

Desarrollo de la identidad, pertenencia y vínculos afectivos en la adolescencia

Ciencias Sociales y Humanas | Psicología

Descripción del Curso

El curso de Psicología, dirigido a estudiantes mayores de 17 años, propone una aproximación práctica a procesos psicológicos relevantes para la vida personal y social, con especial atención al desarrollo de habilidades socioemocionales y a la aplicación de conceptos teóricos en contextos reales.

La Unidad 2, Desarrollo de habilidades de comunicación asertiva, empatía y construcción de vínculos en contextos grupales adolescentes, representa un eje central del curso, orientado a consolidar competencias para la convivencia positiva en grupos de pares y comunidades educativas y sociales.

Objetivo de la unidad: Aplicar habilidades de comunicación asertiva y empatía para facilitar la expresión emocional, la resolución de conflictos y la construcción de vínculos en contextos grupales adolescentes.

Principales contenidos y enfoques incluyen: técnicas de comunicación asertiva (expresar necesidades, escuchar activamente, retroalimentación constructiva) en dinámicas grupales; práctica de empatía y resolución de conflictos para fortalecer vínculos y convivencia; diseño de estrategias de mediación y convivencia positiva para promover un ambiente de confianza y apoyo mutuo.

Competencias

- Comunicación interpersonal y oral eficaz en contextos grupales de adolescentes, expresando necesidades, escuchando activamente y ofreciendo retroalimentación constructiva.
- Empatía y regulación emocional para fortalecer vínculos, favorecer la convivencia y facilitar la resolución de conflictos en grupos de pares.
- Diseño y aplicación de estrategias de mediación y convivencia positiva para promover entornos de confianza y apoyo mutuo.
- Colaboración, trabajo en equipo y liderazgo responsable para facilitar dinámicas de grupo inclusivas y éticas.
- Pensamiento crítico aplicado a dinámicas grupales: análisis de situaciones, toma de decisiones y manejo de sesgos en contextos educativos y sociales.
- Aplicación de principios éticos y de bienestar emocional en intervenciones breves y reflexiones de autoevaluación sobre la práctica profesional.

Requerimientos

- Asistencia regular y participación activa en las sesiones, prácticas y dinámicas grupales de la unidad.

- Realización de ejercicios y prácticas de comunicación asertiva y empatía, con registro de observaciones y autoevaluaciones.
- Entrega de un portafolio de evidencias que incluya reflexiones, diarios de práctica y materiales de mediación diseñados para contextos educativos y sociales.
- Aprobación de evaluaciones formativas y sumativas de la unidad, con rúbricas claras de desempeño.

Unidades del Curso

Unidad 1: Unidad 1: Factores contextuales que fortalecen o debilitan la identidad y el sentido de pertenencia en la adolescencia

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y clasificar los factores contextuales relevantes (familia, escuela, redes digitales y cultura) que fortalecen o debilitan la identidad y la pertenencia.
- Analizar la relación entre pertenencia en el grupo de pares y la salud emocional de los adolescentes.
- Elaborar un mapa visual de actores contextuales y posibles intervenciones de apoyo para promover una identidad positiva y sentido de pertenencia.

Contenidos Temáticos

1. Tema 1: Identidad y pertenencia en la adolescencia

Definiciones clave, desarrollo identitario y el papel de la pertenencia en la salud emocional y social.

2. Tema 2: Familia y escuela como contextos formadores

Influencia de la familia y la escuela en la construcción de valores, roles y pertenencia.

3. Tema 3: Redes digitales y cultura en la construcción identitaria

Impactos de redes sociales, cultura popular y diversidad en la autoimagen y el sentido de pertenencia.

Actividades

• Actividad 1: Mapeo de Factores Contextuales

Trabajo colaborativo para identificar y clasificar factores contextuales que fortalecen o debilitan la identidad y la pertenencia. Se elabora un diagrama de relaciones y un breve análisis de cada factor. Puntos clave: identificar actores, relaciones entre contextos, implicaciones para el bienestar.

• Actividad 2: Diario de Pertenencia

Registro semanal de situaciones donde el adolescente se siente parte o excluido. Se reflexiona sobre emociones, comunicación y apoyo recibido. Puntos clave: autorreflexión, reconocimiento de emociones, vínculos de apoyo.

• Actividad 3: Análisis de Caso

Estudio de un caso escolar que ilustra impacto de la cultura y las redes digitales en la identidad. Se discuten intervenciones posibles y se propone un plan de acción en equipo.

- **Actividad 4: Taller de Intervención Escolar**

Diseño de una intervención breve dirigida a promover la pertenencia en un grupo de clase, considerando contextos familiares y escolares. Puntos clave: planteamiento, recursos, indicadores de éxito.

Evaluación

La evaluación está orientada a verificar el logro de los objetivos mediante múltiples evidencias:

- Rúbrica de análisis de factores contextuales (identificación, clasificación y relación con identidad y pertenencia).
- Portafolio de evidencias (mapa de actores, diario de pertenencia, análisis de caso y plan de intervención).
- Participación y contribución en debates y actividades de aprendizaje activo.

Unidad 2: Unidad 2: Desarrollo de habilidades de comunicación asertiva, empatía y construcción de vínculos en contextos grupales adolescentes

Objetivos de Aprendizaje

- Aplicar técnicas de comunicación asertiva (expresar necesidades, escuchar activamente, retroalimentación constructiva) en dinámicas grupales.
- Practicar empatía y resolución de conflictos para fortalecer vínculos afectivos y convivencia en grupos de pares.
- Diseñar estrategias de mediación y convivencia positiva para promover un ambiente de confianza y apoyo mutuo.

Contenidos Temáticos

1. Tema 1: Fundamentos de comunicación asertiva y escucha activa

Principios de comunicación clara, no violenta y escucha empática; herramientas para expresar necesidades sin agresión.

2. Tema 2: Empatía, expresión emocional y manejo de conflictos

Cómo reconocer emociones propias y ajenas, practicar la empatía y aplicar estrategias de resolución de conflictos.

3. Tema 3: Construcción de vínculos y convivencia positiva en grupos

Estrategias para fortalecer vínculos, mediación y convivencia en contextos de clase y grupos de pares.

Actividades

- **Actividad 1: Role-plays de conflictos y asertividad**

Dinámica de representación de conflictos entre adolescentes con práctica de frases asertivas y escucha activa. Puntos clave: formulación de demandas, validación emocional y negociación de acuerdos.

- **Actividad 2: Taller de escucha activa y feedback constructivo**

Ejercicios en parejas o grupos para practicar escuchar sin interrumpir, parafrasear y ofrecer retroalimentación que promueva la cooperación.

- **Actividad 3: Mapa de emociones y expresiones**

Registro de emociones en situaciones grupales; uso de lenguaje emocional para comunicar necesidades y preocupaciones; reflexión sobre regulación emocional.

- **Actividad 4: Mediación entre pares**

Simulación de mediación para resolver un conflicto; roles de mediador, partes y observadores; acuerdos y seguimiento.

Evaluación

Evaluación centrada en el dominio de la comunicación asertiva, empatía y mediación, a través de:

- Rúbrica de desempeño en role-plays y dinámicas de grupo (OBJ2).
- Portafolio con ejercicios de escucha, empatía y resolución de conflictos (OBJ2).
- Participación en actividades de aprendizaje activo y reflexiones finales (OBJ2).