cuando no dejan que los niños con errores en su aprendizaje los corrijan. También, he sentido irá, cuando la profesora acompañante nos pone a realizar muchos trabajos manuales y no a realizar actividades con los niños y niñas.
3. En su diario vivir, ¿cómo maneja la desmotivación, estrés, aburrimiento o cansancio?
- Siempre trato de manejar los tiempos, en los que incluyó descansos, rutinas, estar en familia y juegos, para así evitar estos sentimientos.
4. ¿En algún momento, ha sentido que le faltan herramientas para abordar emocionalmente a sus alumnos?
- Sí, como dije anteriormente, la ira en los niños no sé cómo manejarla. La tristeza se me hace más factible abordarla en ellos, aunque sí necesitamos más herramientas para así poder estar seguros de que lo estamos haciendo bien.
5. ¿Cuáles son los retos que, según usted, enfrenta el maestro en la formación del ser de los alumnos a su cargo?
- La formación del maestro debe de ser muy rígida, ya que, en la labor, nosotros somos el ejemplo de los estudiantes, y a la hora de aportar a situaciones tanto individuales como grupales, tenemos que saber cómo hacerlo para que los estudiantes no se frustren, tengan un sentimiento, o tomen acciones inadecuadas.
6. ¿Cree usted que algunos docentes, en su práctica, se les dificulta, o no usan competencias socioemocionales? Si es posible, dé un ejemplo.
- Sí, ya que, en algunas ocasiones, llegan con alguna problemática al aula de clase y los niños son los que reciben tal emoción de ira o impotencia, ya que los regaña con más facilidad de una manera más explosiva.
7. ¿Cree que tiene habilidades socioemocionales para el manejo de situaciones personales, académicas o de tu práctica? ¿Puede mencionarlas?
- Tengo un manejo básico de mis habilidades socioemocionales, ya que puedo controlarme a la hora de enfrentar una emoción fuerte; pero no sé cómo ayudar a que otras personas lo puedan hacer; por eso, digo que es básico.
 - Controlo la ira, no me estreso fácilmente, soy capaz de responder a mis actividades cotidianas y tengo vínculos sociales asertivos.

8. ¿Cree que el programa de formación profesional de la Normal Superior Santiago de Cali tiene fortalezas, o debilidades, en la formación de habilidades socioemocionales?
 - Tiene fortalezas, en cuanto a que nos centra en metas claras desde un comienzo; nos ayuda a la conciencia social y a lo que nos estamos enfrentando, en esta carrera. Pero tiene desventajas en cuanto al manejo de las emociones tanto en el docente en formación como en ayudar a los niños a dirigir adecuadamente esas emociones.
9. ¿Cómo puede fortalecer sus habilidades socioemocionales en sus proyectos de vida y de práctica académica?
 - Teniendo hábitos que fortalezcan las habilidades, y considerar información que me ayude a alimentar mi conocimiento y así ponerlo en práctica, repetidas veces.

Anexo 4.

Técnica: Encuesta semi-estructurada

Nombre: M3

Semestre: 3-1

Edad: 20

Género: Masculino

Lugar: Cali-Valle del cauca

Fecha: 05/11/2019

1. Para usted, ¿qué es una competencia socioemocional?
 - Son esas capacidades que tiene la persona para poder encajar socialmente y entender cómo se sienten las personas.
2. ¿Qué retos emocionales desempeña en su labor como docente?
 - En mi labor como docente. los retos emocionales más grandes que puedo llegar a tener es el miedo de no transmitir los conocimientos de forma que los estudiantes desarrollen las competencias que quiero lograr en ellos; esto podría llevar al estrés, ansiedad y frustración. Pero la que más trato de desempeñar es la seguridad, para que lo que diga llegue de una forma clara y se sincronice con mis gestos y expresión corporal
3. ¿Enfrentó retos con sus alumnos, o maestro acompañante, en su proceso de prácticas formativas en la Normal?
 - Con los alumnos, en todo el proceso de práctica, se enfrentan retos, como ganarse su confianza. Pero, a la misma vez, mantener la distancia y respeto que, como maestro, se debe tener. Entender que todos los alumnos vienen de realidades distintas y formas de crianza diferentes; algunos pueden frustrarse muy rápido, o sobreponerse a las situaciones y generar los procesos de aprendizaje de una manera que su parte emocional no lo afecte. Pero, en la

mayoría de casos, los alumnos dejan que la frustración, miedo, depresión, o cualquier cosa que pasa en su entorno, influya en que no se concentren y no presten interés a lo que el maestro quiere enseñar. Con el maestro acompañante, siempre trato de ayudarlo al máximo y ser propositivo y proactivo.

4. ¿Ha presentado alguna dificultad socioemocional?

- Sí claro: estrés, en casa, en la Normal por el estudio, en la práctica, entregando trabajos. Discusiones con compañeros por trabajos; en ocasiones, con el monitor de práctica. Me desmotivo, en ocasiones, por muchas cosas y me aburro. Eso hizo que hace un año y medio fuera a terapia psicológica, debido a que presenté depresión; pero, en realidad, fui dos veces. Eran más las cosas que tenía que hacer con la EPS, para pedir la cita y buscar dónde la realizaban, que el resultado que estoy viendo; así que dejé de ir.

¿Aún sigue presentando episodios de depresión?

En este año, no. Trato de no manejar mucho estrés y no discutir con mi pareja, creo que ella pasa por lo mismo. Trato de hacer deporte, jugando rugby y pasando más tiempo con mi hija; ella me ayuda y mi mamá. Hace un año, cuando tuve las crisis de ansiedad, tuve que retirarme de la normal y, ese tiempo, me sirvió para recuperarme emocionalmente. No es fácil y ese año no lo fue. Estaba en prácticas en colegio privado y el grupo que me tocó era difícil: de papás que dejan toda la responsabilidad en el docente. Ese año, ya habían cambiado al director de grupo; aparte, mi novia se embaraza y no tengo trabajo; al principio, las familias no lo recibieron bien. Ya se puede imaginar.

5. En su diario vivir, ¿cómo maneja la desmotivación, estrés, aburrimiento o cansancio?

- Acordándome de las motivaciones que me impulsan a hacer las cosas mejor; además de pensar dónde quiero llegar y quién quiero ser, aceptando que todo es un proceso y todos los días no son buenos. Pero, siempre, aprendiendo de lo malo y tratando de mantener lo que funcione. En ocasiones, busco a mis amigos, o estar con mi familia.

6. ¿Son frecuentes estos episodios en su vida? ¿Sabe por qué aparecen?

- No muy frecuentes, sobre todo, cuando tengo problemas en casa con mi pareja, la mamá de mi hija. Trato de hacer cosas para olvidarme de lo que pasa. Sin embargo, en ocasiones, es muy fuerte la discusión, y me quedo donde mi mamá; pero, igual, me sigo sintiendo mal. Eso también se refleja en el salón de clases, cuando me ven callado, o cuando no voy a estudiar. Mis compañeros me dicen que por qué no me divorcio. Pero no todos los días son así.

7. ¿En algún momento, ha sentido que le faltan herramientas para abordar emocionalmente a sus alumnos?

- Lo he sentido, ya que dependiendo del alumno su comportamiento es diferente y así mismo la manera como uno tiene que abordar el problema que pueda presentársele, sin entrar a señalamientos, o a crearle ideas de las cosas que, de pronto, no pueden ayudarlo a solucionar el problema sino a crearle odios, dudas, etc. Considero que el tiempo y la experiencia, además de la parte teórica, dan las pautas de cómo abordar la parte emocional de los alumnos.

8. ¿Cuáles son los retos que, según usted, enfrenta el maestro en la formación del ser de los alumnos a su cargo?

- Uno de los retos más grandes puede ser cambiar el chip de estudiante a maestro y que los estudiantes no lo vean como maestro en formación, sino como maestro en propiedad, que puede enseñar, corregir y educar, de igual manera que lo haría su profe titular.
9. ¿Cree usted que algunos docentes, en su práctica, se les dificulta, o no usan competencias socioemocionales? Si es posible, dé un ejemplo.
- Puede ser que, a veces, no conocemos o no aplicamos las competencias socioemocionales y somos muy susceptibles a lo que pueda pasar en el aula, cuando uno lleva una clase preparada para x cantidad de tiempo y hay un alumno que, en menos de ese tiempo, resuelve todo. Y ya se sabe el tema. Ahí, se tiende a desesperarse, a no saber qué hacer con ese alumno, o cuando llevamos planeada una clase en video beam y no sirve todo, se torna imposible pero está en esas competencias el saber sobreponerse a las situaciones.
10. ¿Cree que tiene habilidades socioemocionales, para el manejo de situaciones personales, académicas o de su práctica? ¿Puede mencionarlas?
- Aprendí a aplicar la inteligencia emocional, a no tomarme las cosas como si fueran en contra mía, a que las cosas pasan por algo y que nada es tan malo para derrotarme. Además de saber que todo pasa y aprendiendo de todo lo que pueda llegar a vivir en cualquier entorno, y valorando todo lo que tengo; no solo material, sino también afectivamente.
11. ¿Cree que el programa de formación profesional de la Normal Superior Santiago de Cali tiene fortalezas, o debilidades, en la formación de habilidades socioemocionales? Considero que todo reto, o proceso de aprendizaje, tiene que formar habilidades socioemocionales en las personas, como: autosuperación, auto estima, etc. aprender a manejar los momentos de estrés y ansiedad. Lo que no se logra, por parte del programa, podría ser un acompañamiento individual a los estudiantes con X o Y situación, separando lo personal de lo académico. Porque tenga el problema o situación que se tenga, igualmente, hay unas competencias y unos logros que se tienen que alcanzar y que, al final, van a ser los que definen si uno es o no un buen estudiante
12. ¿Cómo puede fortalecer sus habilidades socioemocionales en sus proyectos de vida y de práctica académica?
- No tomando nada personal, pues cada quien es la realidad de lo que tienen dentro de sí y así mismo ve a los demás; siempre tratando de entender que todos somos diferentes y que no todos tienen que pensar o actuar como yo lo esperaría; esto incluye el aula, la vida y cualquier cosa que haga en mi día a día. Además de no hacer los problemas míos, sino entender que son cosas que tienen que pasar para uno ser mejor todos los días, y teniendo, en todo momento, claro dónde quiero llegar.

Anexo 5.**Técnica: Encuesta semi-estructurada****Nombre: M4****Semestre: 3-1****Edad: 18****Género: Femenino****Lugar: Cali, Colombia****Fecha: 21-09-2019**

- ¿Qué retos emocionales desempeña en su labor como docente?

A lo largo de mi práctica docente, he experimentado muchas emociones desarrollándome en el cambio de práctica. Cuando estaba en mis primeros meses de práctica, sentía mucha incertumbre, al no saber cómo iba a ser recibida por los alumnos, por los maestros y, en general, por toda persona involucrada en ese proceso. Luego de un tiempo, adaptándome, logré experimentar emoción, nervios y muchas ganas de superarme. Esta labor te permite autoexplorarte y conocerte más a fondo, ya que requiere que estés en constante evolución en pro a tus estudiantes.

- ¿A qué se refiere evolución?

A prepararme en lo pedagógico. En el manejo de estas prácticas, los niños demandan mucho afecto, pero no es fácil el manejo con los niños. Igual preparado para la vida misma, sabes que se han retirado compañeros míos en segundo y ahora en tercero, por no saber cómo manejar la carga: algunos lloran y otros se retiran.

- ¿Enfrentó retos con sus alumnos, o maestro acompañante, en su proceso de prácticas formativas en la Normal?

Por supuesto, todo avance en la vida académica y laboral viene acompañado de retos. Uno de ellos fue lograr el control del grupo en mis primeras clases, aprender estrategias para localizar la atención del grupo en el tema que se esté dando es uno de los retos más significativos que he experimentado. Fue muy demandante y agotador, hubo dos días seguidos que no podía dormir, pensando si lo había hecho bien, o no.

Con maestros acompañantes, he experimentado retos que me impulsan a mejorar mis clases y mis métodos, ya que me exigen que me reinvente, para ser así una mejor maestra. Ejemplo: "Crea una clase sin vídeos" "Crea una clase sin guías", etc., esto con el fin de ser capaz de buscar alternativas y solucionar problemas que se me presenten en el aula.

- En su diario vivir, ¿cómo maneja la desmotivación, estrés, aburrimiento o cansancio?

Soy una persona que evita este tipo de emociones, siento que darles demasiada importancia es una manera de estar en estancamiento personal; pero, como a todo ser humano, hay situaciones donde es difícil no dejarse llevar por esas emociones y lo que hago, para no centrarme en ellas, es tratar de mantener la mente ocupada, o enfocarme en algo bueno y que me aporte de esa situación de estrés y demás. Las ignoro, bueno trato de ignorar.

¿Cuándo no puede ignorarlas?

Ay, me siento y trato de aislarme, buscando que se pase.

- ¿En algún momento, ha sentido que le faltan herramientas para abordar emocionalmente a sus alumnos?

En los momentos, donde la clase pierde el interés en el tema y se dispersan. Ahí, es donde siento que un maestro debe llevar a cabo herramientas, para volver a centrar la atención de sus estudiantes.

- ¿Cuáles son los retos que, según usted, enfrenta el maestro en la formación del ser de los alumnos a su cargo?

Lograr crear un aprendizaje significativo, que su tema sea entendido, que el grupo esté concentrado y que los estudiantes se sientan cómodos en sus clases. Igual, existen cosas que no puedo manejar y afectan el desempeño de las clases, como aquellos niños, donde los padres poco se responsabilizan de la formación. Mi maestra acompañante se desgasta hablando y tratando de citarlos, pero pocas veces van, cuando existen problemas económicos; ejemplo de esto: los niños venezolanos van con poquita loncheras, algunos les donan uniformes viejos, para que estén un poco más cómodos; pero, en ocasiones, se ven tristes, o en ocasiones, no van a clases. Es donde se debe reinventar, pero es difícil.

- ¿Cree usted que algunos docentes, en su práctica, se les dificulta, o no usan competencias socioemocionales? Si es posible, dé un ejemplo.

No, por suerte, he contado con maestros acompañantes muy involucrados en su labor docente que están en constante renovación de sus métodos de enseñanza en pro a sus estudiantes. Buscan alternativas para que el aula esté estable. Mira un ejemplo: esta profe en el tercero, donde hago práctica, entraron 5 niños venezolanos y esta profe convocó a padres de este salón y del año pasado y les pidió colaboración, y los padres respondieron con uniformes, útiles nuevos, hasta sobró para otros niños de otros grados; eso lo motiva a uno.

- ¿Cuál cree que es la estrategia de la maestra acompañante, para tener ese apoyo de los padres?

Profe, ella es estricta con los niños, pero también es cariñosa y es muy activa. Aquí en la sede, creó el comité de actos pacíficos, para que los niños resuelvan los conflictos pacíficamente. Habla con los niños, le interesa su bienestar, juega con ellos, es muy buena escuchando y hablando con otros maestros y otros practicantes.

- ¿Cree usted que algunos docentes, en su práctica, se les dificulta, o no usan competencias socioemocionales? Si es posible, dé un ejemplo.
Considero que sí. Hay situaciones emocionales con algunos niños en el aula, que a veces son ignorados y no son tomados con la importancia necesaria.

En mi salón, uno de los estudiantes no trabaja igual que sus compañeros, siempre manifiesta no sentirse bien, no querer hacer los trabajos y los maestros no manejan la situación.

- ¿Cree que tiene habilidades socioemocionales, para el manejo de situaciones personales, académicas o de tu práctica? ¿Puede mencionarlas?
Considero que tengo habilidades socioemocionales, por ejemplo, siempre muestro empatía por los demás, llevo mis relaciones interpersonales de la mejor manera, trato de controlar mis emociones, sé escuchar a los demás, soy una persona responsable y consecuente, entre otras.

- ¿Cree que el programa de formación profesional de la Normal Superior Santiago de Cali tiene fortalezas, o debilidades, en la formación de habilidades socioemocionales? Creo que son mayores las debilidades, pues no hay una formación completa en estas habilidades, que son realmente importantes para nuestra práctica, para la formación del ser del niño.
- ¿Cómo puede fortalecer sus habilidades socioemocionales, en sus proyectos de vida y de práctica académica?
Estas habilidades se fortalecen con situaciones cotidianas a las que me enfrento, tomando decisiones responsables, escuchando activamente, siendo consciente de la importancia de estas habilidades para la vida y las relaciones.

Anexo 6.

Técnica: Encuesta semi-estructurada

Nombre: E1

Semestre: N/A

Graduado año: Profesional (2018)

Edad: 24 años

Género: Femenino

Grado en que se desempeña (graduados): Grados de primaria y 6° de Bachillerato.

Lugar:

Fecha: noviembre 21 de 2019

1. ¿Para usted qué es una competencia socioemocional?

Son las habilidades que tiene una persona para comprender sus propias emociones y las de otros.

2. ¿Qué retos emocionales desempeña en su labor como docente?

Tristeza, angustia, felicidad, y empatía.

¿En los alumnos, o suyos?

De los dos, 5 y 6 ya están un poco más grandes y tienen situaciones familiares que todavía están asimilando, como separación de padres, o cambio de lugar de vivienda.

3. ¿Enfrentó retos con sus alumnos, o maestro acompañante, en su proceso de prácticas formativas en la Normal?

Sí, por supuesto. Uno se enfrenta a retos con sus estudiantes, o el maestro acompañante, y esto depende siempre del contexto en el cual se ejerce la práctica.

¿Me puede dar un ejemplo significativo de esos retos?

En segundo semestre, tuve una docente acompañante, donde toda la carga de trabajo me la dio a mí. Fueron 15 días que llegaba a casa llorando y muchas veces pensé en dejar el programa de formación. No solo pasaba conmigo. A otros compañeros, les pasaba lo mismo, cuando les tocaba con ella. A los niños, tampoco les gustaba, decían no te vayas; contigo, hacemos cosas, no solo dictados, eso me daba tristeza. Hubo una compañera en tercero que no aguantó y se retiró del programa. La profe de práctica la buscó y volvió al siguiente semestre. Igual, en esa institución, el ambiente era muy pesado, hasta entre los mismos maestros. En ocasiones, veía a la coordinadora llorando,

o entre profes, hablándose entre ellos duro. Igual, ese campo está intervenido por la secretaria y ya no es lugar de práctica.

4. ¿Ha presentado una dificultad socioemocional?
Si he presentado, en mi familia tristeza, angustia, con mis parejas duelos. En lo académico, estrés y angustia, por situaciones que viví, durante mi formación, donde algunos profesores me ayudaban con consejos y, en lo laboral, estrés y cansancio.
5. En su diario vivir, ¿cómo maneja la desmotivación, estrés, aburrimiento o cansancio?
Trato de buscar siempre estrategias, o metodologías de enseñanza, que logren equilibrar mi cansancio y la desmotivación, y estas proporcionan a los estudiantes un aprendizaje significativo. Sin embargo, para el manejo de mi estrés, busco la manera siempre de dividir mi espacio personal del laboral, es decir, llevar ambas por separado.
6. ¿En algún momento, ha sentido que le faltan herramientas para abordar emocionalmente a sus alumnos?

Sí, por supuesto, ya que, en contextos más vulnerados, no solo se requiere de la empatía del maestro, sino también del acompañamiento y la guía de un profesional como un psicólogo. Pero cuando se tienen herramientas, el trabajo es agotador, escucho a compañeros que están trabajando en escuelas de cobertura con población vulnerable y, en verdad, están agotados, mucho.

¿Por qué cree que están así?

Porque se enfrentan a situaciones personales que no están preparados: niñas, en quinto, en embarazo; niños vulnerables en muchos, o en todas las condiciones y lo pedagógico queda desbordado por estas situaciones. Ayer, hablaba con una de ellas, mis compañeras, y le dije que solicitaran acompañamiento psicosocial, y me responde ella: el psicólogo es para nosotros. La semana pasada, una niña golpeó una profe porque la profe le ofreció un sándwich a un niño que no había puesto nada en el compartir y después fue el papa de la niña a pegarle a la profe y terminó peleando con el coordinador y llegó la policía y el papá del niño del compartir y los dos papas se golpearon. Con estos relatos, cualquiera se cansa.

7. ¿Cuáles son los retos que, según usted, enfrenta el maestro en la formación del ser de los alumnos a su cargo?
Uno de los retos podría ser la educación compartida con la familia del estudiante, ya que esta es fundamental para una formación integral del niño o niña. En ocasiones la familia no se involucra mucho en ese aspecto, y lo digo en los ámbitos público y privado.
8. ¿Cree usted que algunos docentes, en su práctica, se les dificulta, o no usan competencias socioemocionales? Si es posible, dé un ejemplo.

Considero que no todos, ya que hace falta, por parte del maestro, trabajar y crear estrategias y metodologías de enseñanza, que permitan, a los estudiantes, desarrollar competencias que les ayuden a su formación integral, y que el maestro pueda contribuir al uso de las competencias socioemocionales en los estudiantes.

Eso se observa en el aula de clases, en el trato con sus estudiantes y hasta la forma de manejar la clase del docente.

¿Diferencia a los docentes que manejan lo socioemocional?

Sí claro, en su labor y en sus conversaciones, sobresalen, hasta en la relación con sus compañeros.

9. ¿Cree que tiene habilidades socioemocionales, para el manejo de situaciones personales, académicas o de tu práctica? ¿Puede mencionarlas?
 Sí, por supuesto. Desarrollé tolerancia, la cual utilizo como método para mediar conflictos entre mis alumnos, o con algunos de mis compañeros de trabajo.

10. ¿Cree que el programa de formación profesional de la Normal Superior Santiago de Cali tiene fortalezas, o debilidades, en la formación de habilidades socioemocionales?
 Pienso que el programa tiene muchas fortalezas, empezando por sus profesores, son profesionales en su área, su experticia en el desarrollo del ser humano y la forma como abordan los problemas en la escuela, teniendo en cuenta que no todos los problemas son emocionales. Ya en este campo son muy pocos los que explican con herramientas claras, en el abordaje de este tema, casi siempre son los mismos: los profesores de psicología.
 Una debilidad que existe en el programa es que no existe un funcionario nombrado por la Secretaría que preste un servicio de apoyo psicológico clínico al PFC. Cuando se tienen problemas, uno acude a los profes, pero el trabajo que ellos hacen -por fuera de sus horas de clases, en ese acompañamiento- no es suficiente.

Anexo 7

Técnica: Encuesta semi-estructurada

Nombre: E2

Semestre:

Graduado año: 2017

Edad: 24

Género: Masculino

Grado en que se desempeña: 1º, 2º y 3º

Lugar:

Fecha: 20/10/2019

1. ¿Para usted qué es una competencia socioemocional?

Son aquellas herramientas sociales y emocionales que permiten comprender al otro, sobre sus creencias, miedos, formas de relacionarse y establecer lazos fuertes con otras personas.

2. ¿Qué retos emocionales desempeña en su labor como docente?

- La tolerancia ante la injusticia.
- La burocracia insensible, a la cual tienes que callar, en ocasiones.
- La soledad, frente a procesos que implican trabajo en grupo.
- La decepción, frente a personas que les valorabas en otro concepto.
- La no vinculación de los problemas personales al contexto académico

¿Cómo los maneja?

Lo abordo hablando con algunos compañeros, o con un directivo, pero termina uno como el marginado

3. ¿Enfrentó retos con sus alumnos, o maestro acompañante, en su proceso de prácticas formativas en la Normal?

Sí, en algunas ocasiones, fue complejo tratar con la incompetencia y falta de responsabilidad de algunos compañeros, al momento de desarrollar trabajos en grupo; también fue complejo tolerar la falta de calidad en el proceso de enseñanza por parte de algunos docentes, que denotaban el conocimiento teórico, pero no su aplicabilidad. Esto generaba vacíos en el saber, por parte de los aprendices, o la mediocridad al responder a cuestiones pedagógicas, por parte de los estudiantes buscando reconocer la experticia de los docentes.

6. ¿Ha presentado alguna dificultad socioemocional?

Sí. Como mencioné anteriormente, el trabajo en grupo, con algunos compañeros, deja cierto grado de preocupación, frente a trabajos, o procesos que debían desarrollarse en la Normal. Ahora, con algunos compañeros con los que trabajo, dejan pasar cosas de su rol como maestro que dejan mucho que pensar sobre su formación. Ahora, en el diario vivir, presenta o suceden situaciones que dejan aprendizajes, como los duelos, frustraciones.

5 En su diario vivir, ¿cómo maneja la desmotivación, estrés, aburrimiento o cansancio?

Generalmente, utilizo la música, como movilizador de mis emociones, junto con la pintura, leer y cocinar; además, salir y compartir con amigos cuando puedo.

¿Tiene tiempo para desarrollarlo?

Cuando tengo tiempo, o cuando estoy muy cargado, estoy de mal genio o intolerante; entonces sé que algo falló.

7. ¿En algún momento, ha sentido que le faltan herramientas para abordar emocionalmente a sus alumnos?

Sí, analizando la realidad mundial, como docente, hoy en día, los modelos de familia que se están estructurando son diversos y la mayoría de ellos establece carencias socio-emocionales muy llamativas, que resaltan en el aula. Así pues, rondamos en el rol de docente y padres a la vez, en algunos aspectos; es aquí, en el segundo rol, que si no tenemos experiencia en casa como padres y/o cuidadores de algún niño en casa, podríamos carecer de herramientas que se nos están demandando hoy.

8. ¿Cuáles son los retos que, según usted, enfrenta el maestro, en la formación del ser de los alumnos a su cargo?

- La construcción de conciencia social, buscando generar sujetos altruistas.
- La promoción del pensamiento crítico y el manejo de la voluntad.
- La resiliencia, como una práctica de autodesarrollo.
- La construcción de una espiritualidad, como marco ético para desarrollo de sujetos sociales sensibles y empáticos.

9. ¿Cree usted que algunos docentes en su práctica se les dificulta, o no usan competencias socioemocionales? Si es posible, dé un ejemplo.

Sí, ya que las emociones son innatas en el ser humano y al trabajar con infantes, los cuales apenas establecen criterios mentales para definir las emociones; un mal referente les puede causar cambios en el comportamiento y la autoestima.

La profesora que llama al niño por un apodo y los demás niños lo llaman igual. El sujeto afectado se agarra a golpes por tres grados consecutivos con varios compañeros, porque la maestra nunca se apropió del nombre de su estudiante y los demás no sabían cómo se llama.

10. ¿Cree que tiene habilidades socioemocionales para el manejo de situaciones personales, académicas o de su práctica? ¿Puede mencionarlas?

Sí, desarrollo la resiliencia y la adaptación a proyectos de vida. Las desarrollé con mi familia, ya que ellos viajan mucho, se han esparcido por muchos lugares del mundo, y cada momento que les visita era iniciar un proyecto de vida nuevo. Así fue como inicio a centrarme en mis ideales y la forma cómo lograr mis metas, no iniciando desde cero, ir colocando bases para su construcción. Lo mismo sucedía en el estudio, podía adaptarme casi con cualquier grupo de trabajo. Con los que no podía eran aquellos que no mostraban interés y terminaba haciendo los trabajos casi solo. Ahora, en lo laboral, me ha servido para retomar proyectos que antes habían abandonado: los actualizo y están funcionando, con un alto desempeño en los estudiantes.

11. ¿Cree que el programa de formación profesional de la Normal Superior Santiago de Cali tiene fortalezas, o debilidades, en la formación de habilidades socioemocionales? Sí, la Normal, con el Programa de formación, tiene un reconocimiento, con respecto a la calidad de los maestros formados. Esto, debido a la estructura del programa en investigación y práctica, lo cual hace que los estudiantes, desde semestre cero, inicien con la aproximación de la realidad docente. Eso genera que el normalista superior se pueda ubicar con facilidad laboralmente y cuando lo hace, sobresale, en la calidad de sus trabajos, presentaciones, trato hacia los padres de familia y hacia sus estudiantes.

Igual, existen fallas. Antes de la renovación de la acreditación en el 2017, existían pocos espacios académicos que abordaban la importancia del desarrollo socioemocional, es decir, sí nos inculcaban la importancia del desarrollo emocional de nuestros estudiantes, pero pocos de nosotros, los que éramos estudiantes para ser maestro. Eso se notaba, cuando algunos compañeros se retiraban, o entraban en crisis por problemas, discutían o entraban en depresión. Algunos me buscaban, o hablaba con ellos, o le comentábamos a algunos profesores que lo apoyaban en su proceso; pero pocos espacios académicos nos abordaban sobre ese tema. Además, algo que se solicitó, como programa de formación, fue la creación de bienestar universitario, con el fin de dar apoyo a estos estudiantes en sus crisis; pero no se logró. Tengo conocimiento que, en la nueva acreditación, existen espacios que apuntan, desde cero, en la formación de competencias emocionales; eso es un valor agregado.