

# Autorregulación:

## Lección 2 Nuestro potencial

### Foro

Encontrarás los comentarios destacados de los tutores Construye T plasmados en este espacio de discusión de las comunidades virtuales de asesoría.

***Tutor Construye T:***

**RUTH GABRIELA ORNELAS CHAVEZ**

**30 May, 23:42 hrs.**

Buen día compañer@s, después de implementar las lecciones considero que la que causó mayor impacto y dilemas para un debate fue la variación 2.5 ya que las posturas fueron tanto a favor del egoísmo como a favor de la cooperación, las argumentaciones a favor de ambas posturas permitieron a los jóvenes conocer y respetar distintas formas de pensar, considero que esta lección les permitió cambiar sus puntos de vista y establecer retos personales orientados a actuar de manera cooperativa y registrar posteriormente los efectos de dicho actuar. Excelente lección.

***Tutor Construye T:***

**RUTH GABRIELA ORNELAS CHAVEZ**

**29 May, 20:55 hrs.**

En particular en la lección 2.6 que habla sobre las etiquetas, es importante que el joven realice ese cambio de etiquetas que viene cargando en ocasiones desde la infancia ya que muchas veces el ponerse esa etiqueta lo hace actuar y comportarse como tal y si la etiqueta es mala así será su comportamiento. Aquí vamos a descubrir lo que en repetidas ocasiones les digo "la palabra tiene poder" por lo tanto es prioritario modificar los adjetivos sobre todo los negativos en positivos y útiles.

***Tutor Construye T:***

**JENNY ANGELICA MARTINEZ BRAVO**

**24 May, 00:13 hrs.**

Les comparto los siguientes puntos de la lección;

Bastante difícil y amplia la lección para estudiantes que cuentan con discapacidad auditiva o necesidades educativas especiales; sin embargo se resolvió la situación, a pesar de tomar más tiempo de implementación, el objetivo se cumplió.

Favorece el uso de hojas con el contenido de la lección, sin embargo en esta aún no se utilizaron sino hasta lecciones posteriores, por lo que se proyecta la lección y los estudiantes realizar la actividad, escribiendo lo necesario en sus cuadernos.

Los estudiantes se apropiaron sobre la idea de ser consciente de nuestros estados de ánimo y de los pensamientos que tenemos, así también recordaron que las emociones nos controlan si lo permitimos.

Por último la tarjeta MEROP es una excelente estrategia para plantearse una meta y reconocer que en el camino cuentan con obstáculos.

***Tutor Construye T:***

**BLANCA MARGARITA LOPEZ DE LA MORA**

**17 May, 17:42 hrs.**

¿Qué experiencias se presentaron al reflexionar sobre "lo que nos toca vivir"?

A los Docentes hoy en día nos toca tarea de desarrollar un espacio donde se presente el aprendizaje con libertad, con expectativas de los alumnos a que logren herramientas necesarias para comprender el mundo en el que están creciendo y se le oriente en su actuar; poner las bases para que lleguen a ser personas capaces de intervenir activa y críticamente en la sociedad y entender que nuestros jóvenes son sujetos llenos de potencialidades.

¿Qué reflexiones surgieron respecto a nuestra "capacidad de cambiar"?

Que el aprender a hablar es tanto como aprender a escucharnos los unos a los otros, es saber situarse en una conversación y esto se da en la relación Docentes-alumnos ; de manera que si nuestros estudiantes tienen emociones positivas, aprenden a confiar en el espacio del aula, como un entorno de debate crítico y de consenso tanto para construir conocimiento como para resolver aspectos de vida cotidiana así como de metas que se propongan dan inicio a esa capacidad de cambio.

¿Qué "etiquetas" descubrieron que forman parte de la interacción en el aula?

Descubrí que se presentan dos enfoques de etiquetas las “negativas” donde se presenta la inseguridad además sensación de rechazo y las “positivas” que ayudan a obtener un beneficio a los alumnos y que esas etiquetas tanto positivas como negativas son para los Maestros indicadores, para saber cómo debemos trabajar o tratar con los estudiantes.

***Tutor Construye T:***

**VANESSA RIVERA CABELLO**

**26 Abr, 08:05 hrs.**

Muy buenos días a todos:

Afortunadamente en el Bachillerato Integral Comunitario de Santiago Nuyoo en Oaxaca, las variaciones de las lecciones se han implementado de forma activa por los compañeros docentes y las han recibido positivamente los estudiantes; considero que el reto es fomentar el interés de los estudiantes para que continúen participando activamente.

Algo que pude observar en los estudiantes es que comienzan a expresar y compartir sus experiencias con sus compañeros (no necesariamente con amigos), además se sienten relacionados con las ejemplos que se muestran en las actividades de las variaciones, y ello les permite involucrarse en las mismas.

¡SALUDOS!

***Tutor Construye T:***

**TERESITA DE JESUS CUETO MARTINEZ**

**26 Abr, 09:35 hrs.**

En esta segunda semana me sentí más segura, en la implementación de las variaciones de la lección. Los alumnos revelaron con confianza, su sentir y algunos compartieron experiencias significativas, que los demás escucharon con respeto y atenta escucha.

Hasta el día de hoy me he acercado a algunos compañeros tutores y refieren que las lecciones son claras, y que los alumnos muestran interés y los libera de su rutina escolar.

Los jóvenes traen las lecciones en su móvil, vía WhatsApp, y cuando se puede las vemos a través de un proyector.

Los cambios que he observado en mí tutorado en esta segunda semana, es más camaradería entre ellos y que están trabajando con disposición y amabilidad, de por sí, ese grupo es de 54 alumnos, son cordiales, trabajadores y participativos. . Por último, el clima del aula desde el semestre pasado que les he dado clase, es muy saludable, tanto ellos me han manifi

***Tutor Construye T:***

**Annabel García Santiago**

**26 Abr, 19:04 hrs.**

Buenas tardes a todo el grupo.

Puedo compartir con ustedes que en el plantel en el que laboro, todos nos hemos involucrado en las actividades de la lección, por el momento no han surgido dudas entre los compañeros, sin embargo, considero que es un reto muy grande el poder involucrar a los estudiantes en regular sus emociones, ya que cada uno tiene diferentes necesidades y formas de pensar, muchos pueden aceptarse primero así mismos para ver el mundo de manera positiva, otros pueden no aceptarse y ven las cosas de manera negativa.

Se observa que el comportamiento de la mayoría de los estudiantes al implementar la lección es positiva y muestran interés por mejorar. Saludos cordiales.

***Tutor Construye T:***

**MARIA CAROLINA VILLARREAL ZERTUCHE**

**20 Abr, 11:25 hrs.**

Como resultado de la aplicación de la Lección y sus variaciones obtuvimos resultados muy diferentes entre los docentes. En relación a las dudas del tema no hubo, puesto que les había quedado muy claro lo que tenían que realizar.

El principal reto que se pudo observar fue involucrar realmente a los alumnos en las actividades ya que a pesar de que los docentes externaron que los jóvenes desarrollaron adecuadamente la lección, no se involucraron ni participaron más allá, es decir, no hicieron propio ningún aprendizaje o reflexión personal que demostrara algún cambio en su actitud. La mayoría reportó este comportamiento.

La manera en que se le dará solución a esta problemática para futuras Lecciones, será que los docentes durante la semana recalcarán la importancia de trabajar con las emociones, de manera cotidiana en sus asignaturas, para que cuando se llegue el momento de aplicar la Lección se encuentran un poco más sensibilizados sobre la gran importancia que tienen.

Que pasen bonito día, Saludos!!!

***Tutor Construye T:***

**MIGUEL ANGEL GUZMAN CONTRERAS**

**18 Abr, 13:07 hrs.**

buenas tardes. les comento que la segunda lectura es excelente pues ubica a los alumnos para identificar su potencial de acuerdo al manejo de sus emociones. ciertamente

platicando con mis compañeros docentes se requieren mas de 20 minutos, personalmente yo la aplico entre miercoles y jueves. hay grupos que son numerosos y requieren casi toda una sesion normal de clases.

***Tutor Construye T:***

**VANESSA VALENCIA VAZQUEZ**

**17 Abr, 08:59 hrs.**

Considero es tan importante conocerse a sí mismo, en el sentido de cómo soy, cuales son mis cualidades y defectos, mis metas a alcanzar, etc., como lo que hago diariamente ya sea consciente o inconscientemente para tener una salud mental, por lo tanto, con los estudiantes siempre les sugiero qué observen donde se sienten más cómodos, realizando qué tipo de actividades o con qué personas, esto para que se den cuenta en que momento no se sienten bien y busquen cambiar la situación, siempre poniendo atención a sus emociones. Si una actividad me provoca gusto o satisfacción entonces debo buscar repetirla, ya sea para usarla en algún momento en el que no tenga buen ánimo o por el solo gusto de sentirme bien.

***Tutor Construye T:***

**RAUL ANTONIO OLMOS CANSECO**

**23 Mar, 08:03 hrs.**

Hola buen día.

La verdad es que me encuentro sorprendido con la aceptación que mis alumnos están demostrando con las lecciones. Esto como docente me conmueve, y me incita a indagar más a fondo acerca de las lecciones, el como puedo ayudar un poco más a que todos los alumnos reciban el mensaje de la lección y a que se integren un poco más. Sin duda encuentro, por mi pequeño que sea, un cambio en su actitud y su manera de relacionarse con los demás.

***Tutor Construye T:***

**DIANA PAOLA COSGALLON COSME**

**23 Mar, 20:13 hrs.**

Buena noche maestros, platicando con los docentes de mi plantel, mencionan que las lecciones que se han trabajado con los grupos han funcionado muy bien, hasta el punto de que los propios alumnos han estado pidiendo las lecciones con mayor frecuencia, esto ayuda a que los docentes desarrollen con mayor facilidad las lecciones; con esto nos damos cuenta que a pesar todas las adversidades que hemos estado pasando con los tiempos cortos, las diversas actividades extracurriculares que han surgido en el plantel, y un sinnúmero de cosas, no se ha dejado de realizar la aplicación de estas, ya que estamos viendo una evolución muy importante de los alumnos y muy positivo, no menciono que todo sea "color de rosa" por que también hay dificultades con algunos alumnos que les gana la apatía, pero a comparación del cambio repentino de las fichas de actividades a las lecciones, los alumnos se han estado desenvolviendo, ya que les llama la atención los temas que se desarrollan en las lecciones y eso ayuda a que tengan una confianza en si mismos y puedan expresarse más, sin miedo.

Gracias :) .....

Lic. Diana Cosgallon, Plantel Conalep 254, Monterrey N.L

