

Notas de enseñanza

Psicología Educativa

LBED2502



Índice

Información general del curso.....	1
Metodología	1
Evaluación y calendario	3
Bibliografía y tips importantes.....	4
Temario	5
Herramientas	6
Preguntas frecuentes	6
Notas de enseñanza	8

Información general del curso

 Clave banner: LBED2502

Competencia del certificado

Desarrolla propuestas de intervención pedagógica basadas en diagnósticos psicopedagógicos, para solucionar problemas de aprendizaje en estudiantes de diferentes niveles educativos, utilizando estrategias inclusivas e innovadoras, con apoyo de tecnologías educativas, en un contexto culturalmente diverso.



Metodología

El modelo académico **MAPS** se caracteriza por ser modular, apilable y personalizable con un enfoque flexible y centrado en el estudiante. Implementamos técnicas didácticas que buscan no solo la adquisición de conocimientos teóricos, sino también la aplicación práctica y el desarrollo de competencias profesionales altamente valoradas por los empleadores. A continuación, se detallan las técnicas didácticas y características principales de nuestro modelo académico.

Técnicas didácticas

Aprendizaje basado en retos. El alumno demuestra la adquisición de los conocimientos y los aplica por medio de retos propuestos.

Aprendizaje basado en proyectos. El alumno demuestra la adquisición de los conocimientos y los aplica en la práctica, por medio de proyectos que impacten de manera positiva a las organizaciones.

Aula invertida*. Esta metodología promueve el autoestudio fuera de las clases, para que, una vez que los alumnos se encuentren en el aula virtual, se promueva la interacción, la construcción conjunta del conocimiento, la generación de ideas y el desarrollo de las competencias, gracias al acompañamiento de docentes expertos.

El **aprendizaje basado en retos** se implementa del primero al quinto semestre, el **aprendizaje basado en proyectos** se aplica del sexto semestre en adelante y la metodología de **aula invertida** está presente en todos los certificados.

*En las Semanas de Desarrollo Integral (SeDI) y los certificados de idioma, solamente aplica la metodología de aula invertida.



Características

1. **Certificados**

- a. El modelo está formado por certificados de especialidad, los cuales buscan el desarrollo y la adquisición de competencias requeridas por los principales empleadores de nuestro país a través del aprendizaje activo.
- b. Todos los certificados son creados en alianza y colaboración con empresas de prestigio nacional e internacional y/o con expertos que cuentan con conocimiento técnico actual y académico que se requiere en las distintas industrias, con lo que se garantiza el desarrollo de competencias profesionales.
- c. En cada período, el estudiante lleva un máximo de dos certificados simultáneos, con ello los estudiantes tienen la oportunidad de profundizar más en cada tema. Esto es especialmente valioso en cursos que requieren una comprensión detallada de teorías complejas, aplicaciones prácticas y habilidades analíticas avanzadas.

2. **Duración**

Licenciatura dependiendo del formato elegido. Los programas ejecutivos se cursan en 15 bimestres, mientras que los programas semestrales se cursan en 8 semestres. Ambos están compuestos por los mismos certificados en sus mapas curriculares, lo que permite transitar entre ambas modalidades dependiendo de las necesidades de los estudiantes.

3. **Flexibilidad**

Este modelo promueve la participación de los estudiantes al permitirles personalizar su experiencia de aprendizaje de acuerdo con sus intereses y necesidades individuales. Esta personalización no solo facilita un mayor compromiso y motivación, sino que también prepara a los estudiantes para enfrentar retos específicos de su futuro campo profesional, aumentando así su empleabilidad y éxito académico.

4. **Credenciales apilables**

La idea atrás de estas credenciales es proveer un esquema de capacitación y aprendizaje para los aprendedores, de tal forma que puedan moverse rápidamente en el proceso educativo, aprendiendo habilidades que son aplicables en el trabajo. Las credenciales, por lo tanto, pueden ser apiladas para cumplir con el estándar de un programa de grado tradicional.

5. **Insignias digitales**

Las insignias digitales permiten documentar la educación de los estudiantes, así como sus logros. Una de las ventajas de las insignias digitales es que, a través de la metadata, se pueden obtener los detalles de las competencias adquiridas, la institución que otorga la insignia, así como un reconocimiento visual que puede ser compartido en redes sociales o redes profesionales.

6. **Diferenciadores del modelo**

- a. Certificados de lengua extranjera: se cuenta con certificados para adquirir o reforzar el dominio de lengua extranjera y con certificados impartidos en una lengua extranjera específicos de la disciplina, todo con el objetivo de atender las demandas de los empleadores.

- b. Semanas de Desarrollo Integral: unidades de aprendizaje transversal, diseñadas para vivir una experiencia inmersiva, desarrollando las competencias humanas, profesionales y de bienestar.
- c. Períodos de Skilling: período complementario donde el alumno puede llevar a cabo actividades que suman a su formación académica. Son opcionales y personalizadas, ya que el estudiante las selecciona con base en sus intereses profesionales y personales.
- d. Estancia empresarial al final del programa de estudios: los estudiantes tendrán a su disposición tres opciones en función de la estancia empresarial que vayan a realizar, entre las cuales se encuentran: gestión de proyectos, emprendimiento y desarrollo sostenible.



Evaluación

Semana	Instrumento evaluador	Porcentaje
1	Actividad 1	6
2	Actividad 2	6
3	Avance del reto	25
4	Actividad 3	6
5	Actividad 4	6
6	Actividad 5	6
7	Entrega final del reto	35
8	Examen final	10
Semana de Assessment		
Total		100 puntos



Calendario

Semana	Temas	Evaluable
1	1 al 3	Actividad 1
2	4 al 6	Actividad 2
3	1 al 6	Avance del reto
4	7 al 9	Actividad 3
5	10 al 12	Actividad 4
6	12 al 14	Actividad 5
7	1 al 14	Entrega final del reto
8	1 al 14	Examen final



Bibliografía

- Macazana, D., Sito, L., y Romero, A. (2021). *Psicología educativa*. NSIA Publishing House Editions.



Tips importantes

1. Aterriza los conceptos a contextos escolares reales

Cuando expliques teorías del aprendizaje o problemas de desarrollo, vincúlalos con situaciones comunes en aulas reales (niños con dislexia, adolescentes con falta de motivación, adultos mayores con deterioro cognitivo). Esto facilita la comprensión desde la práctica profesional.

2. Integra estudios de caso como herramienta central

Utiliza casos de estudiantes con diversas necesidades (por ejemplo, un niño con problemas de conducta o un joven con rezago académico por desnutrición) para analizar procesos de evaluación, diagnóstico e intervención psicopedagógica.

3. Promueve el análisis crítico de teorías clásicas y actuales

Invita a los aprendedores a comparar enfoques como el conductismo, el constructivismo o la psicología cognitiva aplicada a la educación, considerando su utilidad en contextos educativos actuales y diversos.

4. Enfatiza la importancia del desarrollo emocional y social

Incluye actividades que exploren el impacto de la inteligencia emocional, la autoestima o la dinámica familiar en el aprendizaje, reforzando su papel dentro de la psicología educativa integral.

5. Diseña actividades que simulen la práctica psicopedagógica

Por ejemplo: aplicar una técnica de evaluación, interpretar un instrumento diagnóstico o diseñar un plan de intervención adaptado a un caso. Esto fomenta el desarrollo de habilidades reales para el campo educativo.

Temario

1. Antecedentes y fundamentos de la psicología educativa

- 1.1. Desarrollo histórico de la psicología educativa
- 1.2. Integración con la pedagogía y otras disciplinas
- 1.3. Principales teorías y conceptos de aprendizaje

2. Problemas de aprendizaje en niños, adolescentes y adultos

- 2.1. Desarrollo cognitivo y socioemocional en las distintas etapas
- 2.2. Diferencias entre niños y adolescentes en el aprendizaje
- 2.3. Tipologías de problemas de aprendizaje en adultos y adultos mayores

3. Enfoques en psicología educativa

- 3.1. Psicología cognitiva: procesos y aportaciones al aprendizaje
- 3.2. Psicobiología y neurología en la educación
- 3.3. Sociología: contextos socioeconómicos y su impacto en la educación

4. Nutrición y aprendizaje

- 4.1. Necesidades fisiológicas y su relación con el rendimiento académico
- 4.2. Impacto de la nutrición en los procesos de aprendizaje
- 4.3. Evaluación psicopedagógica y prevención de problemas relacionados con la nutrición

5. Evaluación y diagnóstico en psicopedagogía

- 5.1. Métodos de evaluación estandarizados en psicopedagogía
- 5.2. Instrumentos cuantitativos y cualitativos en la evaluación psicopedagógica
- 5.3. Diseño de programas de intervención y asesoría personalizada

6. Asesoría y orientación psicopedagógica

- 6.1. Funciones y objetivos de la asesoría psicopedagógica
- 6.2. Proceso de diagnóstico y desarrollo en la asesoría
- 6.3. Diseño de programas y seguimiento evolutivo del estudiante

7. Diseño y desarrollo de programas educativos personalizados

- 7.1. Adaptación de programas educativos a las necesidades específicas del alumnado
- 7.2. Características y estrategias para la implementación de programas personalizados
- 7.3. Evaluación continua y seguimiento del progreso en los programas educativos

8. Seguimiento y evolución del proceso educativo

- 8.1. Elementos clave en el seguimiento de los procesos educativos
- 8.2. Estrategias y herramientas para el seguimiento psicopedagógico
- 8.3. Evaluación y mejora continua del aprendizaje

9. Estrategias de intervención en problemas de aprendizaje

- 9.1. Métodos de intervención para problemas de aprendizaje

- 9.2. Enfoques conductuales y cognitivos en la intervención
- 9.3. Adaptación curricular y educativa para alumnos con necesidades especiales

10. Teorías de la motivación y aprendizaje

- 10.1. Teorías motivacionales en la psicología educativa
- 10.2. La relación entre motivación y rendimiento académico
- 10.3. Estrategias para fomentar la motivación en el aula

11. Inclusión educativa y diversidad

- 11.1. Conceptos y principios de la inclusión educativa
- 11.2. La importancia de la diversidad en el entorno educativo
- 11.3. Estrategias psicopedagógicas para la inclusión y la atención a la diversidad

12. Psicología del aprendizaje en el contexto digital

- 12.1. Impacto de las tecnologías en los procesos de aprendizaje
- 12.2. Diseño de ambientes virtuales de aprendizaje
- 12.3. Desafíos y oportunidades en la educación digital

13. Inteligencia emocional y su rol en el aprendizaje

- 13.1. Teorías sobre la inteligencia emocional en la educación
- 13.2. Desarrollo de la inteligencia emocional en niños y adolescentes
- 13.3. Impacto de la inteligencia emocional en el rendimiento académico y social

14. Psicopedagogía y el trabajo colaborativo

- 14.1. Importancia del trabajo colaborativo en el aula
- 14.2. Estrategias para fomentar el aprendizaje colaborativo
- 14.3. Evaluación y seguimiento del aprendizaje en grupos colaborativos



Herramientas

Para asegurar que aproveches al máximo tu experiencia educativa en esta modalidad de cursos, te recomendamos que revises estos [tutoriales](#).



Preguntas frecuentes

¿En dónde o a quién reporto un error detectado en el contenido del curso?

Lo puedes reportar a la cuenta atencioncursos@servicios.tecmilenio.mx, también puedes compartir sugerencias para el contenido y actividades del curso.

¿Quién me informa de la cantidad de sesiones y tiempo de cada una en las

El líder docente te debe de proporcionar esta información.

¿En qué semanas se aplican los exámenes parciales y el examen

Consulta con tu líder docente los calendarios de acuerdo con la modalidad de impartición.

¿Tengo que capturar las calificaciones en banner y en la plataforma educativa?

Sí, es importante que captures calificaciones en la plataforma para que los alumnos estén informados de su avance y reciban retroalimentación de parte tuya de todo lo que realizan en el curso. En banner es el registro oficial de las calificaciones de los alumnos.



Notas de enseñanza

Tema 1

◆ Etapa 1. Introducción al tema y sensibilización

Contenido relacionado: situaciones educativas reales y papel de la psicología educativa para comprenderlas.

En clase

- **Actividad de apertura:** presenta a los estudiantes ejemplos de situaciones escolares con diferentes problemáticas (p. ej. falta de atención, bajo rendimiento, conflictos interpersonales).
- **Discusión guiada:** invita a los estudiantes a proponer causas y soluciones desde su intuición. Posteriormente, introduce la pregunta clave: ¿Cómo puede la psicología educativa ayudar a entender estas situaciones?

Fuera del aula

- **Actividad complementaria:** redactar una situación educativa vivida o conocida y reflexionar sobre cómo la psicología podría ayudar a analizarla o mejorarla.

◆ Etapa 2. Desarrollo histórico de la psicología educativa

Contenido relacionado: evolución de la psicología educativa, autores y teorías fundamentales (Watson, Skinner, Wertheimer, Lewin, Piaget, Bruner).

En clase

- **Línea del tiempo colaborativa:** en equipos, construir una línea del tiempo que ubique a los principales autores y sus aportaciones clave. Cada equipo defiende la relevancia de su autor mediante un ejemplo práctico aplicado al aula.
- **Comparación de enfoques:** guiar al grupo para comparar el aprendizaje por asociación (Watson, Skinner) con el enfoque cognitivo (Piaget, Lewin).

Fuera del aula

- **Miniestudio de caso:** investigar cómo una teoría del aprendizaje ha influido en una política educativa o práctica de enseñanza contemporánea.

◆ Etapa 3. Integración de la psicología educativa con otras disciplinas

Contenido relacionado: interacción con pedagogía, neurociencia, psicología del desarrollo, psicología social, educación especial, etcétera.

En clase

- **Mapa conceptual interactivo:** crear colectivamente un mapa visual de las disciplinas que se articulan con la psicología educativa. Para cada conexión, plantear la siguiente pregunta: ¿Qué aporta esta disciplina a la comprensión del aprendizaje?
- **Análisis de un caso interdisciplinar:** presentar una situación educativa compleja (por ejemplo, un estudiante con TDAH en contexto de vulnerabilidad social) y analizar cómo cada disciplina puede aportar a su abordaje.

Fuera del aula

- **Reflexión escrita:** los estudiantes explican, desde su formación profesional, por qué es importante integrar diferentes disciplinas en la planeación educativa.

◆ **Etapas 4. Principales teorías y conceptos del aprendizaje**

Contenido relacionado: teorías según Woolfolk y Montagu: conductismo, cognitivismo, constructivismo, aprendizaje social, aprendizaje experiencial, inteligencias múltiples, etcétera.

En clase

- **Presentaciones colaborativas:** dividir al grupo en equipos. Cada uno estudia una teoría y la presenta usando un ejemplo práctico del aula (infografía, dramatización, roleplay).
- **Discusión guiada:** comparar las teorías con preguntas como las siguientes: ¿Cuál es más aplicable a la educación superior? ¿Qué teoría fomenta mayor autonomía?

Fuera del aula

- **Diseño didáctico desde la teoría:** cada estudiante elige una teoría y diseña una actividad o estrategia de enseñanza coherente con sus principios (sin necesidad de evaluarla).

◆ **Etapas 5. Cierre integrador y reflexión crítica**

Contenido relacionado: método científico en la psicología educativa, utilidad profesional del conocimiento teórico.

En clase

- **Síntesis visual compartida:** crear en plenaria una representación gráfica que conecte los conceptos vistos: historia, teorías, disciplinas, utilidad.
- **Preguntas clave para debate reflexivo:**
 - ¿Qué diferencia a la psicología educativa de otras ramas?
 - ¿Por qué es importante su enfoque científico?
 - ¿Cómo puede ayudarte profesionalmente en tu práctica educativa?

Fuera del aula

- **Ensayo breve o audio reflexivo:** ¿Cómo puede contribuir la psicología educativa a no dejar a nadie atrás en el proceso de aprendizaje?

◆ **Recomendaciones generales para el docente en todas las etapas**

- Promueve la **relación constante entre teoría y práctica**.
- Fomenta el **diálogo crítico** y evita el enfoque memorístico.
- Estimula la **reflexión profesional y vocacional** desde el inicio del curso.

- Apoya las actividades complementarias como espacios de **autonomía y profundización**.
- Usa **ejemplos contextualizados** para mostrar cómo las teorías influyen en decisiones reales dentro del aula.

Tema 2

◆ **Etapas 1. Introducción y contextualización del aprendizaje a lo largo de la vida**

Propósito del contenido

Plantear la importancia de comprender el aprendizaje como un proceso que ocurre en diferentes Etapas del desarrollo humano, con características cognitivas, emocionales y sociales distintas.

En clase

- **Actividad de apertura:** solicitar a los estudiantes que compartan experiencias propias o cercanas donde hayan observado que una persona (niño, adolescente o adulto) presentaba dificultades para aprender. Preguntar lo siguiente: ¿Qué factores crees que influyeron en esa dificultad?
- **Lluvia de ideas:** identificar factores que podrían afectar el aprendizaje en diferentes edades (contexto, emociones, habilidades cognitivas, salud, etcétera).

Fuera del aula

- **Reflexión escrita o audio breve:** pedir que describan cómo creen que su etapa actual (como adultos jóvenes) influye en su forma de aprender y enfrentar dificultades académicas.

◆ **Etapas 2. Desarrollo cognitivo y socioemocional en las distintas Etapas**

Propósito del contenido

Comprender los principios del desarrollo humano (según Woolfolk y Piaget) y su relación directa con la capacidad de aprendizaje.

En clase

- **Análisis guiado de las etapas de Piaget:** dividir la clase en equipos y asignarles una de las etapas del desarrollo cognitivo. Cada equipo debe:
 - Describir sus características.
 - Proponer un ejemplo escolar típico de esa etapa.
 - Comparar con otra etapa para resaltar diferencias.
- **Estudio de caso socioemocional:** analizar situaciones como las que menciona Vygotsky (regulación emocional en el aula) y discutir lo siguiente: ¿Qué rol tiene el docente en el desarrollo emocional del estudiante?

Fuera del aula

- **Lectura dirigida de situaciones:** proporcionar fragmentos de casos que representen interacciones en diferentes etapas del desarrollo. El estudiante identifica si el problema es cognitivo o emocional y propone una intervención desde la psicología educativa.

◆ **Etapas 3. Diferencias en el aprendizaje entre niños y adolescentes**

Propósito del contenido

Diferenciar las capacidades cognitivas y necesidades de aprendizaje entre niños y adolescentes, y reconocer los problemas comunes en cada etapa.

En clase

- **Comparativo visual en plenaria:** crear una tabla en el pizarrón o mural con dos columnas (niñez/adolescencia) para clasificar capacidades, retos, ejemplos y tipos de problemas frecuentes (dislexia, TDAH, falta de motivación, etcétera).
- **Discusión crítica:**
 - ¿Por qué es un error aplicar la misma estrategia didáctica para niños que para adolescentes?
 - ¿Qué tipo de barreras podrían pasar desapercibidas si no se conocen estas diferencias?

Fuera del aula

- **Investigación breve:** pedir al estudiante que elija un problema de aprendizaje (por ejemplo, dislexia o falta de motivación) y que escriba cómo se presenta y debe abordarse en la niñez, vs. en la adolescencia.

◆ **Etapas 4. Tipologías de problemas de aprendizaje en adultos y adultos mayores**

Propósito del contenido

Identificar los principales problemas de aprendizaje en Etapas posteriores de la vida y comprender cómo cambian sus causas, contextos y formas de atención.

En clase

- **Estudio comparativo por equipos:** asignar grupos para analizar lo siguiente:
 - Adultos en contextos laborales.
 - Adultos mayores con deterioro cognitivo.
 - Adultos con experiencias escolares truncadas.

Cada grupo debe explicar qué tipos de dificultades predominan, con qué causas se asocian y qué tipo de intervención educativa o psicológica podría ayudar.

- **Reflexión plenaria:**

¿Qué papel juega el contexto social y emocional en los problemas de aprendizaje del adulto?

Fuera del aula

- **Ensayo breve o podcast individual:** responder lo siguiente:

¿Cómo cambia el papel del educador al trabajar con adultos frente a niños o adolescentes?

◆ **Etapas 5. Cierre reflexivo e integración de aprendizajes**

Propósito del contenido

Integrar lo aprendido sobre el desarrollo y las problemáticas de aprendizaje en las distintas etapas, reflexionando sobre su aplicación profesional.

En clase

- **Mapa conceptual integrador:** diseñar en plenaria un mapa que incluya lo siguiente:

- Etapas del desarrollo.
- Características cognitivas y socioemocionales.
- Problemas comunes.
- Enfoques de intervención desde la psicología educativa.

- **Debate o foro reflexivo:**

¿Qué etapa crees que representa mayor reto para intervenir desde la psicología educativa? ¿Por qué?

¿Qué conocimientos o habilidades necesitas desarrollar para intervenir efectivamente en cada una?

Fuera del aula

- **Proyecto final breve:** redactar una propuesta de atención general (sin fines evaluativos) para un problema de aprendizaje en una de las etapas vistas, explicando por qué eligieron ese problema y cómo puede abordarse desde una perspectiva psicológica integral.

◆ **Recomendaciones generales para el docente**

- **Haz énfasis en la relación entre desarrollo y aprendizaje:** evita presentar las etapas como “listados”, y promueve la comprensión de su impacto real.
- **Utiliza ejemplos reales o simulados:** esto facilita la identificación empática y la aplicación profesional del conocimiento.
- **Conecta con la vocación del estudiante:** plantea constantemente cómo el conocimiento adquirido le será útil en su práctica como profesional de la educación.

- **Fomenta la reflexión crítica:** invita a cuestionar estigmas comunes (por ejemplo, “los adultos ya no aprenden”, “los niños con problemas de conducta son flojos”).
- **Promueve análisis integradores:** ayuda a ver el aprendizaje no como una dimensión aislada, sino como parte del desarrollo humano completo.

Tema 3

◆ Etapa 1. Introducción a los enfoques de la psicología educativa

Propósito del contenido

Contextualizar que el aprendizaje es un fenómeno complejo y multifactorial, que puede entenderse desde distintos enfoques psicológicos (cognitivo, biológico y social).

En clase

- **Discusión inicial:** preguntar al grupo lo siguiente:
¿Crees que aprender es solo cuestión de voluntad?
¿Qué otros factores crees que influyen?
- **Dinámica breve:** solicitar a estudiantes que en parejas piensen en un factor “invisible” que pueda afectar al aprendizaje (memoria, pobreza, emociones, salud cerebral, etcétera). Compartir y agrupar en el pizarrón según el enfoque (cognitivo, biológico, social).

Fuera del aula

- **Actividad reflexiva:** solicitar una narración personal o cercana donde el aprendizaje se vio influido por alguno de estos enfoques (por ejemplo, una situación de estrés, falta de recursos o dificultades de concentración).

◆ Etapa 2. Psicología cognitiva y procesos mentales

Propósito del contenido

Comprender cómo los procesos mentales internos (memoria, atención, lenguaje, percepción y razonamiento) afectan el aprendizaje y cómo intervenir cuando fallan.

En clase

- **Minitaller cognitivo:** aplicar actividades rápidas para ilustrar los procesos (por ejemplo, juego de atención selectiva, ejercicio de memoria a corto plazo, interpretación de imágenes ambiguas para percepción).
- **Análisis de caso breve:** proponer un ejemplo en el que un estudiante tenga bajo rendimiento. Preguntar lo siguiente:
¿Qué proceso cognitivo puede estar comprometido?
¿Qué intervención podrías sugerir desde la psicología cognitiva?

Fuera del aula

- **Observación dirigida:** pedir a los estudiantes que observen una clase (puede ser virtual o presencial) e identifiquen si hay actividades que estimulen la atención, la memoria o el razonamiento. Deben describirlas y analizar su impacto.

◆ Etapa 3. Psicobiología y neurología en la educación

Propósito del contenido

Entender cómo el funcionamiento del sistema nervioso, la plasticidad cerebral y los neurotransmisores están implicados en los procesos de aprendizaje.

En clase

- **Mapa interactivo del cerebro:** guiar al grupo a construir un mapa conceptual que relacione regiones cerebrales, funciones psicológicas y aprendizaje (puede usarse una plantilla o esquema simple).
- **Discusión crítica:**
 - ¿Por qué es importante conocer la plasticidad neuronal al planear clases o intervenciones?
 - ¿Qué implicaciones tiene para estudiantes con daño neurológico o desarrollo atípico?

Fuera del aula

- **Reflexión aplicada:** pedir al estudiante que escriba cómo explicaría a un padre de familia, en lenguaje sencillo, por qué su hijo mejora al practicar constantemente una habilidad (con base en la plasticidad neuronal).

◆ Etapa 4. Sociología y contexto socioeconómico en la educación

Propósito del contenido

Reflexionar sobre cómo los factores sociales, económicos y culturales afectan la equidad, la permanencia escolar y el rendimiento académico.

En clase

- **Lectura crítica de caso:** leer en voz alta el caso del alumno con preocupaciones por su contexto (ropa, lectura, familia).
 - Discusión guiada:
 - ¿Qué barreras sociales identificas?
 - ¿Qué estrategias utilizó la maestra?
 - ¿Cómo puedes promover la inclusión y altas expectativas?
- **Análisis grupal:** conformar equipos que identifiquen diferentes barreras sociales (nutrición, acceso a recursos, entorno familiar, expectativas sociales) y propongan formas realistas de atenderlas desde el aula.

Fuera del aula

- **Crónica testimonial:** redactar una historia (real o ficticia) de un estudiante en situación de vulnerabilidad y cómo un educador comprometido transformó su proceso de aprendizaje.

◆ **Etapas 5. Cierre integrador de los enfoques**

Propósito del contenido

Reconocer que la psicología educativa se nutre de múltiples enfoques que, en conjunto, permiten una comprensión más completa y útil del aprendizaje.

En clase

- **Actividad integradora:** crear una tabla comparativa con tres columnas (enfoque cognitivo, enfoque psicobiológico, enfoque sociológico), donde se incluya lo siguiente:
 - Objeto de estudio
 - Factores clave
 - Ejemplos en el aula
 - Implicaciones para el docente
- **Debate final:**
 - ¿Cuál de estos enfoques consideras más necesario en tu práctica futura?
 - ¿Por qué es importante integrarlos y no elegir solo uno?

Fuera del aula

- **Síntesis visual o infografía:** elaborar un recurso gráfico que explique los tres enfoques del aprendizaje y su aplicación en el aula inclusiva.

◆ **Recomendaciones generales para el docente**

- **No fragmentes los enfoques:** muestra constantemente cómo se complementan. Por ejemplo, la pobreza (enfoque social) afecta la alimentación, lo cual altera la atención (enfoque cognitivo y biológico).
- **Utiliza ejemplos escolares reales:** acércalo al aula universitaria o básica para que el estudiante visualice su aplicación.
- **Fomenta la empatía profesional:** especialmente al tratar el enfoque sociológico; promover una mirada de compromiso y no de prejuicio hacia contextos vulnerables.
- **Motiva la interdisciplinariedad:** involucra reflexiones desde lo biológico, lo psicológico y lo social, en todos los análisis de caso o propuestas.
- **Enseña desde el respeto a la diversidad:** recalca que el aprendizaje es un fenómeno que varía entre individuos y que necesita ser comprendido desde múltiples dimensiones.

Tema 4

◆ **Etapa 1. Introducción y sensibilización al tema****Propósito del contenido**

Reflexionar sobre el vínculo entre alimentación, estado físico y desempeño académico, iniciando con el caso contextual del desayuno escolar.

En clase

- **Lectura guiada del caso inicial:** leer el ejemplo de la directora que implementa un programa de desayunos escolares. Preguntar lo siguiente:
 - ¿Qué signos de alerta observó la directora?
 - ¿Qué necesidades no estaban siendo cubiertas?
 - ¿Por qué es importante su decisión?
- **Lluvia de ideas:** ¿Qué otras situaciones escolares han observado que podrían estar relacionadas con la alimentación o el descanso?

Fuera del aula

- **Minientrevista reflexiva (familiar o propia):** ¿Alguna vez notaste que tu concentración o rendimiento disminuyeron por no comer bien o no dormir suficiente? ¿Cómo lo solucionaste?

◆ **Etapa 2. Necesidades fisiológicas y rendimiento académico****Propósito del contenido**

Comprender cómo las necesidades fisiológicas, según Maslow, son la base para el aprendizaje y el funcionamiento cognitivo óptimo.

En clase

- **Construcción de pirámide de Maslow interactiva:** en grupos, construir una versión didáctica de la pirámide y relacionarla con situaciones escolares reales (por ejemplo, “un alumno que tiene hambre no puede concentrarse”).
- **Juego de roles:** simular breves escenas en donde se representan necesidades no cubiertas (hambre, inseguridad emocional, falta de aceptación) y discutir cómo afectan el aprendizaje.

Fuera del aula

- **Diagrama causa-consecuencia:** diseñar un esquema que muestre cómo una necesidad fisiológica insatisfecha puede afectar al menos tres aspectos del aprendizaje.

◆ **Etapa 3. Evaluación psicopedagógica y nutrición****Propósito del contenido**

Reconocer que la evaluación psicopedagógica debe contemplar también factores físicos como la nutrición y su impacto en las funciones cognitivas.

En clase

- **Reflexión grupal:** ¿Qué áreas se consideran normalmente en una evaluación psicopedagógica? ¿Por qué es importante integrar también hábitos alimenticios?
- **Caso de análisis:** proponer un escenario en el que un alumno presenta bajo rendimiento, cansancio constante y falta de atención. Debatir si se trata solo de un “problema académico” o si se deben investigar hábitos alimenticios, rutinas de sueño, etcétera.

Fuera del aula

- **Ficha informativa:** elaborar una ficha sencilla que explique cómo la alimentación puede incluirse como factor en la evaluación psicopedagógica de un alumno en edad escolar.

◆ Etapa 4. Alimentación balanceada y beneficios en el aprendizaje

Propósito del contenido

Relacionar tipos de alimentos con funciones cognitivas clave como la atención, memoria y estabilidad emocional, y promover la alimentación como factor protector del aprendizaje.

En clase

- **Dinámica de asociación:** presentar alimentos o grupos alimenticios y pedir al grupo que relacione cada uno con sus efectos en el cerebro (por ejemplo, omega 3 con concentración, verduras con estado emocional, etcétera).
- **Carteles colaborativos:** crear pósteres informativos con mensajes como “Alimentos para pensar mejor”, “Lo que comes influye en lo que aprendes” o “Cerebro sano, mente activa”, con base en el documento.

Fuera del aula

- **Menú ideal del estudiante:** proponer que los estudiantes diseñen un ejemplo de “menú ideal” de un día escolar, justificando cada elección por su beneficio en el rendimiento académico.

◆ Etapa 5. Cierre integrador y aplicación práctica

Propósito del contenido

Reflexionar sobre el papel activo del educador para fomentar el bienestar integral de los estudiantes y aplicar los aprendizajes en contextos reales.

En clase

- **Retomar el caso de la directora:** preguntar al grupo lo siguiente:

- ¿Qué indicadores podrían evaluarse después de implementar el desayuno escolar?
- ¿Cómo puede un maestro contribuir desde el aula a la salud alimentaria de sus estudiantes?
- **Lluvia de acciones docentes:** elaborar un listado de ideas prácticas que cualquier docente puede aplicar para promover hábitos alimenticios saludables (aunque no sea nutricionista).

Fuera del aula

- **Propuesta de mejora institucional:** pedir que redacten una pequeña propuesta para su entorno académico (escuela, universidad, comunidad) que promueva la alimentación saludable como estrategia para mejorar el rendimiento académico.
- ◆ **Recomendaciones generales para el docente**
 - **Evita limitar la nutrición a “recomendaciones médicas” y conéctala con el aprendizaje:** usa ejemplos claros de cómo afecta la falta de alimentación en memoria, concentración o motivación.
 - **Fomenta la empatía sin juicio:** algunos estudiantes pueden venir de contextos donde la alimentación saludable no es accesible. Promueve el diálogo sin estigmatizar.
 - **Relaciónalo con el rol profesional futuro:** ayuda al estudiante a comprender que, como docente o psicólogo educativo, también será un facilitador del bienestar integral del alumno.
 - **Integra el conocimiento con la práctica pedagógica real:** motiva a pensar en actividades, rutinas y hábitos que puedan implementar en un entorno educativo.
 -

Tema 5

◆ Etapa 1. Introducción a la evaluación psicopedagógica

Propósito del contenido

Sensibilizar al estudiante sobre el valor de la evaluación psicopedagógica como herramienta de comprensión, no de juicio, para atender integralmente a los estudiantes.

En clase

- **Análisis del caso inicial:** leer el escenario de la alumna de tercer grado.
Discutir lo siguiente:
 - ¿Qué señales observó la maestra?
 - ¿Cómo debe intervenir el especialista sin emitir juicios prematuros?
- **Discusión guiada:**
 - ¿Qué implica evaluar en psicopedagogía más allá de “medir”?
 - ¿Qué habilidades debe tener un evaluador psicopedagógico?

Fuera del aula

- **Reflexión escrita:** ¿Cómo te ha impactado, como estudiante, una evaluación mal aplicada? ¿Y una bien aplicada? ¿Qué aprendiste de ello?

◆ Etapa 2. Métodos estandarizados en la evaluación psicopedagógica

Propósito del contenido

Comprender el proceso formal de evaluación psicopedagógica: cuándo aplicar, cómo planificarla y qué pruebas utilizar, de forma ética y pertinente.

En clase

- **Construcción de ruta de evaluación:** crear en equipos un esquema visual con los pasos de la evaluación psicopedagógica: desde la demanda hasta la determinación de necesidades.
- **Ejercicio comparativo de pruebas:** presentar distintas pruebas (Raven, WISC, WIPPSI, pruebas de autoestima, etc.) y analizar lo siguiente:
 - ¿Qué miden?
 - ¿Para qué edad o contexto se usan?
 - ¿Qué decisiones permiten fundamentar?

Fuera del aula

- **Ficha técnica de una prueba:** elegir una prueba estandarizada del material y elaborar una ficha con: nombre, autor, objetivos, población y utilidad principal.

◆ Etapa 3. Instrumentos cuantitativos y cualitativos en la evaluación

Propósito del contenido

Distinguir entre instrumentos cuantitativos y cualitativos, y valorar la importancia de integrar ambos para tener una visión más completa del estudiante.

En clase

- **Análisis de caso doble:** presentar un alumno con calificaciones regulares, pero con muy buen trabajo en equipo. Pedir al grupo que elabore una evaluación mixta (cuantitativa + cualitativa) para valorar sus habilidades.
- **Mapa comparativo:** elaborar un cuadro que contraste instrumentos cuantitativos y cualitativos en relación con lo siguiente:
 - ¿Qué miden?
 - ¿Cómo se aplican?
 - ¿Qué tipo de información proporcionan?
 - Ejemplos concretos

Fuera del aula

- **Rúbrica de observación:** diseñar una sencilla rúbrica cualitativa para observar actitudes y habilidades sociales en un entorno educativo (real o simulado).

◆ Etapa 4. Diseño de programas de intervención psicopedagógica

Propósito del contenido

Aprender a estructurar un programa de intervención con base en los resultados de la evaluación, con un enfoque personalizado y realista.

En clase

- **Simulación por equipos:** presentar un caso hipotético (por ejemplo, un niño con dificultades de lectura y autoestima baja). Cada equipo diseña una propuesta de intervención breve con base en las cuatro fases:
 1. Evaluación de necesidades
 2. Diseño metodológico
 3. Aplicación
 4. Evaluación del programa
- **Discusión crítica:**
 - ¿Qué errores comunes pueden cometerse al diseñar una intervención?
 - ¿Cómo se vincula la intervención con la mejora emocional y académica?

Fuera del aula

- **Plan de intervención básico:** redactar una propuesta de intervención (breve) para un caso real o ficticio, aplicando los pasos revisados. No se evalúa la efectividad sino la coherencia interna del diseño.

◆ Etapa 5. Cierre reflexivo e integración profesional

Propósito del contenido

Integrar el conocimiento sobre evaluación y diagnóstico como una práctica ética, profesional y centrada en el bienestar del estudiante.

En clase

- **Revisión del caso inicial (cierre del círculo):** retomar el caso de la alumna de tercer grado. Pedir al grupo que proponga lo siguiente:
 - Instrumentos que aplicarían
 - Hipótesis posibles
 - Elementos de un plan de intervención
 - Acciones que involucren a la docente y la familia
- **Rueda de compromisos profesionales:** cada estudiante comparte una idea clave que se lleva sobre cómo ejercer la evaluación psicopedagógica con respeto, enfoque humano y base científica.

Fuera del aula

- **Carta al futuro yo profesional:** escribir un mensaje a sí mismos como futuros psicopedagogos o docentes sobre cómo desean ejercer la evaluación y qué principios desean seguir en su práctica.

◆ Recomendaciones generales para el docente

- **Enfatiza la ética profesional:** la evaluación psicopedagógica no es para etiquetar, sino para comprender y orientar.
- **Promueve una visión integral del alumno:** invita a ver más allá de lo académico, considerando lo emocional, familiar y social.
- **Estimula la sensibilidad y la técnica:** el equilibrio entre ciencia y empatía es clave para una intervención efectiva.
- **Evita el reduccionismo:** no toda dificultad se aborda con una sola prueba; fomenta el uso combinado de métodos.
- **Vincula teoría con casos reales o simulados:** esto facilita la comprensión de los conceptos técnicos.

Tema 6

◆ Etapa 1. Introducción a la asesoría y orientación psicopedagógica

Propósito del contenido

Comprender el valor creciente de la asesoría psicopedagógica en contextos escolares y su papel en el acompañamiento integral del estudiante.

En clase

- **Preguntas detonadoras:**

- ¿Cuál es la diferencia entre orientación escolar y asesoría psicopedagógica?
- ¿En qué casos crees que una escuela debería solicitar apoyo psicopedagógico?
- **Análisis de contexto:** comentar el crecimiento de la demanda de este servicio en escuelas y su vinculación con el bienestar integral.

Fuera del aula

- **Entrevista breve a un profesional:** si es posible, contactar de forma virtual o presencial a un psicólogo educativo o pedagogo, para preguntarle lo siguiente:
 - ¿Qué tipo de asesorías brinda más comúnmente?
 - ¿Cuáles son los principales retos que enfrenta?

◆ Etapa 2. Funciones y objetivos de la asesoría psicopedagógica

Propósito del contenido

Identificar las funciones clave de la asesoría: detección, intervención, prevención, colaboración con familias y docentes, y acompañamiento emocional.

En clase

- **Matriz de funciones:** en equipos, elaborar una tabla que incluya lo siguiente:
 - Función
 - ¿Cómo se lleva a cabo?
 - ¿Quiénes participan?
 - ¿Qué beneficio tiene?
- **Estudio de caso práctico:** analizar el ejemplo de niños de primer año que lloran al entrar. Guiar la discusión sobre:
 - Acciones iniciales
 - Técnicas de observación
 - Intervención sugerida

Fuera del aula

- **Propuesta de acción breve:** elaborar una sugerencia de asesoría (simulada) para una situación sencilla (por ejemplo, dificultad de convivencia, desmotivación, ansiedad escolar).

◆ Etapa 3. Proceso de diagnóstico psicopedagógico

Propósito del contenido

Conocer y aplicar las técnicas básicas para elaborar diagnósticos que integren información emocional, social y académica.

En clase

- **Mapa de técnicas diagnósticas:** crear un esquema visual que incluya lo siguiente:
 - Entrevistas
 - Pruebas psicométricas
 - Observación directa
 - Cuestionarios
- **Simulación de entrevista:** escenificar una entrevista con padre o alumno para identificar barreras de aprendizaje. En grupos, analizar lo siguiente:
 - ¿Qué información relevante se obtuvo?
 - ¿Qué se puede inferir?

Fuera del aula

- **Diagrama de diagnóstico:** diseñar un flujo lógico de diagnóstico desde la identificación de la necesidad hasta la interpretación de resultados.

◆ Etapa 4. Diseño y seguimiento de programas de asesoría

Propósito del contenido

Aprender a estructurar planes de intervención con base en un diagnóstico previo, y darles seguimiento efectivo.

En clase

- **Diseño colaborativo:** con base en un caso proporcionado por el docente, diseñar un programa de asesoría con lo siguiente:
 - Objetivo específico
 - Actividades secuenciadas
 - Participación de familia y escuela
 - Indicadores de seguimiento
- **Rúbrica de seguimiento:** elaborar una guía simple para monitorear el avance del alumno durante la implementación del programa.

Fuera del aula

- **Plan de acción breve:** diseñar un mini-programa de intervención psicopedagógica de tres actividades, indicando lo siguiente:
 - Área de dificultad
 - Objetivo
 - Actividades
 - Indicadores de éxito

◆ Etapa 5. Cierre reflexivo e integración profesional

Propósito del contenido

Valorar el impacto de la asesoría psicopedagógica en la educación inclusiva, la equidad y el desarrollo humano integral.

En clase

- **Foro reflexivo:**
 - ¿Qué habilidades personales y profesionales debe tener un buen asesor psicopedagógico?
 - ¿Cómo puede esta función contribuir a una educación más equitativa e inclusiva?
- **Lluvia de ideas finales:** ¿Qué acciones inmediatas podrías aplicar en un entorno educativo para fomentar la detección temprana de dificultades escolares o emocionales?

Fuera del aula

- **Carta profesional al futuro:** redactar una carta donde el estudiante se comprometa a ejercer la asesoría psicopedagógica con responsabilidad, ética y sensibilidad social.

◆ Recomendaciones generales para el docente

- **Haz énfasis en el trabajo colaborativo:** la asesoría no es una labor aislada; requiere del vínculo constante con docentes, familias y otros profesionales.
- **Promueve el enfoque integral:** que los estudiantes entiendan que no se asesora solo el “rendimiento”, sino al estudiante como persona completa.
- **Fomenta la sensibilidad ética y emocional:** mostrar respeto, escucha activa y empatía es tan importante como conocer pruebas o técnicas.
- **Utiliza casos reales o simulados como eje de enseñanza:** facilitan la apropiación de los conceptos y permiten contextualizar las decisiones profesionales.
- **Invita a aplicar en su realidad profesional:** motiva al estudiante a identificar espacios donde pueda ejercer la asesoría, incluso desde etapas tempranas de su formación.

Tema 7

◆ Etapa 1. Introducción a los programas educativos personalizados

Propósito del contenido

Conocer el concepto, objetivos y contextos de aplicación de los programas educativos personalizados, y su impacto en la equidad del aprendizaje.

En clase

- **Lluvia de ideas:** ¿Qué entienden por educación personalizada? ¿Cuándo creen que es necesaria?
- **Análisis del caso inicial:** comentar ejemplos concretos de necesidades individuales (problemas de aprendizaje, altas capacidades, falta de motivación, barreras físicas o sociales).

Fuera del aula

- **Narración breve:** pedir al estudiante que describa un caso real o cercano en el que un alumno necesitó (o hubiera necesitado) un plan personalizado. Reflexionar sobre por qué no se logró o cómo se abordó.

◆ Etapa 2. Adaptación de programas educativos a necesidades específicas

Propósito del contenido

Comprender cómo identificar las barreras de aprendizaje y adaptar el currículo en función del perfil individual del alumno.

En clase

- **Mapa conceptual colaborativo:** representar los elementos del currículo que se pueden adaptar: contenidos, metodologías, evaluación, materiales.
- **Ejercicio práctico de adaptación:** proponer dos casos ficticios:
 - Un alumno con dificultades en operaciones matemáticas básicas.
 - Una alumna con habilidades avanzadas en lectura.
 - El grupo debe proponer adecuaciones específicas para ambos.

Fuera del aula

- **Diseño simple de adecuación:** elaborar una ficha con un ejemplo de adecuación significativa o no significativa (según lo comprendido), con base en un grado escolar específico.

◆ Etapa 3. Características y estrategias para implementar programas personalizados

Propósito del contenido

Conocer qué factores se deben considerar para diseñar programas efectivos y qué estrategias pueden emplearse desde la escuela y el docente.

En clase

- **Análisis comparativo:** contrastar adecuaciones significativas y no significativas. ¿Cuál es su impacto? ¿En qué casos se recomienda cada una?
- **Lista de verificación:** elaborar un “checklist” de elementos clave para implementar un programa personalizado (diagnóstico, adaptación, seguimiento, motivación, etc.).

- **Discusión guiada:** ¿Qué papel debe jugar el docente? ¿Y el psicólogo educativo?

Fuera del aula

- **Ficha de perfil de estudiante:** diseñar una plantilla para recolectar motivaciones, intereses, ritmo y estilo de aprendizaje de un alumno, como base para una intervención.

◆ Etapa 4. Evaluación continua y seguimiento de programas personalizados

Propósito del contenido

Aprender a planear mecanismos de seguimiento que permitan validar o ajustar los programas implementados.

En clase

- **Simulación de seguimiento:** proporcionar un caso con programa implementado. El grupo decide:
 - ¿Qué instrumentos usaría para evaluar su avance?
 - ¿Qué indicadores analizaría?
 - ¿Qué ajustes se podrían proponer si no hay avance?
- **Exposición breve:** cada equipo explica un método de evaluación continua (portafolio, lista de cotejo, plataformas, etcétera) y cómo puede aplicarse.

Fuera del aula

- **Diseño de herramienta de seguimiento:** crear una herramienta de monitoreo (formato de ficha, lista o rúbrica) para dar seguimiento a un objetivo concreto del programa personalizado (por ejemplo: comprensión lectora).

◆ Etapa 5. Cierre reflexivo e integración de aprendizajes

Propósito del contenido

Reconocer la importancia de adaptar el currículo y valorar el impacto positivo de los programas personalizados en el desarrollo integral del estudiante.

En clase

- **Foro abierto:**
 - ¿Qué barreras enfrentan los docentes para adaptar el currículo?
 - ¿Cómo puede el psicólogo educativo mediar esas dificultades?
 - ¿Qué aprendizajes te deja este tema sobre el derecho a aprender?
- **Actividad de síntesis:** elaborar un esquema que resuma los pasos del diseño, implementación y seguimiento de un programa educativo personalizado.

Fuera del aula

- **Carta al futuro profesional:** escribir un compromiso como futuro psicólogo o docente para fomentar prácticas educativas inclusivas y personalizadas.

◆ Recomendaciones generales para el docente

- **Conecta la teoría con la práctica real del aula:** usa casos, simulaciones o experiencias propias de los estudiantes.
- **Refuerza el valor ético de la personalización:** resalta que no se trata solo de “modificar actividades”, sino de garantizar el derecho a aprender.
- **Promueve el enfoque colaborativo:** el éxito de un programa personalizado depende del trabajo conjunto entre psicólogos, docentes y familias.
- **Modela la flexibilidad:** si el grupo tiene necesidades diversas, aprovecha para mostrar cómo también el proceso de enseñanza puede personalizarse.
- **Utiliza el tema para reflexionar sobre inclusión:** haz énfasis en que estos programas son herramientas de equidad y justicia educativa.

Tema 8

◆ Etapa 1. Introducción al tema y planteamiento del caso

Propósito del contenido

Sensibilizar al estudiante sobre la importancia de la evaluación continua mediante un caso realista y generar reflexión sobre la toma de decisiones en el aula.

En clase

- **Análisis del caso inicial:** leer el planteamiento de la maestra confundida sobre si continuar o reforzar un tema.
 - ¿Qué información le falta para decidir?
 - ¿Qué tipo de evaluación parece estar aplicando?
 - ¿Qué herramientas podría utilizar para tener más certeza?
- **Discusión abierta:**
 - ¿Te has sentido alguna vez inseguro sobre si los alumnos aprendieron o no?
 - ¿Qué estrategias has utilizado para asegurarte?

Fuera del aula

- **Reflexión escrita:** ¿Qué le recomendarías a la maestra del caso al inicio del tema? ¿Y después de revisar el tema completo?

◆ Etapa 2. Elementos del seguimiento educativo

Propósito del contenido

Conocer qué implica realmente el seguimiento educativo y cómo se lleva a cabo de forma continua, sistemática y significativa.

En clase

- **Mapa mental colectivo:** identificar elementos clave del seguimiento:
 - Progreso del alumno
 - Observación continua
 - Actitudes, comprensión, desempeño
 - Registro sistemático
- **Análisis de ejemplo práctico:** estudiar el caso de observación de sumas en el aula. Discutir lo siguiente:
 - ¿Qué observó la maestra?
 - ¿Qué decisiones podría tomar con base en ese registro?

Fuera del aula

- **Registro de observación simulado:** observar (en video o en clase real) una actividad de aprendizaje. Completar un formato de observación con atención a actitudes, errores, apoyo requerido y desempeño logrado.

◆ Etapa 3. Estrategias e instrumentos de seguimiento psicopedagógico

Propósito del contenido

Explorar y practicar el uso de estrategias como rúbricas, portafolios, listas de cotejo y autoevaluación para el seguimiento del aprendizaje.

En clase

- **Taller por estaciones:** rotar por estaciones donde se analicen y diseñen ejemplos de:
 - Rúbrica para una actividad
 - Lista de cotejo de habilidades
 - Formato de observación cualitativa
 - Portafolio del alumno
- **Minidebate:**
 - ¿Qué instrumento favorece mejor la equidad?
 - ¿Cuál permite una mejor retroalimentación al alumno?

Fuera del aula

- **Diseño de instrumento personalizado:** elaborar un ejemplo de rúbrica, lista de cotejo u otro instrumento aplicable a un tema de su carrera profesional.

◆ Etapa 4. Evaluación del aprendizaje y mejora continua

Propósito del contenido

Distinguir entre tipos de evaluación (tradicionales y auténticas) y cómo cada una puede aportar a la consolidación de los aprendizajes.

En clase

- **Cuadro comparativo:** contrastar lo siguiente:
 - Examen objetivo vs. examen de ensayo
 - Evaluación auténtica vs. prueba tradicional
 - Portafolio vs. examen escrito
- **Simulación de evaluación auténtica:** recrear una actividad tipo “tiendita” u otra situación de la vida real en la que se apliquen conocimientos escolares.
 - Evaluar desde criterios de desempeño, interacción, razonamiento y solución.

Fuera del aula

- **Propuesta de evaluación auténtica:** diseñar una actividad donde el estudiante simule un contexto real y pueda ser evaluado en habilidades específicas, integrando criterios observables y herramientas de seguimiento.

◆ Etapa 5. Cierre reflexivo y profesional

Propósito del contenido

Integrar lo aprendido sobre seguimiento y evaluación como prácticas profesionales necesarias para la mejora continua, la equidad y el acompañamiento efectivo.

En clase

- **Revisión del caso inicial:** retomar el caso de la maestra del inicio. Preguntar lo siguiente:
 - ¿Qué harías ahora que conoces estrategias de seguimiento y evaluación?
 - ¿Cómo decidirías si continuar o reforzar contenidos?
- **Lluvia de aprendizajes:** en plenaria, los estudiantes expresan qué entendieron sobre:
 - Importancia del seguimiento
 - Herramientas útiles
 - Evaluación como proceso, no solo como calificación

Fuera del aula

- **Carta profesional:** escribir un compromiso como futuros docentes o psicólogos educativos para realizar un seguimiento sensible, sistemático y orientado a la mejora continua del aprendizaje.

◆ Recomendaciones generales para el docente

- **Enfatiza que el seguimiento no es vigilancia, sino acompañamiento:** destaca su valor para apoyar y no solo para controlar.
- **Promueve el uso reflexivo de las herramientas:** no todas son aplicables a todos los contextos; elegir y adaptar es parte del rol profesional.
- **Fomenta retroalimentaciones significativas:** enseña a dar observaciones útiles, cálidas y constructivas al alumno.
- **Vincula con la equidad educativa:** muestra cómo el seguimiento permite detectar a tiempo rezagos, barreras y talentos ocultos.
- **Muestra ejemplos reales y contextualizados:** los casos prácticos permiten comprender el impacto directo de estas prácticas en el aula.

Tema 9

◆ Etapa 1. Introducción a los problemas de aprendizaje

Propósito del contenido

Reconocer la diversidad de dificultades de aprendizaje en el aula y la importancia de intervenir de manera temprana y personalizada.

En clase

- **Lectura y análisis del caso inicial:** presentar ejemplos reales o simulados de alumnos con dificultades. Preguntar lo siguiente:
 - ¿Qué señales de alerta observas?
 - ¿En qué momento se debe intervenir?
 - ¿Cómo distinguir entre dificultad y trastorno del aprendizaje?
- **Lista guiada de síntomas:** revisar y discutir las manifestaciones comunes descritas (dificultades de lectura, escritura, secuenciación, comprensión, cálculo, etcétera).

Fuera del aula

- **Reflexión escrita:** relatar una experiencia real o cercana de un estudiante con barreras para el aprendizaje. ¿Cómo fue atendido (o no) y qué se hubiera podido hacer mejor?
-

◆ Etapa 2. Estrategias generales de intervención educativa

Propósito del contenido

Conocer y aplicar estrategias prácticas para apoyar a alumnos con problemas de aprendizaje de forma directa y efectiva.

En clase

- **Taller de estrategias:** organizar estaciones por cada una de las estrategias revisadas:

- Instrucción diferenciada
- Andamiaje de conocimiento
- Organizadores gráficos
- Técnicas mnemotécnicas
- Instrucción multisensorial

Cada grupo ejemplifica su aplicación en una situación de aula.

- **Discusión reflexiva:** ¿Cuál de estas estrategias te parece más fácil de implementar? ¿Cuál sería más útil para un alumno con TDAH, dislexia o disortografía?

Fuera del aula

- **Diseño práctico:** elaborar una ficha de intervención para un alumno ficticio que incluya: síntomas observados, estrategia elegida, objetivo de uso y forma de implementación.

◆ Etapa 3. Aplicación de estrategias conductuales y cognitivas

Propósito del contenido

Analizar el uso de estrategias conductistas para modificar conductas y favorecer el aprendizaje y la autorregulación en el aula.

En clase

- **Dinámica de análisis:** revisar ejemplos de lo siguiente:
 - Refuerzo positivo
 - Economía de fichas
 - Contratos de contingencia
 - Reglas visibles
 - Consecuencias grupales
- **Debate ético-pedagógico:**
 - ¿Es válido aplicar consecuencias grupales?
 - ¿Cómo asegurarse de que un refuerzo no se vuelva una manipulación o castigo encubierto?
- **Diseño de estrategia de intervención:** crear una tabla donde cada equipo diseñe una situación problemática, elige una estrategia conductual y explica cómo aplicarla.

Fuera del aula

- **Registro de reforzadores:** diseñar una propuesta de reforzamiento positivo para un caso ficticio (objetivo, conducta deseada, tipo de refuerzo, condiciones).

◆ Etapa 4. Adaptaciones curriculares significativas y no significativas

Propósito del contenido

Distinguir entre los dos tipos de adaptaciones curriculares y comprender su aplicación en el contexto de necesidades educativas especiales o problemas severos de aprendizaje.

En clase

- **Análisis comparativo guiado:** cuadro comparativo entre:
 - Adaptaciones significativas (contenido, objetivos, evaluación)
 - No significativas (metodología, tiempo, materiales)
- **Estudio de caso:** revisar el ejemplo de adaptación para un alumno con discapacidad visual. Analizar:
 - ¿Qué se modifica?
 - ¿Qué permanece igual?
 - ¿Cómo garantizar equidad sin eliminar exigencias educativas?
- **Discusión en plenaria:**
 - ¿Por qué no todos los alumnos deben tener adaptaciones curriculares?
 - ¿Qué criterios deben cumplirse para que se implementen?

Fuera del aula

- **Propuesta de adecuación:** elaborar un ejemplo de adaptación significativa o no significativa, argumentando su pertinencia para un alumno con una necesidad específica.

◆ Etapa 5. Cierre reflexivo e integración

Propósito del contenido

Sintetizar lo aprendido sobre intervención en problemas de aprendizaje desde una mirada profesional, empática y con enfoque inclusivo.

En clase

- **Síntesis en plenaria:** recuperar aprendizajes clave sobre lo siguiente:
 - Identificación de barreras
 - Elección de estrategias
 - Aplicación del enfoque conductual
 - Adaptación curricular responsable
- **Rueda de compromiso profesional:** cada estudiante comparte un compromiso sobre cómo apoyará a estudiantes con dificultades en su futura práctica profesional.

Fuera del aula

- **Carta profesional:** redactar una carta dirigida a un futuro padre de familia o colega, explicando por qué la atención oportuna a problemas de aprendizaje es una cuestión de ética profesional.

◆ Recomendaciones generales para el docente

- **Enseña desde el respeto a la diversidad:** resalta que no todos aprenden igual, pero todos pueden aprender.
- **Apoya con ejemplos y simulaciones realistas:** la práctica fortalece la comprensión de estrategias.
- **Desarrolla sensibilidad profesional:** ayuda a comprender que una intervención puede cambiar el curso escolar y emocional de un alumno.
- **Promueve el trabajo colaborativo:** la atención de dificultades no es responsabilidad exclusiva del docente titular.
- **Conecta la teoría con los diagnósticos psicopedagógicos:** muestra cómo se relacionan las estrategias con la información objetiva del alumno.

Tema 10

◆ Etapa 1. Introducción al tema y activación del pensamiento docente

Propósito del contenido

Sensibilizar sobre el papel central de la motivación en el aprendizaje y promover una mirada empática hacia las condiciones que influyen en el rendimiento.

En clase

- **Lectura inicial del caso del aula calurosa:** reflexión sobre lo siguiente:
 - ¿Qué hizo bien el maestro en esa situación?
 - ¿Qué motivó realmente a los estudiantes?
 - ¿Cuáles son los motivadores cotidianos en el aula?
- **Discusión en grupo:** ¿Cómo intervienen el ambiente, las emociones y la creatividad del docente en la motivación de los alumnos?

Fuera del aula

- **Narración personal:** redactar una experiencia en la que, como estudiante, una condición externa o una estrategia docente les ayudó a mantenerse motivados para aprender.

◆ Etapa 2. Bases neuropsicológicas de la motivación

Propósito del contenido

Comprender el rol del cerebro en los procesos motivacionales que impactan el aprendizaje.

En clase

- **Mapa cerebral funcional:** identificar y ubicar las áreas mencionadas:
 - Sistema nervioso central

- Área límbica
- Sistema de recompensa
- Corteza orbitofrontal
- **Actividad asociativa:** relacionar cada una de estas estructuras con ejemplos reales en el aula (por ejemplo: emociones y motivación ante una actividad creativa).

Fuera del aula

- **Ficha resumen visual:** crear un esquema que relacione las estructuras cerebrales con emociones, motivación y conducta en el aprendizaje.

◆ Etapa 3. Tipos de motivación: intrínseca vs. extrínseca

Propósito del contenido

Distinguir entre ambos tipos de motivación, su dinámica en el aula y su relevancia en el desarrollo autónomo del aprendizaje.

En clase

- **Análisis de ejemplos del documento (dinosaurios y tablas):** ¿Qué factores internos o externos están en juego en cada caso?
- **Dinámica clasificatoria:** proporcionar tarjetas con situaciones escolares y pedir al grupo que las clasifique como intrínsecas, extrínsecas o mixtas.

Fuera del aula

- **Diario breve de observación:** registrar durante una clase real o simulada dos ejemplos por tipo de motivación (propia o de otros estudiantes).

◆ Etapa 4. Teorías de la motivación en psicología educativa

Propósito del contenido

Conocer y aplicar las principales teorías motivacionales y su utilidad en la planeación didáctica y la gestión del aula.

En clase

- **Taller por equipos:** cada equipo investiga una de las siguientes teorías (ya descritas en el material):
 - Maslow
 - Herzberg
 - Autodeterminación (Deci y Ryan)
 - Refuerzo (Skinner)
 - Expectativa (Vroom)
 - Logro (McClelland)
 - Metas (Locke y Latham)
Explican con un ejemplo cómo se aplica en el aula.

- **Reto didáctico:** crear una estrategia de enseñanza para un tema simple (por ejemplo, fracciones o valores cívicos) basándose en una teoría asignada.

Fuera del aula

- **Mapa comparativo:** elaborar un cuadro donde se contrasten al menos tres teorías en términos de lo siguiente:
 - Concepto central
 - Aplicación en el aula
 - Tipo de motivación que promueve

◆ Etapa 5. Motivación y rendimiento académico

Propósito del contenido

Analizar cómo la motivación, especialmente la intrínseca, influye en el rendimiento escolar sostenible y emocionalmente saludable.

En clase

- **Análisis del caso de Sofía:** discutir lo siguiente:
 - ¿Qué factores familiares y escolares fortalecen su motivación?
 - ¿Cómo contribuye el contexto a su rendimiento?
- **Debate ético-pedagógico:**
 - ¿Es válido usar la calificación como motivador principal?
 - ¿Qué riesgos tiene basar la motivación en recompensas o castigos?

Fuera del aula

- **Reflexión escrita:** ¿Qué estrategias podrían ayudar a un alumno con baja autoestima y bajo rendimiento a desarrollar motivación intrínseca?

◆ Etapa 6. Estrategias para fomentar la motivación en el aula

Propósito del contenido

Aprender a diseñar e implementar estrategias prácticas basadas en teorías motivacionales para mejorar el ambiente y el aprendizaje.

En clase

- **Taller de diseño de estrategias:** usar la lista del documento (autonomía, desafíos óptimos, retroalimentación, elogios efectivos, mentalidad de crecimiento, relaciones positivas) para crear un “kit de motivación docente”.
- **Dinámica de simulación:** simular una actividad gamificada (como la del documento sobre emociones) y discutir su impacto en la motivación.

Fuera del aula

- **Diseño de actividad motivadora:** crear una actividad para su futura área profesional que:

- Esté alineada a una teoría motivacional
- Sea adaptable a diferentes tipos de motivación
- Incluya retroalimentación positiva

◆ **Etapas 7. Cierre reflexivo e integración del conocimiento**

Propósito del contenido

Integrar conocimientos teóricos y prácticos sobre motivación y su impacto en la enseñanza y el aprendizaje.

En clase

- **Plenaria de aprendizajes clave:** ¿Qué teoría o estrategia les pareció más útil? ¿Qué harían diferente ahora como futuros docentes o psicólogos educativos?
- **Círculo de compromisos:** cada estudiante comparte un compromiso profesional para fomentar la motivación desde su rol futuro.

Fuera del aula

- **Carta al “yo docente” del futuro:** redactar un compromiso personal que incluya tres estrategias para motivar a sus estudiantes de manera ética, efectiva y respetuosa.

◆ **Recomendaciones generales para el docente**

- **Relaciona teoría con práctica constante:** acompaña cada concepto con un ejemplo o simulación realista.
- **Fomenta la reflexión crítica:** invita a cuestionar prácticas comunes que desmotivan (etiquetas, premios vacíos, competencia mal gestionada).
- **Cuida el enfoque humano:** la motivación es emocional, no solo técnica; promover el respeto, la confianza y la relación docente-estudiante es clave.
- **Integra elementos de neuroeducación:** utiliza el componente cerebral como herramienta de sensibilización y comprensión.
- **Promueve un enfoque formativo:** la evaluación no debe castigar, sino orientar; cada estrategia se debe enfocar en el crecimiento del estudiante.

Tema 11

◆ **Etapas 1. Introducción a la inclusión y activación del pensamiento reflexivo**

Propósito del contenido

Sensibilizar al estudiante sobre la importancia de atender a todos los alumnos desde un enfoque inclusivo y plantear la educación como un derecho universal.

En clase

- **Lectura del caso inicial:** proponer una situación hipotética similar al planteamiento del documento:
 - ¿Qué consecuencias tiene planear solo para los alumnos sin discapacidad?
 - ¿Qué implicaciones éticas y profesionales tiene la exclusión indirecta?
- **Discusión guiada:**
 - ¿Qué entiendes por “que nadie se quede atrás” en el aula?
 - ¿Cómo te gustaría ser tratado si tú fueras el alumno con una necesidad específica?

Fuera del aula

- **Escrito reflexivo:** redactar un breve texto sobre una experiencia personal (como alumno o testigo) relacionada con inclusión o exclusión en el ámbito educativo.

◆ Etapa 2. Conceptos y principios de la inclusión educativa

Propósito del contenido

Comprender qué es la inclusión educativa, cuáles son sus fundamentos legales, sociales y pedagógicos, y a quiénes beneficia.

En clase

- **Mapa conceptual colectivo:** construir los elementos clave de la inclusión:
 - Respeto a la diversidad
 - Atención a la vulnerabilidad
 - Eliminación de barreras
 - Diseño para todos
- **Análisis por casos:** trabajar con fragmentos reales o simulados sobre alumnos con diferentes condiciones (TDAH, discapacidad motriz o condición médica). Preguntar lo siguiente:
 - ¿Qué barreras enfrenta?
 - ¿Cómo se le puede apoyar desde el aula?

Fuera del aula

- **Ficha de apoyo legislativo:** identificar brevemente un documento nacional o internacional que fundamente el derecho a la educación inclusiva (por ejemplo, Artículo 3 constitucional, Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad).

◆ Etapa 3. Tipos de discapacidad y apoyos necesarios

Propósito del contenido

Identificar los diferentes tipos de discapacidad, sus implicaciones en el aprendizaje y los apoyos pedagógicos o técnicos que pueden ofrecerse.

En clase

- **Exposición grupal:** cada equipo investiga un tipo de discapacidad (visual, auditiva, motriz, intelectual, psicosocial) y presenta:
 - Características generales
 - Barreras comunes en el aula
 - Recomendaciones prácticas para el docente
- **Actividad de sensibilización:** mostrar imágenes o simulaciones (sin dramatizar) para que los estudiantes experimenten cómo se percibe el entorno con ciertas limitaciones.

Fuera del aula

- **Diseño de ficha accesible:** elaborar una propuesta de adaptación (material visual, agenda pictográfica, instrucciones simplificadas, etc.) para un alumno con alguna de las discapacidades vistas.

◆ Etapa 4. Diversidad en el entorno educativo

Propósito del contenido

Valorar cómo la diversidad enriquece el aprendizaje y cómo debe ser promovida desde una pedagogía basada en el respeto, la equidad y la colaboración.

En clase

- **Lluvia de ideas guiada:** ¿Qué aspectos de diversidad puedes encontrar en un salón? (cultura, género, etnia, habilidades, idioma, estilos de aprendizaje).
- **Análisis de beneficios:** trabajar en grupos los beneficios descritos en el documento:
 - Enriquecimiento emocional
 - Desarrollo del pensamiento crítico
 - Convivencia pacífica
 - Aprendizaje de valores

Fuera del aula

- **Actividad observacional:** observar un entorno educativo real o simulado y registrar cómo se expresa (o no) la diversidad en la práctica cotidiana.

◆ Etapa 5. Estrategias para fomentar la inclusión y atención a la diversidad

Propósito del contenido

Conocer y aplicar estrategias psicopedagógicas eficaces para atender la diversidad desde un enfoque inclusivo y respetuoso.

En clase

- **Taller de estrategias:** organizar estaciones con ejemplos de los siguientes:
 - Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)
 - Materiales diversificados
 - Actividades colaborativas
 - Diálogo abierto
 - Apoyos individuales
- **Estudio de casos del documento:** analizar los tres ejemplos presentados (alumnos con discapacidad motriz, intelectual y TEA). Identificar lo siguiente:
 - ¿Qué hace bien la maestra?
 - ¿Qué estrategias están siendo aplicadas?
 - ¿Qué resultados se observan?

Fuera del aula

- **Diseño de miniintervención:** elaborar una propuesta concreta de estrategia o ajuste razonable para un alumno con una necesidad específica en el nivel educativo que le corresponda.

◆ Etapa 6. Cierre reflexivo y compromiso profesional

Propósito del contenido

Integrar aprendizajes, valores y actitudes necesarias para convertirse en un agente activo a favor de la educación inclusiva y el respeto a la diversidad.

En clase

- **Plenaria final:**
 - ¿Qué cambió en tu visión sobre la inclusión educativa?
 - ¿Qué compromiso personal puedes asumir para fomentar una escuela más justa y diversa?
- **Actividad simbólica:** escribir en una tarjeta una acción concreta para aplicar desde su rol profesional, y colocarla en un “mural de compromisos”.

Fuera del aula

- **Carta al futuro docente:** redactar una carta en la que se comprometan a trabajar activamente por la inclusión y a respetar la diversidad como principio educativo.

◆ Recomendaciones generales para el docente

- **Promueve una visión positiva y no asistencialista:** la inclusión no es “ayudar a los que no pueden”, sino garantizar condiciones equitativas para todos.
- **Fomenta la sensibilización sin estigmatizar:** las estrategias deben ser claras, respetuosas y diseñadas con base en derechos humanos.

- **Integra recursos visuales y casos reales:** facilitan la comprensión de las necesidades reales del aula.
- **Motiva la participación activa y la reflexión:** el cambio hacia una educación inclusiva empieza en las actitudes del propio docente en formación.
- **Recuerda que la inclusión es progresiva y corresponsable:** involucra también a padres, compañeros, directivos y comunidad.

Tema 12

◆ Etapa 1. Introducción al uso de la tecnología en la educación

Propósito del contenido

Reflexionar sobre el papel de las tecnologías digitales en el proceso de enseñanza-aprendizaje y cómo han transformado la práctica educativa.

En clase

- **Lectura participativa del texto introductorio:**
 - ¿Qué opinas del uso de plataformas como Zoom, WhatsApp o Canva en la enseñanza?
 - ¿Cómo ha cambiado el rol del docente con la tecnología?
- **Preguntas detonadoras:**
 - ¿La tecnología favorece o distrae el aprendizaje?
 - ¿Qué habilidades digitales debería tener un docente del siglo XXI?

Fuera del aula

- **Reflexión escrita breve:** relatar una experiencia propia (como estudiante o docente) sobre el uso de tecnología en el aprendizaje. ¿Qué funcionó bien? ¿Qué no?

◆ Etapa 2. Impacto de la tecnología en los procesos de aprendizaje

Propósito del contenido

Analizar los efectos de las herramientas digitales en la enseñanza y el aprendizaje, considerando beneficios, cambios de rol y desarrollo de habilidades.

En clase

- **Mapa mental guiado:** organizar las ideas clave del impacto tecnológico:
 - Canales sensoriales múltiples
 - Aprendizaje colaborativo
 - Protagonismo del alumno
 - Rol facilitador del docente
 - Competencias digitales
- **Análisis de casos prácticos del documento:** (Daniela, maestra enferma, maestra universitaria):

- ¿Qué decisiones tomaron?
- ¿Qué herramientas utilizaron?
- ¿Qué aprendizajes promovieron?

Fuera del aula

- **Diseño de minicaso:** redactar un escenario breve donde, ante una necesidad específica (clima, salud, evaluación), se proponga una solución tecnológica viable.

◆ Etapa 3. Ambientes virtuales de aprendizaje

Propósito del contenido

Comprender qué es un ambiente virtual de aprendizaje (AVA), sus características, beneficios y posibilidades para el acompañamiento educativo.

En clase

- **Esquema de características clave de los AVA:**
 - Flexibilidad
 - Interactividad
 - Autonomía
 - Evaluación virtual
 - Diálogo educativo
- **Comparativa de plataformas (Moodle, Blackboard, Coursera):**
 - ¿Qué tienen en común?
 - ¿Para qué tipo de público o nivel son más adecuadas?
- **Exploración guiada:** mostrar ejemplos reales de plataformas y su interfaz. Analizar qué elementos pedagógicos permiten integrar.

Fuera del aula

- **Ficha comparativa:** crear una tabla que resuma características, ventajas y desventajas de al menos dos plataformas AVA mencionadas.

◆ Etapa 4. Herramientas para construir entornos virtuales

Propósito del contenido

Conocer diferentes recursos tecnológicos y didácticos que permiten diseñar entornos virtuales dinámicos y colaborativos.

En clase

- **Rally de herramientas:** organizar estaciones para explorar lo siguiente:
 - Blogs
 - Wikis
 - Redes sociales
 - Plataformas de e-learning

- Herramientas multimedia (Canva, Genially, Padlet, etcétera)
- **Análisis de aplicación:** ¿Cuál herramienta elegirías para los siguientes usos?
 - Presentar contenido nuevo
 - Fomentar la colaboración
 - Evaluar aprendizajes

Fuera del aula

- **Diseño didáctico simple:** crear una propuesta de actividad en un entorno virtual (por ejemplo, foro en blog o wiki colaborativa), explicando objetivos, dinámica y criterios de éxito.

◆ Etapa 5. Desafíos y oportunidades en la educación digital

Propósito del contenido

Reflexionar críticamente sobre las limitaciones, retos y posibilidades de la educación digital para garantizar inclusión, calidad y equidad.

En clase

- **Análisis de desafíos:** dividir la clase en equipos para trabajar los desafíos presentados (accesibilidad, capacitación, ciberseguridad, personalización, evaluación, distracción). Para cada uno, proponer:
 - Solución viable
 - Rol del psicólogo educativo
 - Implicación ética
- **Revisión de casos finales del documento (Lupita, maestro Juan, alumna María):**
 - ¿Qué errores o barreras se observan?
 - ¿Qué apoyo psicopedagógico podría ofrecerse en cada caso?

Fuera del aula

- **Ensayo breve:** elegir uno de los desafíos y desarrollar una propuesta de intervención realista que involucre a docentes, estudiantes y familias.

◆ Etapa 6. Cierre integrador y rol del psicólogo educativo

Propósito del contenido

Integrar el aprendizaje sobre el uso de la tecnología educativa y visualizar el papel del futuro profesional como facilitador de ambientes virtuales.

En clase

- **Lluvia de aprendizajes:** Compartir qué fue lo más relevante aprendido:
 - ¿Cómo ha cambiado tu percepción del uso de tecnología en el aula?
 - ¿Qué habilidades deberías seguir desarrollando como futuro docente o psicólogo educativo?

- **Cierre motivacional:** recordar que el profesional de la educación digital necesita creatividad, ética, habilidades técnicas y compromiso con la mejora del aprendizaje.

Fuera del aula

- **Carta al futuro profesional:** escribir un compromiso personal como profesional que promueve ambientes virtuales innovadores, accesibles y emocionalmente significativos.

◆ Recomendaciones generales para el docente

- **Integra recursos tecnológicos reales y accesibles:** no basta con mencionarlos; explora, usa y evalúa junto con los estudiantes.
- **Fomenta la reflexión crítica:** no idealices la tecnología. Analiza beneficios y limitaciones desde un enfoque ético y profesional.
- **Relaciona con el rol del psicólogo educativo:** no solo se trata de enseñar, sino de acompañar el proceso, atender la emocionalidad digital y formar en competencias digitales.
- **Utiliza los casos del documento como eje transversal:** ofrecen situaciones realistas y diversas para promover pensamiento práctico.
- **Promueve la formación continua:** subraya que en tecnología, lo que hoy es novedad, mañana será estándar; la actualización es una actitud profesional clave.

Tema 13

◆ Etapa 1. Introducción a la inteligencia emocional

Propósito del contenido

Despertar en los estudiantes el interés por el tema, mostrando cómo la inteligencia emocional influye directamente en la convivencia, el aprendizaje y el desarrollo integral.

En clase

- **Lectura comentada de la introducción:**
 - ¿Qué habilidades implica la inteligencia emocional?
 - ¿Por qué es relevante para el trabajo del psicólogo educativo?
- **Dinámica de activación:** preguntar al grupo lo siguiente:
 - ¿Cómo te sentiste esta semana?
 - ¿Cómo impactó ese estado emocional en tu rendimiento académico o tus relaciones?

Fuera del aula

- **Narración breve:** redactar una experiencia personal (como estudiante, familiar o profesional) en la que una buena o mala gestión emocional afectó un resultado académico o social.

◆ **Etapas 2. Teoría de Goleman y sus competencias clave**

Propósito del contenido

Comprender el modelo de inteligencia emocional propuesto por Goleman y cómo puede aplicarse en contextos educativos.

En clase

- **Taller de comprensión por equipos:** dividir al grupo para que cada equipo trabaje una de las cinco competencias:
 - Conocimiento de las propias emociones
 - Control de las emociones
 - Motivación
 - Reconocimiento de emociones ajenas
 - Relaciones interpersonales

Cada equipo da un ejemplo de cómo esa competencia puede manifestarse en el aula.

- **Visualización comparativa:** analizar el contraste entre escuelas sin gestión emocional y aquellas donde se aplica la inteligencia emocional (descripción del documento).

Fuera del aula

- **Autoevaluación personal:** elaborar una tabla con las cinco competencias de Goleman y hacer una autoexploración breve sobre fortalezas y áreas de mejora.

◆ **Etapas 3. Beneficios y fundamentos del desarrollo emocional**

Propósito del contenido

Analizar los beneficios de la inteligencia emocional en la vida escolar, académica y social.

En clase

- **Mapa mental guiado:** organizar los beneficios descritos por García (2016):
 - Reducción del estrés
 - Mejora de relaciones
 - Bienestar psicológico
 - Mayor resiliencia
 - Mejores decisiones
 - Aumento en el rendimiento académico

- **Debate breve:**

- ¿Se puede ser buen estudiante sin inteligencia emocional?
- ¿Puede la escuela enseñar estas habilidades de forma intencional y sistemática?

Fuera del aula

- **Reflexión breve:** elegir dos beneficios y explicar cómo se han vivido u observado en una experiencia educativa concreta.

◆ **Etapa 4. Estrategias para desarrollar inteligencia emocional en el aula**

Propósito del contenido

Conocer e interiorizar estrategias prácticas que permitan desarrollar la inteligencia emocional en niños y adolescentes.

En clase

- **Revisión participativa de estrategias de Fernández y Montero (2016):**
 - Diálogo sobre emociones
 - Respiración guiada
 - Identificación de emociones con imágenes
 - Reflexión sobre sentimientos
 - Modelado por parte del docente
 - Señalar errores con respeto
 - Trabajo colaborativo
 - Uso de cuentos
 - Resolución de problemas
- **Simulación de aula:** recrear una actividad breve aplicando dos de estas estrategias con participación de todo el grupo.

Fuera del aula

- **Diseño de actividad didáctica:** crear una propuesta concreta (por nivel educativo) para fomentar alguna competencia emocional.

◆ **Etapa 5. Impacto en el rendimiento académico y desarrollo social**

Propósito del contenido

Explorar estudios e investigaciones que demuestran la relación entre inteligencia emocional y el rendimiento académico, resiliencia y éxito futuro.

En clase

- **Análisis del caso de Pedro (del documento):**
 - ¿Qué factores emocionales estaban afectando su desempeño?
 - ¿Qué estrategias fueron efectivas en su proceso?
 - ¿Qué rol jugó la orientación socioemocional?

- **Revisión de evidencia empírica:** comentar hallazgos del estudio de Jácome et al. (2024) y cómo se relaciona con la experiencia de aula.

Fuera del aula

- **Ficha de lectura crítica:** identificar tres factores emocionales que impactan el rendimiento escolar y sugerir una estrategia para trabajar cada uno.

◆ Etapa 6. Cierre reflexivo e integración profesional

Propósito del contenido

Integrar el aprendizaje sobre inteligencia emocional y su aplicación como parte del rol profesional del docente o psicólogo educativo.

En clase

- **Círculo de aprendizajes:** ¿Qué es lo más importante que comprendiste sobre la relación entre emoción y aprendizaje?
- **Compromiso profesional:**
 - ¿Qué harás diferente en tu futura práctica para fomentar ambientes emocionalmente saludables?
- **Cierre simbólico:** Representar gráficamente (dibujo o esquema) una escuela emocionalmente inteligente.

Fuera del aula

- **Carta al futuro profesional:** redactar un compromiso donde expresen cómo aplicarán la inteligencia emocional con estudiantes, colegas y familias.

◆ Recomendaciones generales para el docente

- **Modelo de gestión emocional activa:** el docente debe practicar lo que enseña, mostrando control, empatía y escucha.
- **Integra los ejemplos del documento:** son cercanos, claros y favorecen el análisis de contexto.
- **Favorece una visión crítica y práctica:** que los estudiantes no solo comprendan los beneficios, sino que puedan diseñar estrategias realistas.
- **Promueve la interdisciplinariedad:** conecta este tema con salud mental, clima escolar, convivencia, tutoría y orientación.
- **Reafirma la formación de habilidades para la vida:** la inteligencia emocional no solo mejora el aprendizaje, sino que prepara para vivir con plenitud, resiliencia y respeto.

Tema 14

◆ Etapa 1. Introducción y activación del pensamiento crítico

Propósito del contenido

Introducir al estudiante en el concepto de trabajo colaborativo y su potencial para desarrollar habilidades socioemocionales, cognitivas y comunicativas.

En clase

- **Lectura participativa de la introducción del tema:**
 - ¿Qué habilidades sociales se desarrollan en el trabajo colaborativo?
 - ¿Por qué crees que esta estrategia puede generar “alumnos exitosos”?
- **Lluvia de ideas:**
 - ¿En qué actividades escolares o profesionales has trabajado en equipo?
 - ¿Qué retos y beneficios recuerdas?

Fuera del aula

- **Escrito reflexivo:** redactar una breve reflexión sobre una experiencia personal (escolar o laboral) de trabajo colaborativo: ¿qué funcionó y qué se dificultó?

◆ Etapa 2. Comprensión del aprendizaje colaborativo y sus beneficios

Propósito del contenido

Reconocer los fundamentos del aprendizaje colaborativo y analizar sus múltiples beneficios para el aprendizaje integral.

En clase

- **Mapa conceptual guiado:** identificar las formas de trabajo colaborativo mencionadas:
 - Actividades en equipo
 - Debate
 - Lectura en parejas
 - Juego de roles
 - Aprendizaje entre pares
- **Discusión guiada con ejemplos del documento:**
 - Mejora de habilidades sociales (debate en quinto grado)
 - Incremento del rendimiento académico (resolver problemas en pareja)
 - Fomento de la inclusión (todos participan sin distinción)
- **Preguntas detonadoras:**
 - ¿Qué condiciones debe asegurar el docente para que el trabajo colaborativo sea justo?
 - ¿Qué riesgos existen si no se gestiona adecuadamente?

Fuera del aula

- **Ficha de resumen:** elaborar un cuadro con los beneficios sociales, académicos y emocionales del aprendizaje colaborativo.

◆ Etapa 3. Estrategias para fomentar el trabajo colaborativo

Propósito del contenido

Conocer y aplicar estrategias didácticas para implementar el aprendizaje colaborativo en el aula, desde un enfoque psicopedagógico.

En clase

- **Taller práctico:** trabajar en equipos cada una de las estrategias del documento:
 - Discusión en grupo
 - Resolución de problemas en equipo
 - Trabajo por proyectos
 - Enseñanza mutua

Cada equipo elabora una propuesta breve para aplicarla en un nivel educativo específico.

- **Revisión crítica:** analizar los elementos clave para una implementación efectiva:
 - Selección táctica de grupos
 - Escucha activa
 - Objetivos y roles claros

Fuera del aula

- **Diseño de actividad colaborativa:** elaborar una planeación breve en la que se aplique una de las estrategias vistas, considerando:
 - Objetivo de aprendizaje
 - Distribución de roles
 - Producto esperado

◆ Etapa 4. Evaluación y seguimiento del aprendizaje colaborativo

Propósito del contenido

Reflexionar sobre cómo evaluar el aprendizaje grupal e individual, considerando tanto el producto final como las interacciones y la autorreflexión.

En clase

- **Análisis del modelo de evaluación presentado en el documento:**
 - Trabajo final: rúbrica
 - Participación en equipo: observación
 - Reflexión individual: autoevaluación
 - Presentación oral: lista de cotejo
- **Simulación de evaluación:** revisar una actividad colaborativa hipotética y asignar una calificación grupal simulada según los criterios propuestos. Discutir lo siguiente:

- ¿Es justo evaluar en grupo?
- ¿Cómo se detecta el esfuerzo individual dentro del trabajo colaborativo?

Fuera del aula

- **Diseño de instrumento de evaluación:** crear una rúbrica, lista de cotejo u hoja de observación para evaluar un trabajo colaborativo en un contexto educativo real.

◆ Etapa 5. Cierre reflexivo e integración

Propósito del contenido

Consolidar el valor del trabajo colaborativo como estrategia formativa en el desarrollo integral del alumno y del aula como comunidad de aprendizaje.

En clase

- **Plenaria de cierre:**
 - ¿Qué habilidades se desarrollan más claramente al trabajar colaborativamente?
 - ¿Qué puede hacer el docente para garantizar un ambiente de respeto y confianza?
- **Actividad simbólica:** elaborar un mural colectivo (digital o físico) donde cada estudiante proponga una palabra o frase que represente el impacto positivo del trabajo colaborativo en el aula.

Fuera del aula

- **Carta al futuro yo profesional:** redactar una carta en la que expresen su compromiso con promover estrategias colaborativas, explicando por qué consideran que benefician a sus futuros estudiantes.

◆ Recomendaciones generales para el docente

- **Modelo de trabajo colaborativo:** organiza parte de la clase bajo esta misma lógica (trabajo en equipo, coevaluación, roles claros).
- **Enseña a trabajar en equipo:** no asumas que los estudiantes ya saben colaborar; enséñales a escuchar, ceder, mediar y construir juntos.
- **Promueve la equidad en la participación:** cuida que todos tengan voz y responsabilidad. Establece mecanismos para prevenir “parasitismo social”.
- **Fomenta la autorreflexión:** cada estudiante debe comprender su propio rol en el proceso grupal.
- **Conecta lo académico con lo emocional:** subraya cómo el trabajo colaborativo también mejora la empatía, el respeto y la autoestima.

 Actividades**Actividad 1**

Recomendar al aprendedor que revise detenidamente los temas 1, 2 y 3 antes de realizar la actividad.

Recalcar al aprendedor la importancia de responder todas las preguntas de reflexión para ir construyendo su aprendizaje.

Recomendar al aprendedor que genere estrategias creativas e innovadoras para mejorar la práctica educativa.

Recalcar la importancia de hacer una reflexión crítica en la elaboración de la conclusión.

Actividad 2

Recomendar al aprendedor que revise detenidamente los temas 4, 5 y 6 antes de realizar la actividad.

Orientar al aprendedor para que busque fuentes relevantes, actuales y confiables para su investigación.

Recomendar al aprendedor que utilice ejemplos variados en la elaboración del tríptico.

Orientarlo a que realice la campaña de manera formal y profesional.

Actividad 3

Recomendar al aprendedor que revise detenidamente los temas 7, 8 y 9 antes de realizar la actividad.

Orientar al aprendedor para que elija un problema de aprendizaje de la actualidad.

Orientar al aprendedor a tomar una temporalidad para realizar un plan educativo para el problema elegido y realizar un cronograma de lo que se realizará en el programa.

Orientar al aprendedor a reflexionar en los resultados del programa educativo, sean negativos o positivos.

Actividad 4

Recomendar al aprendedor que revise detenidamente los temas 10, 11 y 12 antes de realizar la actividad.

Antes de realizar la actividad, orientar al aprendedor para que investigue cómo mejorar el rendimiento académico según las teorías de la motivación, e identifique tres herramientas digitales para mejorar la motivación y el rendimiento académico.

Orientar al aprendedor a leer detenidamente el caso y contestar todas las preguntas para construir el aprendizaje.

Actividad 5

Recomendar al aprendedor que revise detenidamente los temas 12, 13 y 14 antes de realizar la actividad.

Recomendar al aprendedor que realice una reflexión completa sobre la inteligencia emocional y su importancia en el aula.

Orientar al aprendedor para que realice una conclusión personal con todo lo aprendido en la realización de la actividad.



Reto

Notas para el profesor impartidor correspondientes al avance del reto

- Recomendar al aprendedor que, para realizar el avance del reto, vuelva a revisar con detenimiento los temas del 1 al 6.
- Orientar al alumno para que elija un problema de aprendizaje relevante al que le pueda dar seguimiento a través de un programa educativo simulado.
- Fomentar para el avance del reto la selección de actividades para el programa que sean lúdicas, creativas, innovadoras y digitales.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la entrega final del reto

- Recomendar al aprendedor que lea nuevamente los temas del 1 al 14.

- Orienta al aprendizador a ser creativo y contestar la entrega del reto de manera profesional, tomando en cuenta las teorías revisadas en el curso.
- Orienta a la reflexión y elaboración personal de una conclusión crítica sobre el reto y lo aprendido.



Rúbricas

Cada actividad y reto se evalúa mediante rúbricas específicas. Puedes consultarlas en la sección "Actividades y Retos", dentro del apartado "Criterios de Evaluación" del certificado programado en CANVAS. Estas rúbricas aseguran una retroalimentación clara y consistente, permitiendo a los aprendedores comprender con precisión las expectativas y los aspectos que deben mejorar. Además, al objetivar la calificación, el uso de rúbricas promueve un proceso de evaluación más justo y transparente, sirviendo como una herramienta valiosa tanto para el aprendizaje del aprendizador como para la labor docente.



Prácticas de bienestar

Este compilado reúne una selección de prácticas de bienestar diseñadas para ser integradas de manera flexible en las sesiones académicas. Su propósito es brindar a los profesores herramientas accesibles que fortalezcan el desarrollo del bienestar y el florecimiento personal de los aprendedores, en coherencia con el Modelo Educativo Tecmilenio. Las prácticas incluidas fomentan habilidades como la gratitud, la atención plena, la resiliencia, la conexión social y el propósito, contribuyendo a un entorno de aprendizaje positivo y significativo. Se invita a los docentes a revisar estas propuestas y elegir aquellas que mejor se adapten al perfil de su grupo, al momento del curso y a sus propios estilos de enseñanza.

Práctica 1

Nombre de la práctica	Identificar patrones de comunicación				
Descripción de la práctica	Identificarás patrones en la manera en que te comunicas con tus familiares, compañeros o colegas. Trazarás una estrategia para mejorarlo.				
Palabras clave	Emociones positivas, resiliencia, perspectiva.				
Instrucciones para el participante	Martin Seligman señala que existen cuatro formas de abordar la comunicación con otra persona: <table border="1"> <tr> <td> 1. Activa destructiva Señalar aspectos negativos de un evento o una conversación. </td><td> 4. Activa constructiva Apoyo auténtico y con entusiasmo. </td></tr> <tr> <td> 2. Pasiva destructiva Ignorar el evento o la conversación. </td><td> 3. Pasiva constructiva Apoyo breve, sin seguimiento o por compromiso. </td></tr> </table> Seligman señala que es sumamente importante cultivar la retroalimentación activa constructiva, ya que esta ayuda a que tu interlocutor experimente emociones positivas y se concentre en sus fortalezas, no en sus debilidades. Ahora reflexiona por un momento, ¿cuáles son los tipos de respuestas que más escuchas diariamente? 1. Durante dos días, haz el ejercicio de observación y señala en qué clasificación caen las conversaciones que has tenido. 2. Posteriormente, piensa en cómo te han hecho sentir cada tipo de participación. 3. Aplica lo que aprendiste luego de este análisis a las siguientes conversaciones que entables. Posteriormente, vuelve a reflexionar sobre cómo te has sentido. 4. Lo ideal es buscar siempre estar en el cuadrante de la retroalimentación activa constructiva. Si descubres que usualmente las conversaciones se inclinan hacia otro cuadrante, trata de establecer por qué. 5. Establece una estrategia que te ayude a mejorar tu comunicación.	1. Activa destructiva Señalar aspectos negativos de un evento o una conversación.	4. Activa constructiva Apoyo auténtico y con entusiasmo.	2. Pasiva destructiva Ignorar el evento o la conversación.	3. Pasiva constructiva Apoyo breve, sin seguimiento o por compromiso.
1. Activa destructiva Señalar aspectos negativos de un evento o una conversación.	4. Activa constructiva Apoyo auténtico y con entusiasmo.				
2. Pasiva destructiva Ignorar el evento o la conversación.	3. Pasiva constructiva Apoyo breve, sin seguimiento o por compromiso.				
Fuente	Fuente: Seligman, M. (2011). <i>Building Resilience</i> . Recuperado de https://hbr.org/2011/04/building-resilience				

Práctica 2

Nombre de la práctica	Fomentando la atención plena
Descripción de la práctica	Llevarás a cabo breves ejercicios de meditación para fomentar la atención plena en tus actividades diarias.
Palabras clave	Atención plena, fortalezas de carácter, autorregulación.
Instrucciones para el aprendizador	La meditación es una herramienta que ayuda a mejorar el desempeño de cualquier persona, ya que fomenta el desarrollo de la atención plena en una sola actividad. Para fomentar la atención plena y lograr cada vez más estar en una zona de concentración mientras realizas tus actividades cotidianas, puedes llevar a cabo los siguientes ejercicios de meditación: Encuentra en algún momento del día cinco minutos para ti, siéntate en un lugar cómodo, donde no tengas distracciones. 1. Haz tres respiraciones profundas, inhala y exhala por la nariz. 2. Comienza a hacer un repaso de tu día, de lo que más te acuerdes, por ejemplo, te levantaste, ¿qué hiciste?, ¿desayunaste?, ¿te bañaste?, ¿diste los buenos días?, etcétera. Si desayunaste, ¿qué fue lo que desayunaste?, ¿te gustó?, ¿tomaste tu alimento despacio o apurado? Si estabas apurado, ¿qué era lo que te tenía en esa situación? 3. Sigue meditando en lo que te acuerdes: ¿te molestaste con alguien?, ¿por qué?, ¿qué fue lo que pasó?, ¿crees que era posible haber reaccionado de alguna manera más pacífica? Con este ejercicio te darás cuenta de que reaccionamos o hacemos cosas de manera automática. Algunas veces, si estamos más conscientes y presentes, podemos tener otra actitud sin que alguna situación nos afecte demasiado.
Fuente	Eby, D. (s.f.). <i>Creativity and Flow Psychology</i> . Recuperado de http://talentdevelop.com/articles/Page8.html

Práctica 3

Nombre de la práctica	Experiencias difíciles
Descripción de la práctica	En esta práctica podrás analizar las estrategias que seguiste para afrontar problemáticas y cómo aprendiste de tales sucesos.
Palabras clave	Resiliencia.
Instrucciones para el aprendizador	Todos hemos pasado por situaciones complejas, no solo en lo laboral, sino también en el ámbito familiar y personal. La manera en que enfrentamos dichos obstáculos es muy diferente. Algunas personas continúan con su vida sin problema alguno, a otras tantas se les complica esa transición, también hay quienes no pueden sobreponerse a las experiencias difíciles. La resiliencia es la capacidad de reponerse tras la adversidad, de recuperarse después de vivir experiencias difíciles, dolorosas o traumáticas. Para algunos la resiliencia implica no solo salir adelante después de una situación muy dura, sino incluso crecer o ser mejor a raíz de esta experiencia. (Tarragona, 2012) La siguiente práctica te ayudará a fomentar esta importante cualidad: 1. Crea una tabla con tres columnas y cinco filas. 2. En la primera columna escribe un evento difícil o desagradable al que te hayas enfrentado en tu vida. 3. En la segunda columna menciona cuáles son tus creencias sobre esa adversidad. 4. En la tercera columna describe las consecuencias que tiene esa creencia. 5. Cuando termines, lee toda la tabla y reflexiona sobre cómo te ha cambiado cada evento y cómo lo enfrentaste. 6. Escribe al final cómo enfrentarías cada evento hoy en día.
Fuente	• Metodología ABC. • Fundamentos de psicología positiva.

Práctica 4

Nombre de la práctica	Concentrarse en lo positivo
Descripción de la práctica	Analizarás sucesos que te hayan ocurrido recientemente, buscando orientar el análisis hacia las consecuencias positivas.
Palabras clave	Resiliencia y esperanza.
Instrucciones para el aprendizador	¿Qué es lo primero que piensas cuando recibes una noticia inesperada?, o bien, ¿qué te imaginas cuando un acontecimiento complejo se presenta ante ti? La mayoría de las personas automáticamente se concentra en el peor de los escenarios, independientemente del tipo de noticia que reciban. Martin Seligman sugiere hacer un breve ejercicio para fomentar la resiliencia y la esperanza con base en la premisa antes señalada: 1. Piensa en una noticia reciente que hayas recibido y que creas que es negativa para ti. 2. Luego de analizarla, haz una tabla con tres columnas. En la primera, señala cuál sería el peor de los escenarios posibles que pudieran resultar de esa noticia; en la segunda columna señala cuál sería el mejor de los escenarios posibles; y en la última, cuál es el escenario que realmente tiene mayor probabilidad de ocurrir. 3. Reflexiona sobre los tres escenarios, ¿cómo enfrentarías cada uno de ellos? Procura repetir este ejercicio cada vez que sientas que te enfrentas a una situación complicada. Hacerlo te dará perspectiva y te ayudará a cultivar tu resiliencia.
Fuente	Seligman, M. (2011). <i>Building Resilience</i> . Recuperado de https://hbr.org/2011/04/building-resilience

Práctica 5

Nombre de la práctica	Crecimiento postraumático
Descripción de la práctica	En esta práctica harás un recuento de las situaciones difíciles a las que te has enfrentado y reflexionarás sobre lo positivo que surgió de ellas.
Palabras clave	Resiliencia.
Instrucciones para el aprendizador	La resiliencia es la capacidad de reponerse tras la adversidad, de recuperarse después de vivir experiencias difíciles, dolorosas o traumáticas. Para algunos la resiliencia implica no solo salir adelante después de una situación muy dura, sino incluso crecer o ser mejor a raíz de esta experiencia. (Tarragona, 2012) La siguiente práctica te ayudará a fomentar esta importante cualidad: 1. Escribe acerca de un momento en el que enfrentaste una adversidad significativa o pérdida. 2. Primero, escribe acerca de las puertas que se te cerraron debido a esa adversidad o pérdida, ¿qué perdiste? 3. Después escribe acerca de las puertas que se abrieron al término o como secuela de esa adversidad o pérdida. 4. ¿Hay nuevas maneras de actuar, pensar o relacionarse que son más probables de suceder ahora?
Fuente	• Ejercicio contribuido por Taylor Kreiss de University of Pennsylvania Positive Psychology Center, y basado en el libro: A Primer in Positive Psychology de Christopher Peterson.

Práctica 6

Nombre de la práctica	La mejor versión de ti mismo
Descripción de la práctica	Escribe acerca de la mejor versión posible de ti mismo durante al menos 20 minutos.
Palabras clave	Emociones positivas, fortalezas de carácter, autorregulación y esperanza.
Instrucciones para el aprendizador	Imagina que dentro de 20 años has crecido en todas las áreas o maneras en las que te gustaría crecer y las cosas te han salido tan bien como te las imaginaste. • ¿Cómo es esa mejor versión de ti mismo? • ¿Qué hace él o ella cotidianamente? • ¿Qué dicen los demás acerca de él o ella? No es necesario que compartas este escrito, ya que el objetivo de esta reflexión es enfocarse en la experiencia que viviste mientras reflexionabas en esa mejor versión posible de ti mismo.
Fuente	• Ejercicio contribuido por Taylor Kreiss de University of Pennsylvania Positive Psychology Center, y basado en el libro A Primer in Positive Psychology de Christopher Peterson.

Práctica 7

Nombre de la práctica	Obtener lo que quieres
Descripción de la práctica	Reflexionarás sobre alguna meta que desees alcanzar y propondrás una forma de conseguirla.
Palabras clave	Logro, involucramiento, fortalezas de carácter, esperanza, autorregulación, metas y objetivos a largo plazo.
Instrucciones para el aprendizador	Tener una idea clara de lo que desees lograr a corto, mediano y largo plazo es de suma importancia, pues te ayuda a seguir un camino trazado previamente. Para que puedas generar esta guía, responde las siguientes preguntas: 1. ¿Qué quieres lograr? Al trazar tu meta, procura que esta sea específica, medible, alineada, realista, retadora y con una fecha para lograrla. Piensa en algo y utiliza el método SMART para definirla. 2. ¿Qué te impide que lo tengas en este momento? 3. ¿Qué sufrimiento estás experimentando en tu vida por no tenerlo en este momento? 4. ¿Qué placer, involucramiento, relación, significado o logro tendrías en tu vida si tuvieras eso en este momento? 5. ¿Qué hábitos te detienen o no te dejan avanzar hacia eso que quieres? 6. ¿Qué nuevos hábitos podrías generar para ayudarte a obtener lo que quieres? 7. ¿Qué dos cosas podrías hacer para romper con los hábitos que no te permiten avanzar hacia lo que quieres y generar hábitos nuevos? 8. ¿Te comprometes a hacer esas dos cosas? Si es así, ¿cuándo las harás? Escribe tus resultados en un sitio donde puedas verlos constantemente.
Fuente	• Ejercicio contribuido por Taylor Kreiss de University of Pennsylvania Positive Psychology Center, y basado en el libro A Primer in Positive Psychology de Christopher Peterson.

Práctica 8

Nombre de la práctica	Felicidad en el trabajo
Descripción de la práctica	Reflexionarás sobre las distintas dimensiones de tu vida cotidiana, enfocando el análisis a cómo fomentar un estado de ánimo y relaciones positivos en el ámbito laboral.
Palabras clave	Involucramiento, emociones positivas, relaciones positivas.
Instrucciones para el aprendedor	Elegir conscientemente maneras de incrementar la felicidad en el trabajo puede hacer la diferencia en cómo nosotros nos sentimos y qué tan bien nos desempeñamos. En lugar de quejarnos del trabajo, ¿por qué no pensar en cómo podemos obtener mayor felicidad de lo que hacemos? Estar más involucrados en lo que hacemos, contribuye a nuestra felicidad y bienestar, y nos lleva a un mejor desempeño y productividad. A manera de reflexión, responde las siguientes preguntas que están enfocadas en distintas dimensiones de tu vida: • Dar: ¿Cómo estoy apoyando a mis colaboradores, compañeros, líderes, proveedores y clientes? • Relaciones: ¿Cómo puedo mejorar mis relaciones en el trabajo?, ¿cómo logro un balance entre la vida laboral y familiar? • Ejercicio: ¿Cómo puedo integrar la actividad física dentro de mis actividades diarias?, ¿cómo aseguro que estoy comiendo bien y descansando lo suficiente? • Conciencia: ¿Cómo puedo construir momentos de atención plena en mi día laboral? • Ensayo: ¿Qué habilidades estoy construyendo?, ¿qué cosas nuevas he experimentado? • Dirección: ¿Cuáles son mis metas laborales hoy, esta semana, este año?, ¿cómo caben y contribuyen estas con mis metas de vida y me ayudan a desarrollar mis competencias en la construcción de mis relaciones y cómo contribuyo con lo anterior a ayudar a otros?, ¿cómo se pueden alinear mis metas laborales con las de mi equipo y la organización? • Resiliencia: ¿Cuáles son mis tácticas para lidiar con los retos difíciles en el trabajo?, ¿me estoy enfocando en lo que puedo controlar?, ¿necesito pedir ayuda a otros?, ¿hay alguien a mi alrededor que requiere de mi ayuda? • Emoción: ¿Qué cosas, aunque sean pequeñas, puedo encontrar que me pueden hacer sentir bien en mi trabajo hoy?, ¿qué me ha hecho sonreír?
Fuente	Tomado del Catálogo de actividades para profesores.

Práctica 9

Nombre de la práctica	Interacciones positivas
Descripción de la práctica	Reflexionarás sobre las cualidades positivas que aprecias de las personas con las que interactúas diariamente.
Palabras clave	Relaciones positivas.
Instrucciones para el aprendizador	Puedes obtener mayor gozo de los momentos que compartes con tus colegas si te tomas el tiempo para pensar en lo que valoras y aprecias de ellos. Diversas investigaciones muestran que enfocarse en lo positivo que sucede diariamente ayuda a incrementar nuestra felicidad y lo mismo aplica a todas nuestras relaciones cercanas. El psicólogo John Gottman sugiere que, para tener relaciones felices con alguna persona, es necesario aspirar a tener cinco interacciones positivas por cada interacción negativa que se tenga con ella. Enfócate en tus compañeros y/o colegas y piensa en las siguientes preguntas. En cada caso, anota ejemplos específicos. 1. ¿Qué te atrajo de tus compañeros cuando se conocieron? 2. ¿Qué cosas han disfrutado al hacerlas juntos? 3. ¿Qué cosas realmente aprecias de ellos en este momento? 4. ¿Cuáles son sus fortalezas? Ahora, lo más importante es que cuando estés con tus compañeros te tomes el tiempo para darte cuenta y reconocer estas cualidades, sus fortalezas y las cosas que ellos hacen que realmente aprecies, así como los momentos agradables que han compartido. Piensa en estas declaraciones: • “Realmente me encanta cuando ellos...”. • “Son tan buenos para...”. • “Viéndolos hacer..., me recuerda ese fantástico día cuando nosotros...”. Aunque realizar dicho análisis con todas las personas que conoces resulta poco práctico, puedes usar los mismos principios para mejorar tus relaciones en general. Por ejemplo, antes de pasar tiempo con alguien, toma un momento para pensar en aquellas cosas que te gustan, aprecias o admiras de esa persona o cómo te hacen sentir bien. Asimismo, después de pasar tiempo con esa persona, piensa en las cosas que apreciaste o lo que disfrutaste del tiempo que pasaron juntos.

Fuente

Basado en el Catálogo de actividades para profesores.

Práctica 10

Nombre de la práctica	¿Cuáles son tus fortalezas de carácter?
Descripción de la práctica	A través de esta actividad descubrirás cuáles son tus principales fortalezas de carácter.
Palabras clave	Fortalezas de carácter, test VIA.
Instrucciones para el participante	1. Ingresa - a http://www.viacharacter.org/Survey/Account/Register y regístrate con los datos que solicita la página para que puedas tener acceso al test VIA. Una vez que hayas obtenido el registro, realiza el test (las instrucciones están en inglés, pero el test está en español). Al momento en que se desplieguen tus resultados, obsérvalos bien, analízalos, y posteriormente redacta un reporte en el cual desarrolles los siguientes puntos: a. Análisis de los resultados obtenidos, en términos de qué tanto coinciden con tu personalidad. Describe cuáles de esas fortalezas coinciden con tu personalidad, y analiza cuáles son tus áreas de oportunidad (las 5 fortalezas al final de la lista) sobre las que debes de continuar trabajando. b. Explica qué medidas prácticas (plan de acción) podrías considerar tomar para continuar desarrollando dichas fortalezas, y trabajar en la mejora de tus áreas de oportunidad. c. Incluye una conclusión donde redondees el análisis de los resultados y los expliques en términos de los contenidos del curso vistos en este tema.
Fuente	Curso: El líder desde adentro.

Práctica 11

Nombre de la práctica	Tus fortalezas en los ojos del otro
Descripción de la práctica	En la práctica podrás reflexionar sobre la percepción que otros tienen sobre tus fortalezas de carácter.
Palabras clave	Fortalezas de carácter.
Instrucciones para el aprendizador	¿Recuerdas alguna ocasión en la que hablaste con algún colega y este te reveló algo positivo que piensa de ti? Cuando esto ocurre, usualmente deja huella en nuestros comportamientos y acciones, pues nos damos cuenta de que las personas tienen percepciones sobre nuestras fortalezas, que nosotros mismos no vislumbramos. Haz lo siguiente: 1. Piensa sobre alguna vez que algún compañero de trabajo te compartió lo que piensa de ti y que te haya sorprendido. 2. Piensa en lo siguiente: ¿qué fue lo que te llamó más la atención?, ¿qué fortalezas vio en ti que creíste que no tenías tan desarrolladas? 3. Por último, señala en un texto por qué consideras que esta revelación te causó tanto impacto, así como la manera en que te ayudó a cultivar tus fortalezas de carácter.
Fuente	Niemiec, R. (2016). <i>How to Assess Your Strengths: 5 Tactics for Self-Growth</i>. Recuperado de https://www.psychologytoday.com/us/blog/what-matters-most/201603/how-assess-your-strengths-5-tactics-self-growth

Práctica 12

Nombre de la práctica	Plantea tus objetivos como metas de aproximación y replantea tus metas de evitación.
Descripción de la práctica	Con base en lo que plantea Grenville (2012), en la práctica podrás definir diferentes tipos de metas y encontrar la mejor manera de conseguirlas.
Palabras clave	Objetivos, metas y planes.
Instrucciones para el aprendizador	La autora Bridget Grenville (2012) comenta que en el establecimiento de metas es importante distinguir los tipos de metas que hay y menciona dos: 1. Metas de aproximación (<i>approach</i>): son las metas con resultados positivos (deseables, placenteros, benéficos o que nos gustaría tener) y hacia las cuales trabajamos. 2. Metas de evitación (<i>avoidance</i>): son las metas con resultados negativos (indeseables, dolorosos, dañinos, o nos disgustan) y en las cuales trabajamos para evitarlas. Ejemplo: Meta de aproximación: • Ser más eficiente. • Ser amigable y extrovertido en reuniones. • Asumir el rol de líder en el trabajo. Meta de evitación: • Dejar de aplazar. • Dejar de ser tan tímido en las reuniones. • No pasar desapercibido en el trabajo. Las investigaciones que se han realizado respecto a estos tipos de metas muestran que perseguir metas de evitación resulta en un detrimento del bienestar. Estos descubrimientos sugieren que el establecer metas de aproximación o replantear las metas de evitación es benéfico. Reflexiona lo siguiente: • ¿Qué tipo de metas te has planteado tú? • ¿Hay algunas metas que puedas replantear en una forma más positiva? • ¿Cuándo las tendrás listas?

Fuente

Grenville, B. (2012). *GOAL-SETTING SECRETS*. Recuperado de <http://positivepsychologynews.com/news/bridget-grenville-cleave/2012013120696>

"Tecnilenio no guarda relación alguna con las marcas mencionadas como ejemplo. Las marcas son propiedad de sus titulares conforme a la legislación aplicable, estas se utilizan con fines académicos y didácticos, por lo que no existen fines de lucro, relación publicitaria o de patrocinio".

Todos los derechos reservados @ Universidad Tecmilenio La obra presentada es propiedad de ENSEÑANZA E INVESTIGACIÓN SUPERIOR A.C. (UNIVERSIDAD TECMILENIO), protegida por la Ley Federal de Derecho de Autor; la alteración o deformación de una obra, así como su reproducción, exhibición o ejecución pública sin el consentimiento de su autor y titular de los derechos correspondientes es constitutivo de un delito tipificado en la Ley Federal de Derechos de Autor, así como en las Leyes Internacionales de Derecho de Autor. El uso de imágenes, fragmentos de videos, fragmentos de eventos culturales, programas y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, es exclusivamente para fines educativos e informativos, y cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por UNIVERSIDAD TECMILENIO. Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de esta obra sin la autorización previa por escrito de UNIVERSIDAD TECMILENIO. Sin embargo, usted podrá bajar material a su computadora personal para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. No se podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.