

**ESTRATEGIAS DE AUTOCUIDADO, COMO UNA ALTERNATIVA DE  
FORMACIÓN DE CIUDADANOS**

**AUTORES**

**NOHORA MELO AYALA**

**SANDRA MILENA TRUJILLO CHAPARRO**

**UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA  
ESCUELA DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
MAESTRIA EN EDUCACIÓN  
PUERTO CARREÑO, VICHADA**

**2017**

**ESTRATEGIAS DE AUTOCUIDADO, COMO UNA ALTERNATIVA DE  
FORMACIÓN DE CIUDADANOS**

**AUTORES**

**NOHORA MELO AYALA**

**SANDRA MILENA TRUJILLO CHAPARRO**

**Trabajo presentado como requisito para optar al título de  
MAGÍSTER EN EDUCACIÓN**

**ASESORA**

**SONIA ISABEL GRACIANO JARAMILLO**

**MAGISTER EN EDUCACION**

**UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA  
ESCUELA DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
MAESTRÍA EN EDUCACION  
PUERTO CARREÑO, VICHADA**

**2017**

**NOTA DE ACEPTACIÓN** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Firma del Presidente del jurado

\_\_\_\_\_

Firma del jurado

\_\_\_\_\_

Firma del jurado

**Mayo 1 de 2017**

**Nohora Melo Ayala.**

**Sandra Milena Trujillo Chaparro.**

“Declaro que esta tesis (o trabajo de grado) no ha sido presentada para optar a un título, ya sea en igual forma o con variaciones, en esta o cualquier otra universidad” Art 82 Régimen Discente de Formación Avanzada.

Firma

Nohora Melo Ayala.  
Sandra Tr.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradecemos primero que todo a Dios, por regalarnos la vida y su bendición para que este proceso culminara con éxito, también al Ministerio de Educación Nacional con el programa de Becas para la Excelencia Docente, a la asesora de proyectos Mag. Sonia Isabel Graciano Jaramillo que sin su ayuda y conocimiento no hubiese sido posible alcanzar esta meta, y por último a nuestras familias quienes con su apoyo incondicional nos acompañaron en esta etapa de formación académica.

## CONTENIDO

<b>PRIMERA PARTE</b> .....	8
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	8
<b>DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA</b> .....	11
<b>JUSTIFICACIÓN</b> .....	15
<b>OBJETIVO GENERAL</b> .....	18
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b> .....	18
<b>MARCO REFERENCIAL</b> .....	19
<b>MARCO CONTEXTUAL</b> .....	19
<b>ESTADO DE LA CUESTIÓN</b> .....	23
<b>MARCO LEGAL</b> .....	28
<b>MARCO CONCEPTUAL</b> .....	32
<b>Educar para la Convivencia</b> .....	32
<b>Educar para el Autocuidado</b> .....	34
<b>DISEÑO METODOLÓGICO</b> .....	44
<b>ENFOQUE</b> .....	44
<b>MÉTODO</b> .....	45
<b>POBLACIÓN Y MUESTRA</b> .....	47
<b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b> .....	48
<b>SEGUNDA PARTE</b> .....	53
<b>SISTEMATIZACIÓN DE INFORMACIÓN</b> .....	53
<b>INFORMACIÓN RECOGIDA</b> .....	54
<b>SELECCIÓN DE INSUMOS PARA ESTRUCTURAR LA PROPUESTA</b> .....	57
<b>ESTRUCTURA DE LA PROPUESTA</b> .....	59
<b>APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO</b> .....	69
<b>RECOMENDACIONES</b> .....	71
<b>ANEXO N° 1</b> .....	72
<b>ANEXO N° 2</b> .....	76
<b>ANEXO N° 3</b> .....	80
<b>ANEXO N° 4</b> .....	86
<b>REFERENCIAS</b> .....	91

## RESUMEN

El presente estudio tiene como propósito ofrecer estrategias y alternativas a la formación del ciudadano, como recurso de apoyo a docentes, estudiantes, padres de familia y estamentos administrativos en el ámbito educativo; en coherencia con las directrices del Ministerio de Educación Nacional, en cuanto a las intencionalidades de formación del cuidado de sí mismo, del otro y del entorno en las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales. Así, este trabajo presenta estrategias para la transformación de las prácticas pedagógicas y educativas como herramientas para la construcción de la cultura del autocuidado en Educación Básica de la Institución Educativa María Inmaculada. El producto presentado se sustenta en un ejercicio investigativo y se concreta en el diseño e inicio de la aplicación de una propuesta estructurada en dos etapas: Sensibilización e Intervención, para la primera con tres fases centradas en las estrategias información, comunicación y educación; la segunda con tres actividades claves: talleres con estudiantes, charlas con docentes y la conformación de comunidad académica entre docentes.

### **PALABRAS CLAVE:**

AUTOCAUIDADO

CUIDADO DEL OTRO

CONVIVENCIA

CIUDADANOS

## **PRIMERA PARTE**

### **INTRODUCCIÓN**

La evolución de la ciencia, la cultura y la sociedad combina forzosamente el respeto y la asunción de la tradición con la práctica y apuesta por la innovación. En los actuales momentos el sistema educativo Colombiano ha enfrentado transformaciones que vienen ocurriendo en el mundo en los últimos diez años con una visión holística, sobre todo en lo pertinente al autocuidado y cuidado del entorno.

De alguna manera se ha logrado en el país acciones colectivas para el logro de la solución y comprensión de algunas problemáticas sociales que permitan transformar con éxito a los distintos sectores productivos de la sociedad, en tal sentido en el sector educativo de Puerto Carreño, Vichada, se han venido afianzando ideas que respondan a las exigencias educativas .

De allí que una de las exigencias en la formación integral de los educandos que supone su desarrollo intelectual, cultural, social y en este proceso, el aprendizaje de las relaciones interpersonales es esencial, como también el autocuidado, cuidado del otro y del entorno; condición necesaria para la adquisición del conocimiento y de los valores

culturales, sociales, morales y afectivos y para proveer las experiencias que permitan la comprensión de las costumbres y tradiciones de la sociedad.

Es por ello que el desarrollo del autocuidado en la práctica y en los diferentes planes de estudios es prioritario, para desarrollar en el estudiante un conjunto de acciones encaminadas a sembrar en ellos la importancia de cuidar y desarrollar su yo; teniendo en cuenta un adecuado vocabulario utilizado en el entorno por los niños, niñas y adolescentes y que a la vez constituyen elementos para introducirlos en las diferentes áreas académicas.

De allí el rol fundamental del docente y la familia como mediadores de experiencias, aplicando estrategias constructivistas que conlleven un aprendizaje significativo en la adquisición del autocuidado y por ende de las relaciones interpersonales. Es por ello que este estudio pretende ofrecer estrategias para la transformación y consolidación del autocuidado. De modo que las herramientas de expresión y comunicación de sus pensamientos, anhelos, metas y desarrollo tanto educativo como personal y a la vez vincular todos ellos con la familia y comunidad.

El propósito fundamental del proyecto es brindar estrategias en las prácticas de aula como herramientas para la construcción de la cultura del autocuidado partiendo de las directrices del MEN (Estándares Básicos de Competencias y Lineamientos Curriculares de Ética y valores) y las Planeaciones de estas mismas áreas; en Educación Básica de la

Institución Educativa María Inmaculada. La segunda acción tiene que ver el análisis de la dinámica institucional que inciden el autocuidado mediante una Técnica Interactiva de Investigación denominada *Árbol del Problema*, realizada con Docentes, estudiantes y Directivos.

Finalmente la propuesta estructurada en dos etapas: sensibilización e intervención, para la primera con tres fases centradas en la comunicación; la segunda con tres actividades claves: talleres con estudiantes, charlas con docentes y la conformación de comunidad académica con docentes como estrategia que redunden en la cultura de autocuidado.

## **DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA**

Los procesos de transformación que se vienen generando desde el ámbito educativo, requieren la búsqueda de nuevos conocimientos para enfrentar la incertidumbre que caracteriza el complejo mundo en que nos desenvolvemos. Así, el hombre como ente socializador difunde sus vivencias y creencias, las cuales se presentan como elementos que interiorizan sus acciones y las que se muestran tangibles emergen como la muestra de ese devenir histórico, develado en ese recorrer experimentado en los momentos de equilibrio con su entorno, o lo contrario.

En efecto, el hombre vincula sus vivencias, partiendo de ese intercambio experiencial con otros sujetos, asumiendo este proceso como una acción comunicativa donde intervienen elementos que caracterizan su modo o formas de actuar o discernir con respecto a sus interlocutores. Es así como se va construyendo lo que se denomina identidad, lo que identifica a las personas, al grupo o a los grupos; lo idéntico, lo que denota la esencia del sujeto y que es compartido con otros, de manera que expresa la continuidad de la historia como reflejo de su devenir.

La evolución de la ciencia, cultura y sociedad en la medida que se humaniza se forma al ciudadano que queremos, y el punto de equilibrio está en la formación, en este sentido cuando un individuo nace, necesita de otros para hacerse y para ser, es por eso que su desarrollo se da dentro de un contexto sociocultural y político que de una u otra forma lo inicia en la familia y lo fortalece en la escuela, puesto que para vivir en sociedad se requiere de

organización y derechos que permitan al individuo encaminarse de la mejor manera, relación con su actuar dentro del entorno y la sociedad.

Cabe destacar que a partir de la Ley 115 de 1994, el Ministerio de Educación Nacional implementa los Estándares Básicos de Calidad y promueve el desarrollo de competencias ciudadanas incluyéndolas como prioridad en los planes de mejoramiento en las instituciones educativas, basadas en el respeto y defensa de los derechos humanos; la convivencia y la paz; la participación y la responsabilidad democrática; la pluralidad y valoración de las diferencias conforme a lo planteado por Arias, R (2006) en el artículo *Educación Social y formación ciudadana en tiempos de globalización*. Elementos importantes que permiten armonizar las necesidades de igualdad y equidad en un país agobiado por la violencia y falta de justicia social.

En la Institución Educativa María Inmaculada, ubicada en la zona urbana del municipio de Puerto Carreño en el departamento del Vichada, situado al extremo oriental del país, en la región de la Orinoquia Colombiana, en los últimos años en la Básica Secundaria se ha observado deterioro en las relaciones interpersonales, en el uso inadecuado del vocabulario, agresiones físicas y verbales, dificultades en el comportamiento de algunos estudiantes que afectan el ambiente escolar, a su vez extendiéndolo al uso inadecuado de los enseres institucionales, y estas situaciones presentadas no solo afectan las condiciones del inmueble en su duración dentro de la institución, si no que se puede reflejar en el rendimiento académico de los mismos.

Lo antes planteado ha creado y generado malestar en el ambiente escolar y es por eso que se pretende profundizar, partiendo de algunos planes de estudio donde se encuentra plasmado lo que el docente desde la pedagogía lleva al aula, si está implícito o no la cultura de autocuidado, cuidado del otro y del entorno, a través de la cual se intenta proponer cómo debemos disminuir los conflictos de una manera formativa, adquiriendo competencias ciudadanas para la convivencia en armonía, y eleve la calidad de vida, el bienestar social y el medio ambiente.

Como lo estipula en el artículo 23 de la Ley General de Educación las Áreas obligatorias y fundamentales, para el logro de los objetivos de la Educación Básica se establecen áreas obligatorias y fundamentales del conocimiento y de la formación, que necesariamente se tendrán que ofrecer de acuerdo con el currículo y el Proyecto Educativo Institucional y en el artículo 31 de la misma expone que las Áreas fundamentales de la Educación Media Académica, para el logro de los objetivos de la educación media académica serán obligatorias y fundamentales las mismas áreas de la educación básica en un nivel más avanzado, además de las ciencias económicas, políticas y la filosofía.

Así, se concibe que los artículos antes planteados se da un escenario amplio para brindar herramientas formadoras de valores, donde se eduque en la formación de nuevos ciudadanos integrales a partir del respeto y tolerancia, y no espacios disciplinares con contenidos alejados de las necesidades e intereses de los estudiantes y del entorno.

A partir de lo observado, pudiera decirse que los procesos actitudinales que se dan dentro de la institución y del aula de clases están enfocados a ser más sancionatorios que

formativos y a su vez se quedan solo en lo teórico y no se lleva a la práctica. Por consiguiente, se hace imprescindible proyectar opciones que admitan generar cultura de autocuidado y el valor al respeto, la sana convivencia, que permita un ambiente escolar armónico reflejado en su dimensión personal, actitudinal y cognitiva.

Cabe agregar la importancia del acercamiento con los padres de familia y compromiso con la institución en la formación de sus hijos. Puesto a que no se han creado suficientes espacios de interacción con los mismos limitándose solamente a escasamente a reuniones generales y recepción de informes académicos.

Según los planteamientos hechos, se pretende indagar en esta investigación sobre las formas de convivencia y autocuidado, cuidado del otro y del entorno que tienen lugar en la institución y cómo las áreas de Ética y valores y Ciencias Sociales se ocupan, o no, de este importante aspecto en los estudiantes; a partir de lo analizado se procura plantear unas propuestas para crear cultura que redunden en el autocuidado de los estudiantes de la Institución Educativa María Inmaculada.

De acuerdo a lo antes esbozado surgen los siguientes interrogantes:

¿Cómo se plantea la formación del autocuidado, cuidado del otro y del entorno desde las directrices del MEN: Lineamientos Curriculares y Estándares Básicos de Competencias y los Planes de Estudio de las áreas de Ciencias Sociales y Ética y Valores?

¿Cómo fomentar la cultura del autocuidado, cuidado del otro y del entorno desde las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales en la Institución Educativa María Inmaculada?

## **JUSTIFICACIÓN**

A partir del presente trabajo de investigación, se pretende llevar a cabo un proceso investigativo con miras a los retos que hoy se tiene, como es humanizar la acción educativa, y prioridad a la dignidad de vida, tanto personal como comunitaria; formar personas capaces de vivir y convivir en sociedad, conocedores de sus derechos y capaces de asumir sus responsabilidades, crear e irradiar armonía en su entorno, para adquirir equilibrio entre los diferentes procesos cognitivos, procedimentales, emocionales y actitudinales.

El referido estudio se justifica, al considerar los retos que para la organización del proceso de enseñanza-aprendizaje ofrecen las aplicaciones pedagógicas en la relación docente participante. Por lo tanto, la escuela contribuye a formar individuos y a modificar actitudes y valores en forma duradera en cada uno de los estudiantes, enfrentada en muchas ocasiones a los diversos cambios surgidos en la sociedad y situaciones conflictivas que la rigen, y proporciona principios que permiten la pérdida del valor del respeto y del autocuidado.

La educación es un mecanismo que contribuye a la socialización de los individuos y al perfeccionamiento del mismo, bajo la influencia de los otros; es por eso que se hace necesario realizar una revisión a las planeaciones de las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales, de la Educación Básica, para determinar las intencionalidades del autocuidado y conservación del entorno escolar, y así mismo el análisis de algunas situaciones generadoras dadas en la Institución Educativa.

Dado que se observa una continua decadencia en estos aspectos en la Institución Educativa se espera, de esta forma, contribuir en la formación de ciudadanos integrales, que es uno de los fines de la Educación Nacional y un reto en la construcción de la sociedad que se quiere desde la convivencia humana.

Por las consideraciones anteriores podemos manifestar que la autoevaluación es probablemente la reformulación de las diferentes planeaciones y estrategias didácticas, de tal manera que permitan a los docentes de las diferentes áreas implementar en sus prácticas pedagógicas acciones para aumentar la sana convivencia y el autocuidado como una actitud ante la vida que motiva y empodera a las personas para construir relaciones protectoras consigo mismas, con los otros y con el entorno.

Por consiguiente, con lo antes planteado se espera un cambio que se vea luego reflejado, en los estudiantes en los diferentes lugares y ámbitos sociales, pues de lo contrario se abrirán las puertas para que aumente el bullying, matoneo, que la institución pierda credibilidad y aumente la deserción escolar, por no haber un ambiente armónico y agradable dentro de ella.

A través de la presente investigación se pretende plantear estrategias, para así disminuir la problemática planteada y con el transcurrir del tiempo proponer posibles alternativas a las situaciones que lo ocasionan, brindando orientaciones y dando respuesta a los factores

mencionados anteriormente, y que permitan la sana convivencia, desde el respeto y el autocuidado.

## **OBJETIVO GENERAL**

Determinar cómo se da la formación del autocuidado desde las directrices del Ministerio de Educación Nacional y las planeaciones de las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales, para formar en el cuidado de sí y del entorno en la Educación Básica de la Institución Educativa María Inmaculada de Puerto Carreño, Vichada.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Identificar la propuesta de formación para el autocuidado, cuidado del otro y del entorno desde las planeaciones, Estándares Básicos y Lineamientos Curriculares de las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales.

Analizar los elementos, que desde la dinámica institucional de la IE María Inmaculada, inciden en el autocuidado, el cuidado del otro y del entorno.

Proponer lineamientos y estrategias para la creación de la cultura del autocuidado, el cuidado del otro y del entorno, con aportes a las planeaciones de las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales.

## MARCO REFERENCIAL

### MARCO CONTEXTUAL

El departamento de Vichada tiene una superficie de 105.947 km<sup>2</sup>. Está situado en la región oriental de Colombia, en la margen izquierda del Orinoco y derecha del río Meta, en la así llamada altillanura. Se encuentra dividido en cuatro municipios: Puerto Carreño (la capital), La Primavera, Santa Rosalía y Cumaribo.

Además de estos municipios, el departamento del Vichada cuenta con varios resguardos y asentamientos indígenas de gran importancia para la región, dentro de las etnias indígenas autóctonas del departamento se encuentran, Sikuanis, Piaroas, Amoruas. La mayor presencia de indígenas en el departamento del Vichada se evidencia en la etnia Sikuani, la cual tiene resguardos en el bajo y alto Vichada.

Los Sikuani, nómadas por naturaleza, recorren todos los territorios del Vichada, que buscan el mejor bienestar de su tribu, en los sitios en los cuales se presente la pesca, caza y la agricultura. En general las tribus indígenas tienen escuelas bilingües en todo el territorio, para preservar la cultura misma, dicha etnia tiene particularidades individuales que los llevan innatamente a un amor propio por la tierra, por el medio ambiente, por las costumbres ancestrales, desde su propio Dios que proviene del árbol sagrado, quien es el que provee los recursos naturales, hace que prime el cuidado del entorno como principal eje motor.

Puerto Carreño, bañado por los ríos Orinoco, Meta y Bitá, aporta una gran riqueza hídrica, su número de habitantes es de 15.505 y su área de 12.410 km<sup>2</sup>, está cerca de la frontera con Venezuela, donde colinda al norte del río Meta con Puerto Páez. Su mayor fuente de ingresos es la vinculación laboral con el Estado, seguido por la pesca, pequeños agricultores y comerciantes.

La Institución Educativa María Inmaculada, **Código Dane** 399001000934, es el centro educativo más antiguo del municipio de Puerto Carreño, fue creada en 1946 como Escuela María Inmaculada, por la necesidad de ofrecer educación a sus habitantes. Fundada por las hermanas Lauritas, se utilizó como internado hasta 1980, esta institución educativa funcionó bajo la coordinación del Vicariato Apostólico de Puerto Gaitán hasta 2009.

En la actualidad, ofrece Educación Preescolar, Educación Básica Primaria, básica Secundaria y Media, a más de 750 estudiantes. Ha sido pionera en la participación y organización de eventos culturales y deportivos, a través del Club Deportivo y la Banda Marcial de paz. A partir del año 2016 su énfasis está enfocado a la formación en energías renovables en convenio con el Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA) y el Centro de Investigación de Energías Renovables (CINER).

Las familias que conforman la institución educativa, en cuanto a su composición, están formadas en gran porcentaje por madres o padres cabeza de hogar, seguido por aquellas en

donde figura el padre y la madre, y un mínimo porcentaje por los abuelos o bienestar familiar. Los padres de familia tienen un nivel escolar muy variado, algunos son profesionales, otros pertenecen a las fuerzas militares, otros son empleados públicos; un alto porcentaje trabaja en servicios generales y en oficios informales; el nivel económico varía de acuerdo a su nivel académico.

La relación de la institución educativa con los padres de familia, en general, tiene que ver con actividades promovidas por la institución como: entrega de informes académicos, reuniones acordadas por los directores de grado para tratar asuntos relacionados con lo académico y disciplinario de los estudiantes o informaciones por parte de la institución. Como puede verse, la institución ha creado pocos espacios de acercamiento con los padres de familia, pues éstos se limitan a informes académicos y reuniones de informe general.

Si bien es necesario revisar en la escuela la pluriculturalidad de los alumnos, para establecer puntos de partida diferentes con bases sólidas, es necesario conocer a profundidad todos aquellos aportes que tienen los indígenas la región. Por ejemplo, la forma de ver el mundo, la idea de Dios, las creencias, de un Sikuani comparado con el joven estudiante colono, implican diferencias son sustanciales, dado que son culturas totalmente diferentes.

En el transcurrir de los años se observa que estos grupos étnicos adquieren con pleno dominio el dialecto y costumbres de los colonos, permitiendo el desvanecimiento de su propia cultura, pues son muy pocos quienes hablan su lengua materna y otros sólo conservan sus costumbres.

Cuando se habla de autocuidado para reflejar dicho valor en el entorno, es preciso permitirse el reconocimiento ancestral de los grupos indígenas, siendo el Sikuni de vital importancia por su connotación histórica, por su punto de vista hegemónico diferente, por su ideología distinta, en un mundo en el cual el pensamiento simplista y globalizador ha dominado; pero aún persiste la conservación de algunos aspectos propios de su cultura de protección de sí mismo.

El presente estudio permitirá profundizar, posteriormente, en la construcción de las relaciones protectoras de sí mismo, de las demás y del entorno, que sustenten ese equilibrio desde los espacios escolares y extraescolares, resaltando los contenidos del autocuidado y cultura, desde sus valores específicos; puesto que se presenta a nivel institucional agresiones verbales, físicas y juegos bruscos entre algunos estudiantes, ocasionando deterioro en las relaciones interpersonales, lo que por consiguiente amerita una intervención.

## ESTADO DE LA CUESTIÓN

El desarrollo de este capítulo permite el abordaje de los antecedentes o investigaciones previas del estudio, haciendo énfasis en el cambio paradigmático ocurrido en torno a la cosmovisión de la historia y de la identidad cultural, como elementos proponentes de un entramado de saberes que permiten la construcción de nuevos eventos o fenómenos de la realidad. Del mismo modo, se plasman los referentes teóricos, asumiendo posturas que generen ideas que permitan la construcción del conocimiento a partir del diálogo y el debatir de posibles supuestos que emerjan de las interpretaciones de los diferentes niveles de construcción.

La temática presentada ha sido de interés para innumerables investigaciones, enmarcada en interpretar la postura de autores orientados en esta línea de investigación y que guardan relación con este estudio. Las de las investigaciones que tienen vinculación con el presente constructo y que se consideran relevantes en este trabajo son:

Laguna V. (2014) *La comunidad de escuela, como recurso educativo en el desarrollo de los programas escolares en vínculo con la vida* . Presenta cómo la comunidad de la escuela constituye un valioso recurso educativo que puede ser empleado en el desarrollo de los programas escolares, como vía para fomentar en los estudiantes el cuidado y protección del entorno comunitario, así como fortalecer sentimientos de pertenencia hacia el lugar de origen. Es por ello que la escuela debe enfrentar el reto de estructurar el currículo teniendo en cuenta las potencialidades que ofrece el contexto local.

Cabe destacar en la propuesta planteada por Laguna, el tratamiento de la comunidad de la escuela en la contextualización del currículo, a partir de las potencialidades del contexto local, parte del estudio resalta dichas potencialidades, así como el tratamiento metodológico de los contenidos que permitan el vínculo.

La propuesta está dirigida a lograr introducir un cambio en el sistema de trabajo de la escuela de modo que se haga realidad en la práctica escolar. La relación escuela comunidad se ha caracterizado por un limitado e insuficiente empleo de los recursos de la comunidad para vigorizar el currículum de los programas escolares, no aprovechando las experiencias de aprendizaje directo en el tratamiento al contenido, la clase constituye una vía eficaz para potenciar la relación escuela - comunidad, en tanto aproveche las potencialidades educativas del contenido y los que brinda la comunidad para la formación de adolescentes en una preparación para la vida.

Laguna V. (2014) Concluye en su investigación que es relevante y preciso que en los centros docentes el tratamiento de la comunidad de la escuela en los programas escolares, se convierta en una verdadera vía para potenciar el vínculo con la vida, logrando que los maestros y maestras participen en el estudio de la comunidad de la escuela, por lo que se hace necesaria la preparación de los docentes para el uso de las potencialidades de la comunidad en las clases.

Oswaldo Almerida Leal (2013) *Integración escuela comunidad como enfoque estratégico*. Plantea que la integración es parte esencial de la humanidad, en consecuencia, la originada por la escuela en la comunidad, ha venido conquistando espacios inéditos en este sector de la sociedad. La presente investigación brinda al equipo directivo de la E.B Las Tinajas, ubicada en la parroquia Tacarigua, Municipio Carlos Arvelo del Estado Carabobo, estrategias gerenciales basadas en la integración escuela-comunidad.

El objetivo general de este trabajo investigativo es "Presentar una propuesta de Integración escuela comunidad como enfoque estratégico gerencial para fortalecer el desarrollo institucional", cabe destacar que es un estudio cuantitativo, desarrollado con técnicas cualitativas, con diseño de campo y de tipo descriptiva.

Una vez vivenciado los diferentes escenarios planteados en la EB las Tinajas, se evidencia un desapego entre la escuela y la comunidad, trayendo como consecuencia que algunas situaciones reparables en lo interno salgan de las fronteras de la institución, para que terceros tengan que resolverlas, situación que es preocupantes, ya que si los estudiantes viven en la comunidad y la comunidad representada en primer lugar por los estudiantes, hace vida en la institución, cómo es que no se van a poder articular, escuela y comunidad en la resolución de algunos conflictos o situaciones de apremio internas; sobre todo si se tienen ya descritos los aspectos positivos, negativos e interesantes de la propuesta en desarrollo.

El investigador concluye que se puede lograr una favorable convocatoria, si los emisores son los mismos estudiantes, en el caso de concretarse el encuentro, se consolidaría la meta principal. Dentro de esa gran asamblea, se muestran la diversidad de pensamientos y criterios, lo cual es un aspecto positivo. En diagnóstico de las fortalezas y debilidades, se consigue tener a la mano una serie de herramientas para la resolución de problemas y conflictos; por último, se consolida la meta final y se van creando paulatinamente valores y principios internacionalistas.

Anna Jarvis Orbegoso Paredes y Rosa Isela Cerin Saavedra. (2012) *Estilos de vida prácticas de autocuidado*, Trujillo- Perú. Este es un Estudio de investigación de tipo descriptivo-correlacionar, de corte transversal, que se realizó con el objetivo de conocer la relación que existe entre el estilo de vida y prácticas de autocuidado, para la prevención de la enfermedad renal en el padre y/o tutor adulto joven del Centro Educativo Privado Ciencia y Arte de la Ciudad de Trujillo-2012.

La muestra utilizada por Anna Orbegoso y Rosa Cerin fue de 90 padres y/o tutores adultos jóvenes de los cuales se seleccionó a 39 de ellos, para constituir la muestra del estudio que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. Donde los instrumentos utilizados para recolectar la información fueron: el Cuestionario, tanto para la valoración de los estilos de vida, como para la valoración de las prácticas de autocuidado; el instrumento fue elaborado por la autora y validado para ser confiable.

En relación con lo transitado, las investigadoras hacen las siguientes recomendaciones: la primera: que en el ámbito de enfermería, en especial en el campo comunitario, se realicen

programas educativos que se proyecten a las instituciones educativas para brindar orientación sobre estilos de vida saludables y prácticas de autocuidado en el padre o tutor de los niños que asisten dichas instituciones.

Segunda: que se realicen coordinaciones oportunas entre los centros de salud, a través de la Licenciada en enfermería que tenga a su cargo el programa de salud del escolar y adolescente, para con los directores de los centros educativos de su jurisdicción y poder ejercer actividades de capacitación a los docentes sobre los estilos de vida saludables y las prácticas de autocuidado, para prevenir las enfermedades y poder educar a los niños a su cargo. Tercera: realizar estudios de investigación sobre las variables estudiadas en otras poblaciones como en padres o tutores adultos maduros o adultos mayores y relacionarlo con adolescentes bajo su cargo.

De acuerdo a los planteamientos anteriores por los autores en sus tesis, deducimos los siguientes aportes relevantes a nuestra investigación: Primero que la escuela fortalece la comunidad mediante el desarrollo de procesos curriculares, enfocados al contexto permitiendo el sentido de pertenencia y cuidado del entorno. La Segunda, presenta un planteamiento fundamental en la propuesta de integración Escuela- comunidad para la resolución de conflictos y mejoramiento del clima escolar, donde encuentra gran similitud con la presente investigación que nos ocupa puesto que está enfocada a la presentación de estrategias para la formación del autocuidado, cuidado del otro y del entorno y por último la tercera se centra en la relación de estilo de vida y prácticas de autocuidado desde el ámbito de la salud, base fundamental del autoestima.

## **MARCO LEGAL**

Teniendo en cuenta que la violencia es considerada como el conjunto de actitudes destructivas que una generación trasmite a otra, impactando el núcleo familiar y perjudicando al mismo individuo, surge la necesidad de estructurar las relaciones mediante normas que permitan la construcción de nuevos procesos culturales y sociales capaces de transformar y reconstruir la forma de establecer nuevas relaciones que lleve al individuo a comprender y a asumir lo que significa cuidar de sí mismo y de los otros.

Enseñar a cuidarse y a cuidar es una exigencia ética, política y social que incluye las instancias de salud y educación, con miras a un horizonte de construcción de una nueva cultura de convivencia. El autocuidado es necesario para la búsqueda del bienestar integral en lo cotidiano y lograr así el desarrollo humano; por lo tanto este espacio de crecimiento y desarrollo integral involucra la dimensión emocional, física, estética, trascendental del ser, a través del desarrollo de destrezas afectivas, cognitivas, sociales y para el buen ejercicio de la ciudadanía.

El Gobierno de Colombia, consciente de esta necesidad, mediante la Ley 115 de Febrero 08 de 1994, reglamenta en los artículos 73 y 87, referentes al Manual de Convivencia como parte del Proyecto Educativo Institucional, donde se han de establecer los derechos y deberes de los alumnos y las normas en las relaciones con los demás estamentos de la comunidad educativa. Por otra parte en el artículo 43 del Código de Infancia y adolescencia, según Ley 1098 de 2006 involucra a las instituciones educativas a garantizar a los niños, niñas y adolescentes el pleno respeto a su dignidad, vida, integridad física y moral dentro de la convivencia escolar.

Con referencia a lo anterior mediante Ley 1620 de marzo 15 del 2013, crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y formación para el ejercicio de los derechos humanos, la educación para la sexualidad, la prevención y mitigación de la violencia escolar, precisando que cada experiencia vivida por cada estudiante en el centro educativo es definitivo para el desarrollo de su personalidad y del cual depende no sólo su bienestar sino la prosperidad colectiva.

En este propósito en el artículo 21, de la Ley 1620 pide que el Manual de Convivencia debe identificar nuevas formas y alternativas para incentivar y fortalecer la convivencia escolar y el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos de los estudiantes, que permitan aprender del error, respetar la diversidad y dirimir los conflictos de manera pacífica, así como de posibles situaciones y conductas que atenten contra el ejercicio de sus derechos.

De igual manera el autocuidado está dirigido hacia la parte de la salud como un derecho fundamental del estudiante, por eso dentro del marco de la Ley General de Educación 115 de 1994, en el artículo 100, estipula el seguro de salud estudiantil para los estudiantes de escasos recursos económicos, en todos los niveles de la educación formal. Por su parte, el Código de Infancia y Adolescencia Ley 1098 de 2006, en el artículo 27, estipula el derecho a la salud integral de todos los niños, niñas y adolescentes entendida como un estado de bienestar físico, síquico y fisiológico.

En este propósito, mediante Ley 1616 de enero de 2013 en el artículo 4, el Estado garantiza el pleno derecho a la salud mental de toda la población Colombiana, priorizando a los niños, niñas y adolescentes mediante la promoción y prevención de los trastornos mentales que permita al individuo establecer relaciones significativas consigo mismo y con los otros. En la ya mencionada Ley 1620 de 2013, en el artículo 33 se ratifica la atención dirigida a niños, niñas y adolescentes y las familias afectadas por la violencia escolar o vulneración de los derechos sexuales y reproductivos en el marco del Sistema General de Seguridad Social en Salud.

A lo largo de los planteamientos hechos en la Ley 1355 de 2009, "por medio de la cual se define la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles asociadas a ésta, como una prioridad de salud pública, se adoptan medidas para su control, atención y prevención", en el ámbito territorial se exige promover ambientes sanos, actividad física, la educación, la producción y distribución de alimentos que lleven a este fin, por lo tanto los centros educativos están llamados a velar por la calidad, balanceo y alimentos saludables despachados en las tiendas escolares.

A sí mismo, y para garantizar el derecho constitucional a la vida y a la salud, se dictó la Ley 911 de octubre de 2004, por la cual dicta disposiciones en materia de responsabilidad deontológica para el ejercicio de la profesión de enfermería en Colombia; posteriormente, la Ley estatutaria 1751 del 2015, mediante la cual regula el derecho fundamental a la salud y establece mecanismos de protección para garantizar la prestación del servicio a toda la población.

En efecto es dentro de la escuela, después del hogar, donde se debe implementar la cultura de autocuidado, donde todos y cada uno se cuida y es cuidado para favorecer el proceso de autonomía y madurez personal, haciendo del espacio escolar un ambiente de acogida y de mucho calor humano que permita el desarrollo de todas las dimensiones del individuo.

En ese mismo sentido, la Ley General de Educación Ley 115 de 1994 en el artículo 16 literal j, establece una educación integral desde la educación preescolar y crear en esta etapa la formación de hábitos de alimentación, higiene personal, aseo y orden que generen conciencia sobre el valor y la necesidad de la salud, enfatizando en esto, en todos los ciclos de educación escolar.

A sí mismo, para la Educación Básica Primaria, en el artículo 21 de la ley 115, considera necesario la formación de los valores fundamentales para la convivencia en una sociedad democrática, participativa y pluralista, así como el desarrollo de los valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana.

Por las consideraciones anteriores se ve la necesidad de determinar, desde algunas de las áreas obligatorias y fundamentales establecidas en la Ley General de Educación y modificadas en el artículo 65 de la ley 397 de 1997, las planeaciones de Humanidades, Ética y Valores, Educación Religiosa, Ciencias Sociales, de manera que apunten a la formación de autocuidado. Por ende, se espera que las Competencias Ciudadanas se integren a las planeaciones y al plan de mejoramiento institucional, como forma de enseñar determinadas maneras de vivir en sociedad.

## MARCO CONCEPTUAL

*“Si realmente queremos que los estudiantes sean ciudadanos que cuiden de sí mismos y de los demás, debemos esforzarnos porque la institución educativa presente muchas oportunidades para la vivencia de relaciones de cuidado”*

*Chaux, E., 2006*

Dentro del quehacer académico se tiende a caer en la cotidianidad, inmersos en una sociedad donde todo es permitido, disfrazado de derechos y olvidándose de la dignidad del otro. Es por eso que en este texto en un primer momento se aborda el término de convivencia como habilidad que se debe aprender para la vida, y manifestada en el respeto y amor que el estudiante o toda persona debe tenerse a sí mismo, hacia los demás y a su entorno y en un segundo momento se profundizará en el autocuidado a sí mismo, del otro y de lo de todos.

### **Educar para la convivencia**

El concepto de convivencia entendido como el acto de existir de forma respetuosa hacia los demás es el que permite al ser humano crecer como persona, generar bienestar y salud, puesto que somos seres sociales llamados a interactuar con el otro, fomentar habilidades de interacción específicas de comunicación, negociación y armonía.

En los centros educativos se hace evidente e importante crear un clima de convivencia pacífica, como medio de crecimiento personal y grupal constructivo donde las soluciones sean aportaciones de los mismos protagonistas o estudiantes, puesto que uno de los grandes desafíos que tiene la educación es educar para la vida.

Como afirma Zurbano Díaz (1998) el ser humano no se juega el futuro en los conocimientos, ni destrezas, sino en los comportamientos; requiere encontrar el sentido de lo que vive, encontrar razones en su accionar cotidiano. Así, enseñar a discernir el sentido de las cosas es educar para la vida, en la medida en que la escuela lo haga ayuda a los alumnos a construir su propia felicidad reflejada en la armonía consigo mismo, con los demás y con su entorno.

La lucha permanente en la construcción de una colectividad en la que sea posible y agradable vivir juntos aunque las ofertas sociales e inhumanas nos hagan sentir navegar en contra corriente es uno de los retos que se debe asumir como educador para que el producto sean instituciones educativas más humanizadas y humanizantes, pues todo ser humano lleva dentro de sí la necesidad de vivir en relación mutua y en constante colaboración. Esto es algo de lo cual la actual sociedad individualista y materialista sociedad no nos puede despojar.

La convivencia es un factor que influye en todo el ser de la persona e influye en todos los ámbitos de su vida “La educación de la paz hay que concebirla como un proceso de desarrollo de la personalidad, continuo y permanente, inspirado en una forma positiva de aprender a vivir

consigo mismo y con los demás en la no violencia y en la creación de ámbitos de justicia, de respeto y de armonía” (González Lucini, F. 1993).

Se puede manifestar que aprender a vivir con los demás no sólo es una necesidad, sino una obligación, pues estamos sentenciados a vivir con otros seres “el hombre sólo es hombre porque vive en sociedad” como lo afirma el sociólogo francés (Durkheim, 1976, p. 101) y esta convivencia es un continuo aprendizaje que no solo se enseña, sino que se va construyendo en la escuela y en la familia, como lugares de encuentro de personas con distintos intereses y anhelos, pertenecientes a una sociedad manipuladora en donde se hace necesario adquirir actitud crítica que le impida ser marioneta de la misma sociedad.

Se puede afirmar, entonces, que la educación para la convivencia no puede quedarse solo en una enseñanza o instrucción acerca de los valores que se deben adquirir en cuanto a la vida social, sino que debe ir acompañado y sostenido por la experiencia, como lo afirma Setién (1996) el educador debe ayudar al educando a descubrir el significado del amor, el respeto a los demás, la tolerancia, acoger a los débiles, puesto que la convivencia debe ser una experiencia no solo personal sino también comunitaria.

### **Educar para el autocuidado**

Primero que todo se hace necesario definir el término de cuidado, según el *Diccionario Etimológico*, la palabra cuidado tiene dos posibles orígenes. Uno que deriva del latín *cura*, el

cual, en su forma más antigua se escribía *coera* y era empleado en contextos de relaciones de amor y amistad. El otro término viene del término *cogitare-cogitatus* que derivaría en las formas *coyedar*, *coidar*, *cuidar*. En cualquier caso, el significado es el mismo: pensar, poner atención, mostrar interés, desvelo, inquietud y preocupación por una persona amada o por un objeto con valor sentimental.

Por lo tanto, al hablar de autocuidado es referirse al valor, atención, interés, preocupación que se pone en sí mismo, y se debe ver reflejado en el cuidado a los demás y en lo que nos rodea, no sólo como una acción sino como un modo de ser y de vivir; lo que significa, una forma de coexistir y de convivir para construir el propio ser e identidad.

El autocuidado es un elemento importante de humanidad, porque guía hacia la autoestima, la autonomía, la madurez y la libertad; la esencia del cuidado es la compasión y el prestar-se atención, comprender-se para que cada uno pueda ser quien es como lo indica Rogero (2010). Corresponde al hecho de procurar el bienestar de la persona en todas sus dimensiones: cuerpo, mente, espíritu e intelecto Cuidador del cuerpo como primer territorio donde acontece la vida, el primer territorio de decisión, poder, transformación y ejercicio de los derechos. Boff (2012).

Se podría manifestar que la escuela, como espacio formativo en la actualidad se preocupa más por lo académico, con prioridad a las exigencias del Ministerio de Educación Nacional, como consecuencia de la continua evaluación a la que está sometida, y olvida en cierta

forma las demás dimensiones de formación humana, por lo que descuida el desarrollo pleno de las capacidades y potencialidades del ser humano.

La tarea de educar no es fácil, “el hombre no es otra cosa sino lo que la educación hace de él” (Lledó, 2009, p. 33). De ahí la importancia de una educación integral, humana, cuidadosa, sensible, fraternal, respetuosa y amigable, como lo afirma Rogero(2010). En estas circunstancias, la escuela no puede ignorar este llamado, puesto que debe ayudar a fortalecer y crear, si es el caso, los hábitos de cuidado del cuerpo desde una alimentación sana, adecuado descanso, higiene corporal y buenas relaciones afectivas.

Desde el planteamiento del Licenciado y Columnista Cajiao F. (2014), en su artículo *La ética del cuidado* enfatiza sobre el cuidado de la mente en donde el maestro debe descubrir la forma particular de aprendizaje del estudiante, esto con el fin de ayudarles a desarrollar tanto las fortalezas intelectuales, diferentes en cada individuo, como la forma de canalizarlas para una mejor relación de éste consigo mismo, con los demás y con su entorno.

Es así como el autocuidado se prolonga en la relación con el distinto, con el opuesto, dado que en la convivencia escolar se encuentra personas con diversas ideologías, pensamientos, costumbres, cultura, pues aquél considerado diferente en el que en ocasiones se lee como amenaza para el clima escolar. Es preciso no perder de vista que sobre el principio de igualdad y respeto a la dignidad humana, las normas y directrices creadas en la escuela debe incluir a todos

sus miembros. En otras palabras, pocas cosas atentan tanto a la educación como la segregación y la exclusión.

Las normas son importantes y deben ser claras, pero por sí mismas son incapaces de generar un buen clima escolar si no van acompañadas de valores donde el otro sea importante, sienta la necesidad de tener buenas relaciones interpersonales y adquisición de valores y propósitos propuestos por la institución desde la solidaridad y la corresponsabilidad. Cajiao ( 2014 )

Por último, el cuidado del patrimonio público es tarea no sólo de los docentes y administrativos, pues es propiedad de todos y se construye con la participación de la colectividad, para prestar un servicio a la comunidad; por lo tanto los estudiantes deben aprender a cuidar y no a dañar las instalaciones escolares, como paso concreto hacia el desarrollo de la ciudadanía. Cajiao( 2014 )

Por lo antes expuesto, se puede manifestar que la educación como poder del pueblo, dinámica, cambiante y en armonía con el proceso de transformación que se esté dando, responde a cada uno de sus hombres y mujeres, incluyendo a los que recién nacen. Desde la concepción holística del ser humano, como ser permanente en desarrollo, se exige de forma constante nuevas visiones, nuevas ideas, nuevas formas, nuevas pedagogías, articulación y continuidad curricular entre cada uno de los periodos de vida.

Así, el hombre como ente socializador, difunde sus vivencias y creencias, las cuales se

presentan como elementos que interiorizan sus acciones y las que se muestran tangibles salen como la muestra de ese devenir histórico develado en ese recorrer experimentado en los momentos de equilibrio con su entorno o lo contrario. Se puede afirmar que, el hombre vincula sus vivencias, partiendo de ese intercambio experiencial con otros sujetos, asumiendo este proceso como una acción comunicativa donde intervienen elementos que caracterizan su modo o formas de actuar o discernir con respecto a sus interlocutores.

Es así, como se va construyendo lo que se denomina identidad, lo que identifica a las personas, al grupo o a los grupos, lo idéntico, lo que denota la esencia del sujeto y que es compartido con otros, de manera que expresa la continuidad de la historia como reflejo de su devenir en este proceso de intercambio intercultural, donde cada manifestación toma un nuevo significado al pasar de un sistema sociocultural a otro, muestra que la interculturalidad está formando cuerpo.

La terapia Gestalt propone tres tareas específicas para facilitar la integración de deseos y necesidades: Primero la valoración de la actualidad; en el aquí y el ahora, se trabaja con el material apartado, no con el pasado ni con la ilusión del futuro; Segundo la valoración de la consciencia y la aceptación de la experiencia; trabajando con la experiencia sensorial y emocional y evitando el discurso intelectual o de las interpretaciones; y la por último valoración de la responsabilidad e integridad; cada una es responsable de su conducta por ilógica o extrema que parezca.

En *La jerarquía de las necesidades humanas*, el concepto central es la autorrealización, entendida como culminación de la tendencia al crecimiento, la define como la obtención de la satisfacción de necesidades progresivamente superiores y junto a esto la satisfacción de la necesidad de estructurar el mundo a partir de sus propios análisis y valores. En la última fase se encuentra con la auto-realización que no es más que un nivel de plena felicidad o armonía; en el sistema escolar, atribuyéndole a la educación el desarrollo intelectual, social y emocional del estudiante. Maslow (1943)

El individuo posee en sí mismo medios para la auto comprensión y para el cambio del concepto de sí mismo, de las actitudes y del comportamiento auto dirigido; resaltando que el terapeuta debe proporcionar un clima de actitudes psicológicas favorables para que el paciente pueda explotar dichos medios. Dos rasgos principales de la psicoterapia centrada en el cliente son: La confianza radical en la persona, el rechazo al papel directivo del terapeuta. (Rogers,1978, citado por Pezzano, 2001)

El objeto de la psicología son los actos de auto conservación o representaciones del alma, en cuanto actuales o persistentes en el recuerdo. Las representaciones tienen un carácter dinámico compenetrándose recíprocamente en el alma, que es una, se repelen en cuanto son opuestas, y se unen en una fuerza común en cuanto no son opuestas. Los niños no son verdaderamente libres, porque aún no han adquirido un carácter, es decir, una verdadera solidez en la masa de representaciones dominante. ( Herbart, 1806, traducción Lorenzo Luzuriaga, 1914 )

Otros seguidores, como Howe(1977) y Kirschenbaum (1982), han hecho al respecto de Raths (1967) aportes muy importantes, en el sentido de que han conectado dicha metodología con algunas actitudes que considera necesarias para favorecer el desarrollo humano una de ellas consiste en que la persona identifique claramente los valores que él posee y los que le gustaría poseer, así como las numerosas estrategias creadas para la educación en valores.

Afirma Pascual (1995) que la clarificación de valores es una acción consciente y sistemática del orientador o maestro que tiene por objeto estimular el proceso de valoración en los alumnos con el fin de que estos lleguen a darse cuenta de cuáles son realmente sus valores y puedan, así Rogers (1978), sentirse responsables y comprometidos con ellos.

Su finalidad es provocar en el educando una reflexión en la búsqueda de lo que consideran y desean en el ámbito de los valores. De cualquier a unos u otros autores, la clarificación de valores ha sido objeto de una gran difusión, empleándose en numerosos centros escolares de distintos países, incluido España.

Si nos adentramos en el origen de la clarificación de valores, en épocas anteriores tenía mayor relevancia el desarrollo cultural acentuando el valor individual, que el cultivo de la persona, de su humanización. Hoy las cosas han cambiado, y la educación en valores se ha convertido en un pilar fundamental a tener en cuenta en cualquier materia centrandose en formar

personas capacidad de llevar una vida activa en comunidad, con confianza en sí mismo y capacidad de discernir entre lo correcto y lo incorrecto.

Según la teoría de Raths (1967) considerado uno de los pedagogos más significativos de su tiempo y pionero en la elaboración de estrategias para esta clarificación, el proceso por el que aceptamos unos valores es el que dicta los pasos a seguir en este método. Para el autor, el proceso de formación de valores consta de tres momentos, cada uno de los cuáles comprende varias condiciones o peculiaridades:

Selección de los valores: hecha con libertad entre varias alternativas tras considerar sus consecuencias; estimación de los valores: apreciar y disfrutar la opción hecha y estar dispuesto a firmarla públicamente; actuación según esos valores: actuar de acuerdo con nuestra elección de valores.

Cabe destacar hacerlo repetidamente se elabora un concepto más amplio, es un proceso por el cuál aumentamos la probabilidad de que, ya sea nuestra forma de vida en general o alguna decisión en particular, tenga en primer lugar un valor positivo para nosotros y en segundo sean constructivas dentro del contexto social. Kirschenbaum (1982)

El proceso de valoración implica cinco dimensiones relacionadas, que no pueden ser identificadas como etapas sino como procesos Kirschenbaum (1982) , las cuales se concentran en, pensamiento: ayudar a los alumnos a que aprendan a pensar ya sea favoreciendo un

pensamiento crítico Raths( 1967), un razonamiento moral Kohlberg ( 1986); sentimiento: aclarar lo que apreciamos o deseamos ayudar a los jóvenes a reforzar el concepto de sí mismos y a manejar sus sentimientos; elección: como alternativas y consideración de consecuencias.

Es necesario establecer unas metas, reunir los datos disponibles elegir una alternativa y considerar las consecuencias de las actuaciones , a la hora de tomar decisiones u optar por una alternativa, identificando los efectos de determinación subjetiva de lo que creemos que es mejor o planear las distintas estrategias que me ayudarán a incrementar la probabilidad de alcanzar esas metas, como: comunicación, los valores evolucionan gracias a un proceso de interacción social es necesario mandar mensajes claros, escuchar activamente lo que el otro quiere decir. Y acción, el efecto que se adquiere en la actuación repetida y consistentemente para alcanzar metas ayudar al individuo a adquirir un sentido positivo en su vida y actuar hábilmente en que hacer diario para conseguir beneficio personal y social en la vida.

Por consiguiente, por proceso de valoración se entiende, los pasos que la persona debe seguir para captar e interiorizar los valores, y que este proceso de desarrollo valorativo culmine y se traslade a la conducta del individuo. En resumen, que haga suya la escala de valores. De esta forma, considera necesario utilizar una metodología que ponga en contacto a la persona con su propia experiencia para que sea consciente de sus actitudes ante los valores y sus opciones Hernando (1997). Por su parte, Pascual (1988) considera que el foco de valoración está en la propia persona. La inteligencia y afectividad son fundamentales en su desarrollo, pero el mundo de los valores le ayuda a desarrollarse y crecer.

Como lo plantea Allport (1960) en su test prueba de valores manifiesta que el funcionamiento oportunista era algo relativamente poco importante para entender la mayoría de los comportamientos humanos. Estos están motivados por algo bastante diferente, el funcionamiento como forma expresiva del self lo cual llamó funcionamiento propio proprium. La mayoría de las cosas que hacemos en la vida es una cuestión de ser lo que somos.

El funcionamiento propio se caracteriza por su tendencia a la actividad su orientación al futuro y que es psicológico. El Self tiene 7 funciones, las cuales tienen a surgir en ciertos momentos de la vida: sensación del cuerpo, identidad propia, autoestima, extensión de uno mismo, auto imagen, adaptación racional, esfuerzo o lucha propia (Propriate), y la adaptación racional.

## **DISEÑO METODOLÓGICO**

### **ENFOQUE**

La investigación se orienta bajo los esquemas de una metodología Cualitativa, puesto que “la investigación cualitativa trata de identificar, básicamente la naturaleza profunda, de las realidades, su estructura dinámica, aquella que da razón plena de su comportamiento y manifestaciones” (Martínez, 2004, p.66).

En otras palabras, este camino está dirigido a ahondar las bases de todas aquellas conductas que son visibles ante las investigadoras y evidentes en la realidad en estudio. Cabe destacar que la posición de Martínez ante esta orientación metodológica es única, exalta que no exista un diseño acabado, pues una automatización prefabricada violenta las oportunidades del objeto de estudio.

Esta investigación se aborda desde un enfoque de tipo cualitativo, el cual enfatiza en la importancia de la persona como instrumento para recolectar información en ambientes naturales, es decir estudiar las cosas en su contexto natural y cómo sucede; en otras palabras, analizar los planes de estudio de las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales y buscar dar sentido e interpretar las conductas presentadas de acuerdo al significado que las personas implicadas le dan. Blasco y Pérez (2007).

El investigador y el objeto de estudio establecen una relación de interdependencia e interacción, puesto que el investigador hace parte del contexto de exploración e interactúa con la población estudiada. Para comprender los fenómenos que afectan a la comunidad éste, observa, indaga e interpreta esa realidad, permitiendo la producción de datos descriptivos y entender así las manifestaciones que afectan a la colectividad como una forma de transformación de dicho medio, Taylor y Bogdan (1987)

Instalados en el paradigma de investigación cualitativa, los investigadores interpretan el escenario y a las personas desde una perspectiva holística, es decir no reducirlos a variables, sino considerarlos como un todo y en donde se trata de comprender el fenómeno dentro del marco de referencia en el que tienen lugar, para lo cual se espera trabajar conjuntos y generar cambios en el contexto educativo, desde las perspectivas del actor y para dar significado a las acciones sociales, Begoña (1992).

## **MÉTODO.**

El método de acuerdo con Núñez significa “el camino a través del cual se alcanzan los objetivos” (Núñez, 1989, p.37). En tal sentido, es la búsqueda exhaustiva de una aparente verdad la cual se encuentra ubicada en diversos espacios del saber y del conocimiento. Todo estudio debe estar entrelazado entre la teoría y la realidad palpada, es decir, es la exploración constante cuya dimensión concrete la experiencia del individuo dentro de su propio escenario de discernimientos, sin ser este manipulado ni viciado.

Investigación Acción Participante (IAP).

En el transitar de los diferentes materiales bibliográficos en cuestión se encuentra con diferentes opiniones enfrentadas, la más ajusta a nuestra realidad y cotidianidad es la de los profesores Lourdes Merino y Enrique Raya que proponen establecer diferencias entre investigación-acción e investigación-acción participativa, situando a la primera “como una aplicación del método científico a un problema con voluntad praxeológica y con cierta participación de los afectados” (Merino y Raya, 1993, pág. 5).

Ante el anterior escenario, aparece entonces la IAP, como un tipo de investigación-acción que incorpora los presupuestos de la epistemología crítica, organiza el análisis y la intervención como una pedagogía constructiva, tiene como punto de partida el cambio social. Esa búsqueda del conocimiento “se caracteriza por ser colectiva, por proporcionar resultados cuya utilización y gobierno corresponde a los propios implicados, que deben haber determinado el proceso de conocimiento, a la vez que experimentado el mismo un proceso de maduración colectiva” (De Núñez, 1989, p.37)

Por otra parte, los iniciadores de la IAP se previenen contra su propio poder concibiéndose “como participantes y aprendices en el proceso, aportando sus conocimientos y convirtiéndose también en objeto de análisis” (IOE, 1993: 69). “Los investigadores entran así en un proceso en que se convierte en testigo de la calidad emancipatoria de su actuación” (Rahman, 1991, pág. 34).

Una vez revisado con diferentes autores se considera que la Investigación Acción Participativa, es un enfoque de investigación colaborativa que proporciona a esta investigación, los medios para llevar a cabo, acciones sistemáticas para resolver sus problemas y formular procedimientos consensuados y participativos que permitan busquen solución, las cuales parten del análisis, de examinar diferentes alternativas de acción; finalmente, se concluye con la aplicación de estrategias de solución.

De igual manera, se considera pertinente en la investigación este método en el cual participan y coexisten dos procesos: conocer y actuar; por tanto, favorece en los actores sociales el conocer, analizar y comprender mejor la realidad en la cual se encuentran inmersos sus problemas, necesidades, recursos, capacidades, potencialidades y limitaciones. El conocimiento de esa realidad les permite, además, reflexionar, planificar y ejecutar acciones tendientes a la mejora y transformación significativa de aquellos aspectos que requieren cambios; por lo tanto, favorece la toma de conciencia, la asunción de acciones concretas y oportunas para el empoderamiento, la movilización colectiva y la consecuente acción transformadora.

## **POBLACIÓN Y MUESTRA**

La población: de acuerdo a lo expresado por Sabino, "es un conjunto de elementos (personas instituciones, etc.) concordantes entre sí, en cuanto a una serie de características de los cuales se desea obtener alguna información." (Sabino, C. 1996, p. 118). Para efecto de esta

investigación, la población es el número total de elementos que la conforman, en este caso la Institución Educativa María Inmaculada.

La Muestra definida por Sabino, C. (1996), es un "subconjunto representativo de un universo o población." (p. 118). En esta investigación está representada, en primera instancia, por los Estándares Básicos de Competencias, Lineamientos Curriculares y las planeaciones de las áreas de Ciencias Sociales, Ética y Valores, debido a que son estas áreas las que tienen que ver, de manera más directa con la formación social, actitudinal, axiológico del ser humano. En segunda instancia, la muestra está constituida por 5 Docentes y 3 estudiantes de cada grado de Sexto a Noveno, con quienes se pretende realizar las actividades de indagación debido a que es en esta etapa de desarrollo del ser humano donde toma mayor fuerza la vida social. En consecuencia, los adolescentes experimentan más independencia y liderazgo, con ello se exponen a los retos que implica el encuentro con el otro, en ocasiones gratificante en otros momentos con situaciones de segregaciones, discriminación, bullyn, lo que puede afectar su autoestima y la de los demás.

## **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**

### **TÉCNICAS**

En primer lugar, se utiliza la técnica de **Análisis de Información Documental** que permite el estudio de documentos de una forma sistemática y objetiva. En este caso se busca estudiar los Estándares, Lineamientos dados por el Ministerio de Educación Nacional y los planes de estudios, documentos producidos por los docentes de las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales, de tal manera que se indague sobre la práctica del autocuidado pensadas por los

docentes encargados, desde la planeación, para llevar al aula. Ver Matriz de Análisis de documentos.

## MATRIZ ANÁLISIS DE DOCUMENTOS

### LINEMIENTOS CURRICULARES, ESTANDARES BASICOS Y PLANES DE ESTUDIO

**OBJETIVO:** Rastrear cómo se aborda la formación para el autocuidado el cuidado del otro y el cuidado del entorno desde los Lineamientos, Estándares y planes de Estudio de Ética y valores y ciencias sociales de la Institución educativa María Inmaculada.

DOCUMENTO	TOPICOS	CATEGORIAS	ESTADO
<b>LINEAMIENTOS CURRICULARES ETICA Y VALORES</b>	¿Cómo se aborda la formación para el autocuidado desde:	Cuidado del cuerpo (salud, adicciones)	
		Auto-reconocimiento (autoestima, proyecto de vida)	
		Hábitos saludables (de lectura, deporte, grupos juveniles.)	
	¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del otro desde:	Relación con el otro	
		Vocabulario adecuado	
		Uso adecuado de las redes sociales	
	¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del entorno desde:	Sentido de pertenencia (identificarse como parte de la comunidad, conocer las normas de ésta, cuidado de la naturaleza y los enseres)	

La segunda técnica hace parte de las Técnicas Interactivas de Investigación Social Cualitativa, propuesta desarrollada por un equipo de investigación liderado por Beatriz Elena García Chacón, en la Fundación Universitaria Luis Amigó(2002). La técnica concreta elegida es **Árbol de Problemas** que permitió, mediante interacción con la población objeto de estudio, leer la percepción de la problemática de la cual se ocupa esta investigación y dar nuevo sentido y comprensión a la misma; así, mediante una construcción colectiva, se logró recoger las percepciones sobre las situaciones que afectan la convivencia escolar, además de reconocer causas y posibles soluciones, para intervenir pedagógicamente el autocuidado como una forma de construir sana convivencia.

En la aplicación de la técnica cada participante recibe un texto que narra una situación problemática presentada en la institución y ubicada en el tronco del árbol del problema, en la raíz los participantes del taller ubican las causas que generan dicho conflicto, en las ramas las reacciones y acciones de los Docentes, Coordinador y compañeros ante la situación planteada. Por último, cada participante observa todo el contenido de los árboles y se abre un conversatorio para dar alternativas y posibles soluciones a dicha problemáticas. Ver descripción de la actividad realizada en el **ANEXO N° 4**

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES  
PARA EL PROCESO DE INVESTIGACION**

ACTIVIDAD	AGOSTO	SEPT	OCT	NOV	DIC	ENE- ABRIL
	Año 2016					Año 2017
Elaboración de instrumentos para recolección de información	X					
Correcciones pertinentes del constructo		X				
Envío de instrumentos y correcciones		X				
Aplicación de instrumentos				X		
Análisis documental de los planes de estudio			X			
Encuentro presencial y aclaración de dudas			X			
Sistematización de la información				X		
Consolidación de la propuesta.						X

## **SEGUNDA PARTE**

### **SISTEMATIZACIÓN DE INFORMACIÓN**

#### **INFORMACIÓN QUE SE REQUERÍA OBTENER**

Mediante la técnica Análisis de Información Documental se recogió información sobre la formación para el autocuidado, conocimiento sobre sí mismo, la relación con el otro y con el entorno, desde lo expresado en los Planes de Estudio de Sexto a Noveno de Ética y Valores, Ciencias Sociales de la IEMI, los Lineamientos Curriculares y Estándares Básicos de Competencia del MEN.

Con la Técnica Interactiva de Investigación Social Árbol de Problemas, se indagó sobre las reacciones de estudiantes, docentes y coordinador ante situaciones de conflicto, como situaciones donde se evidencia el cuidado de sí y del otro, presentadas en la institución Educativa María Inmaculada, se tomó como muestra representativa tres estudiantes de cada grupo de los grados Sexto a Noveno, y 5 docentes.

## **INFORMACIÓN RECOGIDA**

En efecto, se evidenció que tanto en los Lineamientos Curriculares, como desde los Estándares Básicos de Competencias del área de Ética y Valores se aborda la formación para el autocuidado, el autocontrol y la autoestima, que son primordiales en el desarrollo como persona y para la elaboración y consolidación del proyecto de vida. En el segundo documento (EBC) se resalta la importancia de la formación de la identidad y sentido de pertenencia (pág. 2) a si mismo pretende formar en las relaciones con el otro, haciendo uso de la tolerancia y el respeto mutuo, reflejada en la comunidad educativa.

Se destaca así que uno de los principios del Ministerio de Educación Nacional desde los Lineamientos es fomentar en el estudiante habilidades propias de convivencia y formar personas capaces de vivir y convivir en sociedad, (Pág. 48). Por su parte, el plan de estudios de Ética y Valores de la Institución Educativa María Inmaculada en estos aspectos busca en sí el bienestar integral de los educandos donde asuman su realidad y la importancia de ser protagonista de su propia formación, relaciones interpersonales y del entorno; no obstante, estas intencionalidades no se reflejan de manera contundente en las actividades cotidianas de clase.

Con base en lo anterior, se resalta la importancia de la labor del docente, pues se considera que es éste, a través de su labor pedagógica, el encargado de brindar herramientas, estrategias y orientaciones para que el estudiante construya su propia identidad y se vea

reflejado en su actuar en colectividad, como miembro activo de una familia, comunidad, sociedad pluricultural y globalizada.

El maestro o maestra es un ser comprometido con la transformación de la sociedad injusta, y quien con una metodología de preguntas y diálogo la convierte en una colectividad menos absurda. El maestro no impone su contenido, sino que busca junto con sus estudiantes temas de interés que los lleven a un aprendizaje mutuo por el camino de una educación. Paulo Freire (1969)

En ese mismo sentido, desde el área de Ciencias Sociales, los Lineamientos Curriculares y Estándares Básicos de Competencias coinciden y enfatizan en la formación de sujetos de derechos y deberes ( Lineamientos Curriculares pág. 13) que contribuyen a la realización de sí mismos y de la sociedad, capaces de tomar decisiones responsables y asumir sus consecuencias (Estándares Básicos de Competencia, 2006 p.127, 129); sin embargo, en esta área se nota una ruptura en el plan de estudios Institucional, puesto que en él no se encuentra estipulado dicho proceso formativo (ver anexo N° 3).

Es evidente que en relación con el cuidado de sí mismo, del otro y del entorno, se encuentra estipulada una formación que busca que el educando se apropie de la importancia de la conservación del medio ambiente, de la creación y cumplimiento de las normas que regulan la convivencia y asuma las diferencias como parte de la diversidad.

Por consiguiente, se constata que los Lineamientos Curriculares, Estándares Básicos de Competencia, buscan la formación de estudiantes y futuros ciudadanos más autónomos que desarrollen la capacidad de discernimiento como fundamento de una ética cívica orientada hacia la construcción de una sociedad civil más participativa, más justa y más solidaria.

Razones que, desde el punto de vista de las investigadoras, son los ejes fundamentales de la Ética y Valores aportando desde ellos a la construcción y fortalecimiento de relaciones más centradas en la preocupación por la educación de los niños, niñas y adolescentes, que se deberían ver plasmados de alguna manera en los planes de estudio institucionales.

Desde la Técnica Interactiva de Investigación Social, a través del Árbol de Problemas, en el caso número uno (ver anexo N° 4) se observa que los estudiantes asumen como algo normal comportamientos violentos, de agresión al otro, destrucción de enseres institucionales, en donde algunos prefieren hacer parte de estas situaciones y para otros es indiferente. Ante la situación planteada, los docentes y Coordinador intervienen con la indagación del origen de dicho comportamiento y emprenden procesos disciplinarios y compromisos.

Por otra parte, la situación planteada en el caso número dos (ver anexo N° 4), se encuentra que los estudiantes buscan cómo integrar al compañero e indagar por su actitud, pero por su falta de motivación y características individuales hace que se siga aislando. Entre tanto, los docentes y el Coordinador deben buscar estrategias que brinden herramientas de formación,

acompañamiento y seguimiento a las situaciones conflictivas o de agresión, para que los procesos no queden únicamente en términos disciplinarios sino del acto formativo como tal.

De igual manera, en el caso número tres (ver anexo N° 4) se visualiza que el tipo de comportamiento de un estudiante incide en los demás, o que afecta las relaciones interpersonales, el ambiente escolar y la sana convivencia. Es preciso, que los docentes y Coordinador lleven un proceso adecuado y pertinente con compromisos claros y evaluables.

Una vez recabada la información se infiere, de las posibles estrategias de soluciones expuestas por los participantes, la necesidad de brindar desde el plantel educativo espacios de ayuda psicológica y talleres, que contribuyan a mejorar y fortalecer los aspectos observables en su comportamiento y sana convivencia. Vincular a los padres de familia en los diferentes procesos que se desarrollan dentro de la institución, que permita una mayor solidez en el seguimiento y resultado de los compromisos adquiridos dentro y fuera de la institución.

### **SELECCIÓN DE INSUMOS PARA ESTRUCTURAR LA PROPUESTA**

De acuerdo a lo antes referido, en los diferentes documentos está plasmado cómo el facilitador debe apropiarse de los Lineamientos Curriculares y Estándares Básicos de Competencia emanados del MEN que enfatizan en la importancia de cuidarse, para así

orientar la formación académica del educando en relación con el autocuidado, sin embargo cabe destacar que falta seguimiento a estos aspectos.

Se puede manifestar que no se está dando cumplimiento a los lineamientos establecidos por el Ministerio de Educación en relación con el autocuidado, por consiguiente se sugiere realizar adaptaciones a los planes de estudio de las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales y velar por el cumplimiento de la formación en el autocuidado por parte de los entes responsables.

Se considera que para acompañar y evidenciar el cumplimiento y aplicabilidad de la formación en el autocuidado en los Planes de Estudio, se debe conformar una comisión de seguimiento, socialización y sensibilización a los docentes, donde se plantee la importancia de la formación integral de los estudiantes, para la vida, el cuidado de sí mismo, el de los demás, la institución y lo público.

Se resalta, entonces, la importancia de la creación de la cultura del autocuidado a través de estrategias de información, comunicación y educación, que permitan consolidar las relaciones interpersonales y que por ende se vean reflejados en el entorno, para la implementación de procesos ejecutados por los entes encargados ( Directivos y Comunidad Académica) ; es decir, no solo estrategias desde el áreas de Ética y Valores o Ciencias Sociales, es preciso implementar acciones colectivas que permeen la dinámica escolar, por consiguiente se plantea de la siguiente manera.

## **ESTRUCTURA DE LA PROPUESTA**

### **Título**

El cuidado de sí, para el cuidado del otro y del entorno

### **Objetivo**

Brindar herramientas para la creación de la cultura del autocuidado en la Institución Educativa María Inmaculada, a partir de la intervención a los planes de estudio de Ética y valores y Ciencias Sociales e involucrar a la comunidad educativa en el proceso de autocuidado, cuidado del otro y del entorno.

**Estrategia:** Trabajo en equipo para el cuidado de todos

### **Actividades**

#### **1. Etapa de sensibilización**

Pensada en tres fases, a través de las cuales se presentan a la comunidad elementos que contribuyan al reconocimiento de la cultura de autocuidado, que por ende se vea reflejado en el cuidado del otro y del entorno. En este proceso se desarrollarán diferentes actividades de constante observación, formación e información sobre el autocuidado, cuidado del otro y del entorno.

Las fases se estructurarán de la siguiente manera:

### **Primera fase: Cuidado de sí mismo**

Se asevera que el estudiante debe asumir un rol protagónico para cuidarse, valorarse, conocerse, manejar adecuadamente las emociones y la práctica de buenos hábitos saludables e implementación de la autoestima. Las acciones a realizar incluyen la elaboración de pendones, carteleras, buscar información de Internet, galería de imágenes, espejo decorado con mensajes que contribuyan a elevar la autoestima. Del mismo modo la elaboración y distribución de plegables informativos sobre: el lavado de las manos, la sana sexualidad, hábitos saludables y sana alimentación, el buen uso de los medios tecnológicos, redes sociales y charla sobre la importancia de querernos y valorarnos. Para la realización de este material se incluirán estudiantes de la Media como producto, bien las horas de alfabetización o de actividades evaluativas de áreas como Artística o Ética.

### **Segunda fase: Cuidado del otro**

Las estrategias a utilizar en este ciclo incluyen la elaboración de pendones, carteleras, imágenes, espejo de los valores que reflejo a los demás, charla sobre el autocontrol, concurso de mimos, obras de teatro y elaboración de parodias que impulsen y motiven el respeto por el otro y sus diferencias, la importancia del manejo adecuado de los conflictos y la aceptación de las normas como base fundamental para la sana convivencia.

### **Tercera fase:** Cuidado del entorno

En esta fase las actividades serán enfocadas en el cuidado de los elementos de la institución que contribuyan a impulsar el sentido de pertenencia a la misma, mediante la utilización de pendones, carteleras, taller: cuidemos el patrimonio de todos, premio al salón más ordenado, limpio y mejor decorado; promover la campaña de las tres R: reciclar, reutilizar y reducir.

## **2. Etapa de intervención**

Esta etapa contempla la realización de tres actividades clave: **talleres dirigidos a los estudiantes, charlas a los docentes y la creación de comunidad académica** como estrategia de reflexión y construcción de aportes y ajustes a los Planes de estudio de Ética y Valores y Ciencias Sociales.

### **Talleres**

Se orientarán dos talleres utilizando estrategias de Información, Educación y Comunicación, dirigidos a los estudiantes y organizados en dos sesiones. La **Primera Sesión** del taller es Autoestima y Autocuidado, en esta sesión se darán insumos que fortalezcan en el estudiante su autoestima y se percate de la importancia de auto cuidarse, así:

### **¡Un Día de cuidado en la vida de...! <sup>1</sup>**

Objetivo: Identificar las diferentes acciones de cuidado y autocuidado en el cotidiano de la rutina diaria del estudiante.

---

<sup>1</sup> Tomado de la guía para la promoción del cuidado y autocuidado en los colegios distritales pág 22, ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ.

## **La Segunda sesión** es el taller: **¡Mi cuerpo, mi primer territorio!**

En esta ocasión se lleva a cabo ejercicios de relajación además de incentivar los asistentes a reconocer la importancia de su cuerpo y el manejo adecuado de sus emociones, factores significativos para el autocuidado<sup>2</sup>.

### Objetivo

- Reconocer la importancia del cuerpo, las emociones y la espiritualidad, utilizando como herramienta para la reflexión ejercicios de danza.
- Reflexionar con respecto a lo corporal vinculado a lo emocional en diferentes contextos, analizando situaciones de la cotidianidad.

## **Charlas de sensibilización a docentes**

Este ciclo de encuentro llevará como nombre: “HABLEMOS DE AUTOCUIDADO EN LA INSTITUCIÓN” para hacer una introspección y autoevaluación sobre la labor como orientadores en el proceso de formación del autocuidado, cuidado del otro y del entorno brindado a los estudiantes.

Se programarán dos charlas, la **Primera** “autocuidado – autónomo” cuyo objetivo es dar una definición general del término y enfocarlo al mutuo autocuidado que debe tener la relación maestro – estudiante; esta charla será dirigida por la profesional Zuly Alejandra López. **Segunda charla:** “autocontrol” ella se centrará en el manejo de las emociones, saber poner límites en las acciones cotidianas y decisiones personales; para el desarrollo de ésta charla se pedirá el apoyo al psicólogo de la Institución Educativa María Inmaculada.

---

<sup>2</sup> Tomado de la guía para la promoción del cuidado y autocuidado en los colegios distritales pág 26 – 27, ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ<sup>2</sup>

## **Creación de la Comunidad Académica**

Es quizá la estrategia fundamental de la presente propuesta, se espera abrir los encuentros con un objetivo preciso, la revisión de las planeaciones de las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales, se espera conformar este equipo con dos representantes de la sección primaria y dos de la sección secundaria, que permitan fortalecer y adaptar las mallas curriculares.

Este ejercicio se concibe como una primera oportunidad de convocar a un equipo de docentes para discutir y construir saber pedagógico; una vez cumplida la primera tarea (intervenir las planeaciones de las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales) se espera que este colectivo, ojalá ampliado, pueda conformarse como una comunidad de maestros que comparten y crean conocimiento a través de su saber y experiencia.

## **EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS A MANERA DE PILOTAJE**

Se ha iniciado la primera fase de la etapa de la sensibilización y de manera simultánea la etapa de intervención, con la estrategia de observación, formación e información. Se ha socializado a la comunidad educativa los objetivos del proyecto para involucrarlos de manera activa en cada una de las acciones encaminadas al logro del mismo.

Al momento se han realizado, de la primera etapa actividades de la primera fase: cuidado se sí mismo; de la segunda etapa, una charla con docentes: “Hablemos de autocuidado en la institución. Estas actividades han sido evaluadas con la Comunidad participante, de sus apreciaciones se ha recogido la siguiente información.

**PERTINENCIA:** Es pertinente porque responde a una necesidad sentida de la Institución Educativa María Inmaculada y aporta espacios de reflexión, compartir experiencias y crecimiento personal en la comunidad educativa, para el fortalecimiento del amor a sí mismo, como elemento indispensable para el desarrollo humano y la convivencia con sus semejantes y su entorno.

**COHERENCIA:** La propuesta es coherente porque tiene un proceso que se va desarrollando simultáneamente donde se mezcla lo teórico con lo práctico, dando respuesta a los Lineamientos Curriculares y Estándares Básicos de Competencia de las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales de educar para la vida, con capacidad de establecer buenas relaciones y ser responsables de sus propias decisiones.

**VIABILIDAD:** Es viable porque contamos con el recurso humano conformado por los estudiantes, docentes y comunidad educativa en general; además con una planeación de la propuesta encaminada a subsanar las situaciones evidenciadas de falta de autocuidado, cuidado del otro y del entorno dentro de la Institución Educativa.

**CREATIVIDAD:** En el desarrollo de ésta propuesta se utilizaron diversas estrategias dinámicas, novedosas y lúdicas con miras a dar respuesta a los objetivos planteados e integrar a la comunidad educativa en general.

**IMPACTO EN LA INSTITUCIÓN:** Es una propuesta que promueve el trabajo en equipo, estrategia fundamental como lo es la comunidad académica; su conformación permite crear canales entre sí de comunicación e intercambio de experiencias y conocimientos, fortaleciendo desde las directrices del MEN las planeaciones Institucionales, de las áreas de Ética y Valores y Ciencias Sociales.

**ACEPTACIÓN POR PARTE DE LA COMUNIDAD:** Se infiere que la comunidad educativa ha mostrado aceptación positiva a la propuesta con su receptividad, acogida y participación en las actividades realizadas; puesto que permiten un progreso significativo en el ambiente escolar desde el cuidado de sí mismo , del otro y del entorno.

## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES



DESCIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	FECHA /HORA/ LUGAR	RECURSOS	OBSERVACIONES
Sensibilización Primera Fase: cuidado de sí mismo	Año lectivo 2017 Institución Educativa María Inmaculada.	Pendón, carteleras, Internet, imágenes, espejo de autoestima, plegables informativos sobre: el lavado de las manos, la sana sexualidad, hábitos saludables y sana alimentación, el buen uso de los medios tecnológicos y redes sociales.	Se programa cambiar la información de carteleras y pendón cada dos meses las demás se fijarán en los lugares respectivos.
	Septiembre 15 del 2017 Cancha cubierta María Inmaculada.	Charla sobre la importancia de querernos y valorarnos.	Se buscará apoyo en la pastoral educativa de la Vicaría.
Segunda Fase: cuidado del otro	Año lectivo 2018 Institución Educativa María Inmaculada.	Pendón, carteleras, imágenes, espejo de los valores que reflejo.	El material de constante observación será expuesto por término de dos meses calendario.
	Durante el mes de Mayo con previa distribución. Institución Educativa María Inmaculada.	Charla sobre el autocontrol,	Se invita al psicólogo del Colegio a desarrollar dicha charla por grados.
		Concurso de mimos, obras	Se integran a los docentes de las áreas

<p>Tercera Fase: cuidado del entorno</p>	<p>Octubre 25 – 26 de 2018 en la cancha cubierta de la Institución Educativa María Inmaculada.</p> <p>Año lectivo 2019 Institución Educativa María Inmaculada.</p> <p>Junio 21 de 2019 Institución Educativa María Inmaculada.</p> <p>Abril 26 de 2019 Institución Educativa María Inmaculada.</p> <p>Durante todo el año escolar, en la Institución Educativa María Inmaculada.</p>	<p>de teatro y elaboración de parodias.</p> <p>Pendón, carteleras, imágenes, Premio al salón más ordenado, limpio y mejor decorado.</p> <p>Taller: cuidemos el patrimonio de todos,</p> <p>Promover la campaña de las tres R: reciclar, reutilizar y reducir.</p>	<p>de ética y valores, artística y ciencias sociales. La participación será por grados.</p> <p>Cada dos meses será cambiado el material de información y formación.</p> <p>Se exaltará cada semestre al salón donde se vea reflejado su cuidado y conservación.</p> <p>Vincular a un profesional de la fundación Orinoquía. Se tendrá en cuenta a los estudiantes que muestren más motivación en el desarrollo de las actividades planeadas.</p>
<p>Talleres Primera sesión: “Autoestima y Autocuidado”</p> <p>Segunda sesión: “Mi cuerpo, mi primer territorio”</p>	<p>Marzo 06 de 2017 10:00 am – 12 m Institución Educativa M.I</p> <p>Abril 26 de 2017 6:30am – 7:30 am Institución Educativa M.I</p>	<p>Estudiantes de los grados octavo de la Institución educativa. Internet, Invitación al taller, hojas de colores, bolígrafos, cinta pegante.</p> <p>Estudiantes de los grados novenos de la Institución educativa. Invitación al taller, música de fondo, equipo de</p>	<p>Este grupo de estudiantes será el equipo multiplicador de la actividad de sensibilización.</p> <p>En un primer momento se dirigirá al grado noveno, posteriormente con los grados séptimos y sextos.</p>

<p>Charla de Sensibilización a docentes  “HABLEMOS DE AUTOCAUIDADO EN LA INSTITUCIÓN”  Primera charla: “autocuidado – autónomo”</p> <p>Segunda charla: “autocontrol”</p> <p>CREACIÓN DE LA COMUNIDAD ACADÉMICA.</p>	<p>Abril 05 de 2017  3:00 pm – 5:00 pm  Institución Educativa M.I</p> <p>Agosto 23 de 2017  3:30 – 5:00 p.m  Institución Educativa M.I</p> <p>Año 2018  Planeación Institucional de Enero</p>	<p>sonido.</p> <p>Equipo docente de la Institución educativa y cinco estudiantes del grado décimo.  Invitación al taller.  Diapositivas, proyector, fuchi, bombas.</p> <p>Equipo docente de la Institución educativa.  Invitación al taller.  Diapositivas, proyector.</p> <p>Docentes de la Institución educativa María Inmaculada, planeaciones, matriz de análisis documental.</p>	<p>Se pedirá activa participación en el desarrollo de la actividad a los participantes, dirigido por la profesional de apoyo de la Secretaría de Educación Zuly Alejandra López.</p> <p>Se contará con el apoyo del Psicorientador para enriquecer este proceso formativo.</p> <p>Se contará con el apoyo y aprobación del ente Directivo de la Institución Educativa María Inmaculada.</p>
---	---	---	---

## **APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO**

Desde la interacción, tanto con la información documental, como desde los encuentros con la población, se presentan como reflexiones:

La institución Educativa María Inmaculada requiere apropiarse de procesos académicos en relación con el autocuidado, para la transformación en sus prácticas pedagógicas y educativas sobre el tema, esto es responsabilidad tanto de docentes orientadores de las áreas implicadas, como del colectivo de maestros, incluida la parte directiva.

Para efectos de comenzar a definir estrategias que potencien la construcción de planes y prácticas que den cuenta del cumplimiento de las directrices y políticas del Ministerio de Educación Nacional, es necesario analizar y replantear cómo se está aplicando a la formación del autocuidado para hacer los ajustes pertinentes.

Para concluir, se presenta un escenario de apertura de múltiples ámbitos de diálogos y debates sobre la formación del autocuidado, cuidado del otro y del entorno,

desde las diferentes áreas y niveles, donde se deben involucrar Docentes, estudiantes y comunidad educativa, en general que permita la sana convivencia y los debidos procesos.

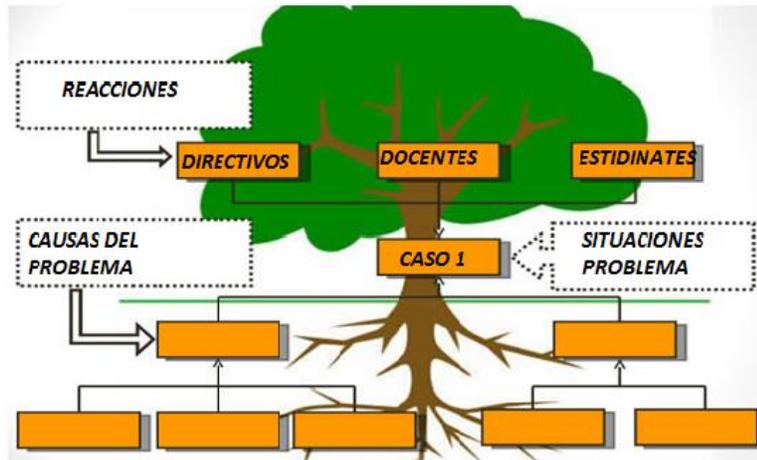
## RECOMENDACIONES

- Se hace necesario convertir en acciones concretas, tanto desde las directrices administrativas, como desde lo curricular y didáctico la formación del autocuidado, cuidado del otro y del entorno, desde las diferentes áreas y niveles de formación; en ello se deben involucrar docentes, estudiantes y comunidad educativa, en general que permita la sana convivencia y los debidos procesos.
- Lo anterior implica retomar la reflexión sobre el currículo en términos de ponerlo al servicio de las necesidades del entorno, así las áreas de formación deben trascender los conocimientos disciplinares y ocuparse de la formación de sujetos que conformarán la sociedad de la nueva generación.
- Se recomienda continuidad y desarrollo de las **actividades propuestas** en beneficio del autocuidado, cuidado del otro y del entorno, para contribuir a la formación Integral de los estudiantes y de toda la comunidad educativa en general, pues estamos hablando de formación ciudadana.
- Igualmente, se destaca la importancia de la conformación de la **Comunidad Académica** como ente dinamizador, y quien debe fomentar la implementación y cambios a realizar a las planeaciones de Ética y Valores y Ciencias Sociales, eje central de esta investigación

## ANEXO N° 1

### POSIBLES CAUSAS QUE INCIDEN EN EL ESTUDIANTE

#### ÁRBOL DE PROBLEMAS



**Objetivo:** Indagar las reacciones de diferentes miembros de la comunidad educativa ante situaciones de conflicto.

#### Descripción de la aplicación del instrumento

Se convoca a 17 estudiantes y 5 docentes, de acuerdo a las características de la muestra precisada en la pág. 47

#### Desarrollo de la técnica

Primer momento: (10 minutos). Dinámica de presentación: cada uno dice su nombre y grado y en el caso de Docente Dirección de grupo.

Explicación del propósito de ésta actividad: recoger las percepciones sobre el manejo de conflictos dentro de la institución Educativa y sugerir aportes que contribuyan a buenas prácticas de autocuidado, cuidado del otro y del entorno.

Desarrollo de la técnica: Para iniciar se hace entrega a cada participante de un texto que narra una situación problemática elaborada previamente con circunstancias vivenciadas en el colegio, para leerlos de forma individual.

Segundo momento: (20 minutos). Una vez leído el texto correspondiente Ver anexo N° 4 (tres situaciones diferentes), cada participante escribirá en una tarjeta color amarillo las causas de este conflicto y la ubicará en la raíz del árbol de problemas enumerado para tal situación previamente elaborada.

Esta misma dinámica la hará en una tarjeta color verde en la cual escriba la reacción y acciones de los maestros ante la situación; de igual manera en una tarjeta color naranja se pondrá las acciones y reacciones del Coordinador, y color rojo los compañeros. Cada tarjeta se ubicará en el árbol en una rama diferente según el ente al que corresponda.

Tercer momento: (20 minutos). Al finalizar la construcción de los árboles (uno por situación escrita) se invita al grupo a que observen las respuestas de todos y se abre un conversatorio donde se solicita a los participantes ideas o sugerencias sobre posibles soluciones a la problemática presentada.



Foto N° 1 Tomada por Sandra Trujillo, Aplicación del instrumento árbol de problemas.



## ANEXO N° 2

### INSTRUMENTO DE SISTEMATIZACIÓN DE INFORMACIÓN

#### MATRIZ ANÁLISIS DE DOCUMENTOS

#### LINEAMIENTOS CURRICULARES, ESTÁNDARES BÁSICOS Y PLANES DE ESTUDIO

**OBJETIVO:** Rastrear cómo se aborda la formación para el autocuidado el cuidado del otro y el cuidado del entorno desde Ética y Valores

DOCUMENTO	TOPICOS	CATEGORIAS	ESTADO
LINEAMIENTOS	¿Cómo se aborda la formación para el autocuidado desde:	Cuidado del cuerpo (salud, adicciones)	.
		Auto-reconocimiento (autoestima, proyecto de vida)	<b>Conciencia, confianza y valoración de sí mismo</b> El otro, referido a la valoración o enjuiciamiento que se hace de ese autoconocimiento. La confianza en sí mismo y la autoestima, (Pág. 46)  <b>Proyecto de vida buena y búsqueda de la felicidad</b> Autoconocimiento del cuerpo, de las propias sensaciones, gustos, deseos, saberes, habilidades, dificultades, etc. ( Pag 47)

<b>CURRICULARES ETICA Y VALORES</b>		Hábitos saludables (de lectura, deporte, grupos juveniles.	
	¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del otro desde:	Relación con el otro	<p><b>Ethos para La Convivencia</b> A través de diferentes actividades, se propiciará en los estudiantes el desarrollo de las habilidades propias para convivir con los otros.(Pág. 48)</p> <p>Es necesario facilitar la integración de los estudiantes buscando desarrollar en ellos actitudes de cooperación, preocupación y cuidado por los otros.</p>
		Vocabulario adecuado	<p><b>Sentimientos de vínculo y empatía</b> La educación en los sentimientos morales deberá tener como objetivos el lograr que los estudiantes reconozcan sus propios sentimientos y los que pueden sentir los otros, se sensibilicen frente al dolor y la humillación ajena, y reaccionen frente a las injusticias sociales. ( Pág., 54)</p>
		Uso adecuado de las redes sociales	
	¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del entorno desde:	Sentido de pertenencia (identificarse como parte de la comunidad, conocer las normas de ésta, cuidado de la naturaleza y los enceres)	<p><b>Identidad y sentido de pertenencia</b> La escuela deberá apoyar este proceso de construcción individual y social de identidades, que frente a una sociedad fragmentada, se traduce en problemas de identidad y en las formas tan dispares y contradictorias de entender nuestro sentido de pertenencia. La educación ética moral deberá ayudar a aclarar nuestro proyecto ético, abordando las diferentes tradiciones que nos han permitido construirnos como entidad social y como individuos.( Pág. 50)</p>

## MATRIZ ANÁLISIS DE DOCUMENTOS

### LINEAMIENTOS CURRICULARES, ESTÁNDARES BÁSICOS Y PLANES DE ESTUDIO

**OBJETIVO:** Rastrear cómo se aborda la formación para el autocuidado el cuidado del otro y el cuidado del entorno desde Ética y Valores

DOCUMENTO	TOPICOS	CATEGORIAS	ESTADO
<p align="center"><b>PLAN DE ESTUDIO ETICA Y VALORES</b></p>	<p>¿Cómo se aborda la formación para el autocuidado desde:</p>	Cuidado del cuerpo (salud, adicciones)	Valoro mi cuerpo y el de los demás. Pág. 7
		Auto-reconocimiento (autoestima, proyecto de vida)	Se descubre como persona en constante cambio haciéndose el primer agente de su formación (Pág. 1)  Cuestiona su actuar para Comprender la importancia de convivir en sociedad sanamente a través de las relaciones interpersonales con los miembros de la comunidad educativa. Pág. 3  Identidad y sentido de pertenencia. Pág. 2  Proyecto de vida buena y búsqueda de la felicidad. Pág. 2  El autocontrol. Pág. 3  Se confronta con su estilo de vida para llevarla a interrogarse por el sentido que le está dando en el diario vivir. Pág. 12
		Hábitos saludables (de lectura, deporte, grupos juveniles.)	Comprende el significado de grupo juvenil. Pág.2  Participa con interés en algún grupo juvenil. Pág. 2
	¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del otro desde	Relación con el otro	<b>COMPETENCIA DE GRADO</b> Fortalece su condición como persona que cuida de sí misma y que pertenece a diferentes grupos sociales para que dentro de ellos propenda por el respeto y la protección de los derechos humanos y del bienestar

	:		<p>común.</p> <p>Identifica la importancia de proyectarse a los demás para asumir actitudes de cooperación, ser capaz de vivir en sociedad a través de la ética y moral. Pág. 2</p> <p>Conoce y asume su estilo de relaciones con los otros para evitar enfrentarse y herir a sus compañeros. Pág. 1</p> <p>Promueve ideas que permiten fomentar la convivencia a través de las relaciones interpersonales con los miembros de la comunidad educativa. Pág. 3</p> <p>Conoce algunos procesos y técnicas de mediación de conflictos. Pág. 7</p>
		Vocabulario adecuado	<p>COMPETENCIA PROPOSITIVA</p> <p>Trata con amabilidad y cultura a las personas que lo rodean. (Pág. 2)</p>
		Uso adecuado de las redes sociales	
	¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del entorno desde:	<p>Sentido de pertenencia (identificarse como parte de la comunidad, conocer las normas de ésta, cuidado de la naturaleza y los enceres)</p>	<p>Participa en campañas: “Quiero a mi colegio” Pág. 1</p> <p>Expresa su sentido de pertenencia a la institución en el respeto a la comunidad, a las normas y la participación activa en los diferentes eventos. Pág. 10.</p> <p>Valora y expresa su sentido de pertenencia a la Institución en su forma de comportarse con todos los que conforman la comunidad educativa. Pág. 1</p>

**ANEXO N° 3**

**MATRIZ ANÁLISIS DE DOCUMENTOS**

**LINIAMIENTOS CURRICULARES, ESTANDARES BASICOS Y PLANES DE ESTUDIO**

**OBJETIVO:** Rastrear cómo se aborda la formación para el autocuidado, el cuidado del otro y el cuidado del entorno desde los estándares de ciencias sociales.

<b>DOCUMENTO</b>	<b>TOPICOS</b>	<b>CATEGORIAS</b>	<b>ESTADO</b>
<p><b>ESTÁNDARES</b> <b>CIENCIAS SOCIALES</b></p>	<p>¿Cómo se aborda la formación para el autocuidado desde:</p>	<p>Cuidado del cuerpo (salud, adicciones)</p>	<p>Tomo decisiones responsables frente al cuidado de mi cuerpo y de mis relaciones con los demás (drogas, relaciones sexuales...). Pág. 127</p>
		<p>Auto-reconocimiento (autoestima, proyecto de vida)</p>	
		<p>Hábitos saludables (de lectura, deporte, grupos juveniles.)</p>	
	<p>¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del otro desde:</p>	<p>Relación con el otro</p>	<p>Asumo una posición crítica frente a situaciones de discriminación (etnia, género...) y propongo formas de cambiarlas. Pág. 127.</p> <p>Participo en la construcción de normas para la convivencia en los grupos a los que pertenezco (familia, colegio, organización juvenil, equipos deportivos...) Pág. 127.</p> <p>Apoyo a mis amigos y amigos en la toma responsable de decisiones sobre el cuidado de su cuerpo Pág. 127.</p> <p>Reconozco que los derechos fundamentales de las personas están por encima de su género, su filiación política, religión, etnia...Pág. 129</p>

			Asumo una posición crítica frente al deterioro del medio ambiente y participo en su conservación Pág. 129.
		Vocabulario adecuado	
		Uso adecuado de las redes sociales	
	¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del entorno desde:	Sentido de pertenencia (identificarse como parte de la comunidad, conocer las normas de ésta, cuidado de la naturaleza y los enceres)	<p>Comparto y acato las normas que ayudan a regular la convivencia en los grupos sociales a los que pertenezco. Pág. 127.</p> <p>Asumo una posición crítica frente al deterioro del medio ambiente y participo en su protección Pág. 127.</p>

## MATRIZ ANÁLISIS DE DOCUMENTOS

### LINIAMIENTOS CURRICULARES, ESTANDARES BASICOS Y PLANES DE ESTUDIO

**OBJETIVO:** Rastrear cómo se aborda la formación para el autocuidado el cuidado del otro y el cuidado del entorno desde los lineamientos del área de Ciencias sociales.

DOCUMENTO	TOPICOS	CATEGORIAS	ESTADO
<b>LINEAMIENTOS CURRICULARES DE CIENCIAS SOCIALES</b>	¿Cómo se aborda la formación para el autocuidado desde:	Cuidado del cuerpo (salud, adicciones)	<p>Pueden por su globalidad ser analizados y trabajados de muchas formas y desde diferentes ámbitos del conocimiento (disciplinas), facilitando encuentros de integración que posibilitan diversas miradas a la realidad social. pág. 31</p> <p>Permiten aprendizajes valiosos, facilitando la ilustración de las y los estudiantes respecto al modo de cambiar sus vidas y acceder a una nueva comprensión de la arqueología de su ser, teniendo en cuenta sus condiciones objetivas y subjetivas, sociales y personales. pág. 32</p>
		Auto-reconocimiento (autoestima, proyecto de vida)	<p>Propiciar que las personas conozcan los derechos que tienen y respeten sus deberes. pág. 13</p> <p>Las personas como sujetos de derechos y la vigencia de los derechos humanos (eje 2) pág. 38</p> <p>Debe posibilitar el construirse como sujeto y ciudadano de derechos y deberes, contribuyendo a la realización de sí mismos y de la sociedad. pág. 39.</p> <p>Competencias intrapersonales (o valorativas): entendidas como la capacidad de reflexionar sobre uno mismo, lo cual permite descubrir, representar y simbolizar sus propios sentimientos y emociones. Pág. 45</p> <p>Igualmente, es necesario aclarar que, a nivel operativo, las competencias intra e interpersonales facilitan y mejoran los</p>

			<p>procesos de aprendizaje, como lo han demostrado distintos estudios.</p> <p>Dichos estudios muestran cómo las barreras afectivas impiden prácticamente en su totalidad los procesos de interacción en el aula, y, además, evidencian una alta correlación entre la disposición para aprender (perseverancia, tenacidad, tolerancia, fracaso, autoimagen positiva) y la adquisición de competencias. Pág. 45</p>
		Hábitos saludables (de lectura, deporte, grupos juveniles.)	
	¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del otro desde:	Relación con el otro	<p>En otras palabras, lo que se afirma, es que el fin último de la educación es el conocimiento, la comprensión y capacitación, para vivir activamente en el mundo e interactuar con calidad en él; planteamiento este que históricamente es inherente a las Ciencias Sociales, porque estas dimensiones han sido y son asociadas a este campo del conocimiento. Pág. 13</p> <p>Formar hombres y mujeres que participen activamente en su sociedad con una consciencia crítica, solidaria y respetuosa de la diferencia y la diversidad existentes en el país y en el mundo. pág. 13</p> <p>Facilitan miradas alternas sobre la realidad, para propiciar transformaciones en todo aquello que impida el desarrollo del individuo y la sociedad. Pág. 37</p> <p>La defensa de la condición humana y el respeto por su diversidad (eje1) pág. 38</p> <p>Conflicto y cambio social (eje 8) pág. 38</p> <p>Desarrollen procesos de atención, observación, imaginación, sensibilidad ante las vivencias emocionales y conflictos que surjan. pág. 50</p>
		Vocabulario adecuado	
		Uso adecuado de las redes sociales	Proporcionan flexibilidad, porque no delimitan un camino por seguir, abriendo la posibilidad de analizar tanto lo local como

	<p>¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del entorno desde:</p>	<p>Sentido de pertenencia (identificarse como parte de la comunidad, conocer las normas de ésta, cuidado de la naturaleza y los enceres)</p>	<p>lo nacional y lo global. pág. 31</p> <p>Permiten además, estudiar conceptos básicos de las disciplinas sociales, creando mayor significación y comprensión en el conocimiento de la problemática social por parte de las y los estudiantes pág. 31</p> <p>Facilitan la integración disciplinar, porque ellas no pueden resolverse desde un solo campo del conocimiento, sino que exigen ubicarlas en distintas perspectivas y en interacciones con varias disciplinas, para poder plantear alternativas abiertas de solución pág. 33</p> <p>La conservación del ambiente (eje 3) pág. 38</p> <p>Nuestro planeta tierra, casa común de la humanidad (eje 5) pág. 38</p> <p>Las competencias, deben procurar un actuar ético, eficaz y personalmente significativo, sobre aspectos de la realidad social, natural, cultural e individual. pág. 45</p>
--	--	--	--

## MATRIZ ANÁLISIS DE DOCUMENTOS

### LINEMIENOS CURRICULARES, ESTANDARES BASICOS Y PLANES DE ESTUDIO

**OBJETIVO:** Rastrear cómo se aborda la formación para el autocuidado el cuidado del otro y el cuidado del entorno desde la malla curricular de Ciencias sociales.

DOCUMENTO	TOPICOS	CATEGORIAS	ESTADO
MALLA CURRICULAR CIENCIAS SOCIALES	¿Cómo se aborda la formación para el autocuidado desde:	Cuidado del cuerpo (salud, adicciones)	
		Auto-reconocimiento (autoestima, proyecto de vida)	
		Hábitos saludables (de lectura, deporte, grupos juveniles.)	
	¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del otro desde:	Relación con el otro	Respeta las diferentes posturas frente a los fenómenos sociales con el fin de llegar a acuerdos a través del dialogo (Grado sexto fila 16)
		Vocabulario adecuado	
		Uso adecuado de las redes sociales	
	¿Cómo se aborda la formación para el cuidado del entorno desde:	Sentido de pertenencia (identificarse como parte de la comunidad, conocer las normas de ésta, cuidado de la naturaleza y los enceres)	Participa en la construcción de normas de convivencia para los grupos a los que pertenece. (Familia, colegio, grupo deportivo). Utilizando como técnicas charlas, mesas redondas. (Grado sexto fila 52)  Asume una posición crítica frente a la vulneración de los derechos humanos, con el fin de promover su respeto y protección, a través de prácticas de convivencia. (Grado octavo fila 15)

**ANEXO N° 4**  
**DIEGO**

**1**

A continuación presentamos un caso muy poco común, al cual referimos un joven que lleva por nombre Diego, una vez observado y realizado un seguimiento podemos demostrar que es un niño hiperactivo puesto que es uno de lo más concurrente en cuanto a (INDISCIPLINA). No es sorpresa que a diario esté involucrado en distintas riñas, disputas o que lo sorprendan deteriorando los bienes de la institución, cuando se encuentra en pleitos y disputas lo llevan a coordinación, como en aquella oportunidad del día jueves que Jugando en el salón con un balón dañó el cielo raso, posteriormente tomó el icopor lo volvió trizas con sus pies, y lo esparció por todo el salón, afectando a Nicolás, uno de sus compañeros que sufría ataques de asma.

Como son reiteradas las ocasiones que realiza algo indebido, son citados sus padres, van más de una vez al colegio por sus múltiples citaciones, donde se realizan acuerdos con ellos en relación a su representado, sin embargo lo que realiza el joven ya a nadie le sorprende, una de las tantas es en los cambios de clase, que es momento oportuno en que Diego aprovecha para cerrar la puerta de su salón y dejar a sus compañeros por fuera, dando inicio a un forcejeo que afortunadamente no ha trascendido a ninguna lesión física, pero la puerta ha sufrido tantos daños que está averiada y a punto de caerse.

Cuando es sorprendido deteriorando los bienes institucionales solo le dicen “TU LO PAGARÁS”, esta frase era seguida múltiples veces por un “SI SEÑOR PROMETO NO VOLVERLO A HACER”, la verdad esta frase ya estaba gastada pues al día siguiente

se le veía muy tranquilo rayando las paredes o cogiendo no solo su pupitre sino que también el de los demás a golpes, haciendo caso omiso a las promesas adquiridas.

En otras ocasiones se le ha llamado la atención por encontrarlo, golpeando los árboles donde apenas los frutos se están gestando, y además deja el desorden en el patio.

A pesar de los procesos adelantados por parte de coordinación, Diego continúa con las actitudes destructivas. Cabe destacar que de acuerdo con el seguimiento del estudiante sugerimos remitir al orientador de familia ya que ellos manejan otras herramientas más eficaces para los jóvenes con esa aptitud.

## **ALEJANDRO EL SOLITARIO.**

**2**

A continuación presentamos el segundo caso en cuestión, su nombre es Alejandro un adolescente muy introvertido, en muchas oportunidades se aísla, de sus compañeros y poco le gusta trabajar en grupo y cuando toca exponer prefiere sacar una mala calificación que atreverse a hablar en público, a pesar de los esfuerzos de sus docentes por motivarlo.

No es raro verlo en un rincón del patio o del salón jugando con un balón, mientras el resto de sus compañeros correteaban y jugaban con otros.

En cierta ocasión cuando estaba en Transición que se realizó una salida de campo, y la profe pidió que se tomaran de la mano de dos en dos; en aquella ocasión... casi... casi, llega a estar junto a un compañero, pero a pesar de ser veinte en el aula, al final terminó de la mano de la profe ya que ninguno lo llegó a acompañar.

En clase no era un genio, pero tampoco, era de los que le costara hacer sus tareas, acabándolas siempre a tiempo y aprobando todas las asignaturas. Sin embargo, cuando estudió Primaria, seguía siendo el niño más solitario del colegio, por mucho que sus maestros de vez en cuando cambiaban a los niños de mesa, él siempre se quedaba solo.

Cuando salían de excursión, el asiento de su acompañante siempre se quedaba vacío y nunca tuvo pareja para practicar los juegos en la clase de educación física.

Su padre y su madre tenían muy asumido que no era un chico popular y que la soledad era su única compañera; a pesar de haber hecho todos los intentos que estaban a su alcance para que su hijo fuese aceptado por el resto de los compañeros.

No era que sus compañeros le hicieran el vacío por alguna razón caprichosa. Lo hacían muy a pesar de ellos, ya que desde que estaba en Jardín se acercaban a él, lo primero que recibían era un gruñido, un empujón, un golpe, un sobrenombre o se daba la vuelta para que nadie pudiese estar a su lado.

En las excursiones ponía el pie en el asiento para impedir que alguien se sentara a su lado; o colocaba chinches... así como siempre se hacía el despistado o el sordo, en clase de Educación Física, para que no lo escogieran como compañero.

Hay personas como Alejandro, que no son amigas ni de ellas mismas, y por muchos esfuerzos que hagamos los demás, mientras no hagan ellas por cambiar, seguirán siendo unas eternas solitarias. Por consiguiente de acuerdo al seguimiento que hemos realizado al estudiante recomendamos ser remitido al departamento de orientación familiar para que así puedan escudriñar la realidad interna del estudiante y entender por qué su aptitud de esa manera.

## DANIELA Y SU MAL COMPORTAMIENTO

Por ultimo presentamos el tercer caso. Al colegio un día llegó al grado séptimo una niña llamada Daniela quien era alegre, extrovertida, estudiosa, de piel color canela, ojos grandes y negros que hacían una bonita combinación con su larga y negra cabellera; al comienzo se mostró muy amigable, colaboradora y respetuosa con sus compañeros, pero al pasar los días su comportamiento fue cambiando sorpresivamente, formó su grupo de amigas y de un momento a otro empezó a gritar, insultar y a tratar mal a sus compañeros, profesores y sobre todo a aquellos que le contradecían o le recriminaban su grosería y mal comportamiento.

Un día su amiga Valentina le sacó un dulce de su morral para comérselo y ella culpó a Mireya otra compañera de su curso, abusivamente Daniela fue a revisar la maleta de Mireya y encontró en ella una ropa interior que había olvidado sacar pues había estado en piscina el sábado anterior, Daniela sacó la ropa interior y empezó a mostrarla a todos los compañeros y a burlarse de Mireya y de su ropa, cosa que a Mireya no le gustó y la hizo enfadar mucho hasta llegar a expresar palabras soeces.

Otro día en la hora de descanso, la niña Salomé estaba sentada comiendo mango, pasó Daniela y a propósito hizo que se le cayera, al reclamarle Salomé lo recogió y con tono burlesco y atrevido se lo tiró y le dijo: “disculpe tome su pinche mango ja, ja, ja.” y le gusta molestar a Salomé puesto que es una niña callada y no es de peleas, en algunas ocasiones para referirse a ella lo hace con sinónimos de vaca, mal oliente, etc; en clase de Educación Física, le tiró el balón de Voleibol a una de sus compañeras con la que mantenía

discutiendo constantemente en el salón de clase, reincidiendo en su mal comportamiento e indisciplina.

Así pasaban los días y la niña Daniela se volvía cada vez más gritona, insultaba, gritaba a sus compañeros y a todo el que se le atravesara, citaban a la mamá al Colegio y junto con ella hacía compromisos de cambio de actitudes y comportamiento, pero por un tiempo los cumplía y luego volvía nuevamente a ser la misma de antes.

Pero su comportamiento seguía siendo el mismo a pesar de los reiterados compromisos suscritos por su representante y la alumna, nosotros como docentes tenemos un límite hasta donde llegar con el estudiante, se hace necesario remitir a la estudiante a ayuda psicológica.

## REFERENCIAS

Icaldía Mayor de Bogotá (2014). Guía para la promoción del cuidado y autocuidado en los colegios distritales. Bogotá: Neoartistas

Almeida Oswaldo (2013) Integración escuela comunidad como enfoque estratégico gerencial <http://www.monografias.com/trabajos93>

Begoña, M. (1992). Técnicas y métodos de investigación Cualitativa. Universidad de Coruña.

Blasco y Pérez (2007). Metodologías de investigación en las ciencias de la actividad física y el deporte. España. Disponible en [http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/enfoque\\_cualitativo.html](http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/enfoque_cualitativo.html)

Colombia. Congreso de la República. Ley 115. (08, febrero, 1994). Por la cual se expide la Ley General de Educación. Bogotá

Colombia. Congreso de la República. Ley 911. (05, octubre, 2004). Por la cual se dictan disposiciones en materia de responsabilidad deontológica para el ejercicio de la profesión de enfermería en Colombia; se establece el régimen disciplinario correspondiente y se dictan otras disposiciones. Bogotá.

Colombia. Congreso de la República. Ley 1098. (08, noviembre, 2006). Por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia. Bogotá.

Colombia. Congreso de la República. Ley 1355. (14, octubre, 2009). Por medio de la cual se define la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles asociadas a esta como una prioridad de salud pública y se adoptan medidas para su control, atención y prevención. Bogotá

Colombia. Congreso de la República. Ley 1616. (21, enero, 2013). Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones. Bogotá

Colombia. Congreso de la República. Ley 1751. (16, febrero, 2015). Declarada exequible por la corte constitucional mediante sentencia C- 634 de 2015. por medio de la cual se regula el derecho fundamental a la salud y se dictan otras disposiciones. Bogotá

Colombia. Congreso de la República. Ley 1620. (15, marzo, 2013). Por la cual se crea el sistema nacional de convivencia escolar y formación para el ejercicio de los derechos humanos, la educación para la sexualidad y la prevención y mitigación de la violencia escolar. Bogotá

Durkheim E, (1976).Educación como Socialización. Salamanca (España):Ed. Sígueme

González Lucini, f. (1993). Temas transversales y educación en valores. Madrid:  
Alauda

Laguna V. (2014) La comunidad de escuela como recurso educativo en el desarrollo  
de los programas escolares en vínculo con la vida <http://www.monografias.com/trabajos13>

Lledó, e. (2009). Ser quien eres. Ensayos para una educación democrática.  
Zaragoza: Prensas Universitarias de Zaragoza.

Martínez, M. 2004, (p.66). Epistemología y Metodología Cualitativa. Venezuela:  
Trillas

Merino Lourdes y Raya Enrique 1993.  
<https://umcbetza.wordpress.com/2009/03/08/algunos-conceptos-de-investigacion-accion-segun-diferentes-autores/>

Setién Alberro, J. (1996). Educar para la convivencia social. San Sebastián: Ed.  
Diocesana.

Sabino, Carlos. 1996. *<http://www.monografias.com/trabajos94/metodologia-investigacion-cientifica/metodologia-investigacion-cientifica3.shtml>*

Taylor y Bogdan. (1987). Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados. España: Paidós

Zurbano Díaz, J. (1998). Bases de una educación para la paz y la convivencia. Pamplona: Gráficas Ona