

## Autobiografía

### “ El constructo de mi experiencia”

Estaba por entrar a cuarto semestre , un semestre tan importante en nuestra carrera ,en nuestra formación como psicólogos , pues sería el último semestre de formación general.

Para mí se me presentaba como el semestre que me daría las herramientas necesarias para poder elegir el área a la que me dedicaría.

Por lo que estaba decidida , a elegir maestros interesados en su área, que me permitieran tener mayor conocimiento de lo que significaba su campo.

Lo que me llevó a cambiarme al turno vespertino, aunque toda mi vida había estado en el matutino, este cambio debido a que las referencias que obtuve de los profesores de la tarde me convencían más.

Cuando decidí meter mi materia de Teoría sociocultural , se me presentaban 3 grupos que se acomodaban en mi horario , por comentarios sabía que la doctora que impartía en uno de estos grupos era muy buena en este campo, había escuchado muy buenas recomendaciones de ella , por lo que estaba en mis planes meterla en la inscripción , sin embargo no alcance lugar , y me quedaba escoger entre los otros 2 grupos , por lo que opté por el que tenía maestro asignado , de referencia había muchos comentarios desagradables de este maestro , pero decidí tomar mi propia perspectiva , tomando mi primer clase en este grupo confirme todos los rumores que había , y me encontraba un tanto decepcionada , pues sabía que quedarme en esa clase probablemente no podría tener un aprendizaje tan óptimo como el que yo esperaba , si , sería muy fácil pasar , no habría que trabajar ,pero no aprendería , sin embargo la mayoría del grupo decidió quedarse.

Pero yo estaba segura que no era lo que yo quería , por lo que averigüé sobre el grupo restante , el que no tenía asignación de maestro , una compañera que se había inscrito aquí me dijo que la clase sería impartida por el doctor Brito , y me explico la manera de evaluación.

Cuando escuche todo lo que se tenía que hacer , ya no estaba tan segura de hacer mi cambio , pues sentía que no me daría tiempo de realizar todas las actividades.

Sin embargo decidí que lo haría , pues el área me interesaba , y necesitaba conocer más a fondo. Logré hacer mi cambio en altas y bajas .

Supe a detalle lo que haríamos , y me pareció que era mucho lo que tenía que hacer , pero prefería eso , a no aprender en lo absoluto.

Investigué un poco sobre el Doctor , y pude conocer un poco más a fondo de su formación , me di cuenta que realmente como su página lo dice , buscaba realizar un cambio educativo.

Pues la clase , para nada era a lo que usualmente nos han acostumbrado ,era totalmente otra estructura , otra manera de enseñanza-aprendizaje

Era algo que lograba agradarme , pues siempre me ha gustado realizar cosas nuevas , y esta vaya que lo era.

El profesor nos explicó a grosso modo la manera en que abordaría las clases , y su manera de trabajar , para todos los nuevos que habíamos llegado, y pidió que en la próxima semana a esta tendríamos que llevar la dirección de nuestra página web .

La idea de hacer una página web me desagradaba muchísimo, porque nunca me había gustado utilizar TICS y me parecía que sería verdaderamente complicado.

Cuando realicé la página , descubrí que era como un archivo de Power Point y que no era lo que yo imaginaba, incluso me empeñé agradar la idea de tener que diseñarla , elegir los colores , los temas y todo lo que involucraba.

Ese día descubrí que teníamos que hacer una reflexión diaria sobre nuestro aprendizaje , contestando a la pregunta , ¿qué aprendí y cómo me sentí?, lo que me pareció algo interesante, ya que era una manera de integrar lo que habíamos aprendido ese día , logrando tener un mayor impacto en nuestro aprendizaje.

Cuando tuve que iniciar a realizar mis actividades , me costaba mucho trabajo , pues no me había organizado , y todo lo había dejado hasta al final , y se me hacía realmente muy pesado, en particular las lecturas de Vigostky.

Alguna vez en la carrera escuche a una maestra quejarse de que éramos de las pocas facultades que no leíamos los textos directos de los autores , y creó que tiene toda la razón , siempre hemos visto temas a través de otros autores que los refieren .

Sin embargo aquí iniciamos a leer los textos directos de Vigotsky , y vaya que eran complejos para todo el grupo, a lo que yo atribuí nuestro aprendizaje pasado, pues si desde años anteriores hubiéramos intentado leer los textos originales , tal vez la lectura de ahora ya no se nos presentarían tantas dificultades.

En mi opinión creo que en el semestre no se debió haber quitado estos textos , pues si bien , eran difíciles ,con la practica hubiera cambiado nuestra percepción .

De igual manera , me queda como objetivo intentar hacerlo por mi cuenta.

Las primeras clases se me hacían pesadas , pues sentía que eran mucha información la que se nos daba , esto debido a que eran 3 horas seguidas , y que solo se realizaban algunas participaciones. Con el tiempo empecé a sentir más ligero.

Empezamos a revisar acerca de la teoría sociocultural , nosotros en el semestre pasado habíamos visto a Piaget , se nos explico la manera en que los niños iban aprendiendo , conforme a su desarrollo físico , incluso se decía en la edad que aparecería cada función , sin embargo empezamos a analizar la aparición de las funciones superiores , desde otra perspectiva , desde un enfoque de la teoría sociocultural , donde el desarrollo físico no sería el determinante , si no implicaba mucho más que eso.

Piaget pertenecía a las ciencias naturales y Vigostky por su parte pertenecía a las ciencias sociales , lo que influía en sus teorías ,para Vigostky nosotros somos producto de un desarrollo filogenético, y nuestra interacción con el medio , con nuestra cultura (que se encuentra mediada por herramientas/ artefactos) será la que nos permitirá el desarrollo de funciones superiores , como por ejemplo , el lenguaje

Algo que me hizo mucho ruido en una de las primera clases era el hecho de que la enfermedad , es decir nuestra salud estaba esparsa en el contexto , se nos explico que muchas veces puede ser más exterior que interior , yo recuerdo que dudaba mucho de esto , pues pensaba en las personas con daño cerebral , como esquizofrénicos, sociópatas, etc., por lo que decidí preguntar que desde esta perspectiva como se explicarían dichas enfermedades, la respuesta , que me dejó más convencida , fue que , si, las prácticas culturales pueden ser dañinas a la salud, pero que solo en algunos casos (muy pocos en realidad) era puramente biológico.

Yo creo que la dificultad en este momento fue que yo todo lo explicaba más en términos de neuropsicología , lo qué pasaba en el cerebro , de nuestra fisiología , pues hasta ahora todo lo que yo sabía era referente al individuo , pero me refiere a un individuo como si estuviera aislado , como si no fuera partície de una cultura.

En nuestra formación como psicólogos muchas veces los maestros han decidido “comprar” una teoría ,y deciden “vendérnosla” , hasta el punto de que nosotros creamos que así se explica la realidad , y que no hay otra manera , sin embargo hasta ahora he aprendido que no debemos basarnos en una sola idea, si no ser capaces de integrar diversos puntos.

El querer interpretar nuestra realidad desde solo una idea , es a mi parecer ,un circulo vicioso del que no hay salida .

Si nos cerramos en una idea , no podremos expandir nuestro conocimiento , nuestra manera de ver las cosas .

Es como si nosotros mismo nos pusieramos unas gafas muy oscuras , que solo nos permite ver muy poco de lo que hay afuera.

Algo que me gusto fue conocer acerca de Marx , pues conocía solo un poco de él , y yo creía , como el mismo doctor nos menciono , que hablar de Marx era sinónimo de hablar de economía , y

vimos que no , por ejemplo Vigostky no sé basa en una política o economía Marxista , si no en su filosofía, y es algo que me pareció un tema de gran importancia.

Conforme ha pasado el semestre hemos visto a Marx en otra asignatura , que es Filosofía , y he logrado entender más sobre este tema.

En un inició el profesor nos explico que realizaríamos un proyecto tecno pedagógico , para maestros de nivel media superior , para poderles dar herramientas para atender algún tema de relevancia con respecto a la salud mental de los adolescentes.

No me agradaba la idea de que no podríamos elegir nuestro equipo , pues siempre trabajar con otros puede ser complicado , por el hecho de que muchas personas no trabajan como deberían , y pensaba que así sería. Sin embargo no fue así.

Rápidamente los integrantes del equipo nos adaptamos , la selección del tema que trataríamos , no fue difícil de aceptarlo , pues era un tema que a todos nos agradaba.

Decidimos trabajar el tema de “ duelo afectivo”

Creímos que era un tema de gran relevancia , pues la mayoría de nosotros hemos pasado por un duelo afectivo , y no hay información de esto , no hay alguien que te oriente .

Muchas veces las personas no le toman la relevancia que se le debería tomar , descalificando lo que un adolescente puede llegar a sentir , y creyendo que solo es una etapa , “ que ya pasará ” .

En ocasiones tenemos redes de apoyo , que pueden brindarnos ayuda , y es de gran importancia.

Sin embargo , la mayoría , no tienen la información adecuada de que es lo que esta pasando , y la manera en que debería enfrentarlo.

Por ello era un tema que deseábamos abordar.

El diseño de la pagina fue elaborada en base a los principios de la teoría sociocultural , para iniciar esta herramienta , sería un buen mediador en la interacción del experto y aprendiz, buscando llevarlo de su zona de desarrollo real a la zona de desarrollo potencial.

Nuestro objetivo sería proporcionar actividades que permitieran el aprendizaje de lo que es un duelo afectivo , y que con este aprendizaje el alumno fuera capaz de desarrollar una actividad constructiva compleja , es decir , que lograra su autorregulación , autonomía y proactividad.

Las actividades planteadas en nuestra pagina tenían un diseño instruccional implícito, iniciando con actividades poco complejas ,que iban aumentando en dificultad conforme avanzaban las sesiones.

De manera en que en un inicio el profesor brindaría mucha ayuda , estaría involucrado en gran medida , y a medida que avanzaran las sesiones , el alumno sería capaz de ser autónomo, y la ayuda del profesor sería nula.

Me quedé satisfecha con los resultados que obtuvimos. Creo que fue una lección de enseñarnos que podemos realizar cosas diferentes a las que estamos acostumbrados, y que tenemos que aprender a innovar, a atrevernos a hacer cosas nuevas.

La ayuda de los chicos de maestría fue de gran importancia , siendo participes en nuestra zona de desarrollo próximo . Pues ante la dificultad de no saber como abordar el tema ,ellos nos guiaron sobre lo que podríamos hacer, llevándonos a una zona de desarrollo potencial.

El trabajo realizado en el equipo me pareció que fue equitativo , todos eran colaborativos, y nunca se presentaron dificultades entre nosotros.

Se respeto el reglamento que planteamos al inicio de semestre , cuando algún integrante del equipo , no podía estar presente , o presentaba alguna situación ,el equipo lo apoyaba ,y sacaba el trabajo entre todos.

Me quede con una buena perspectiva del trabajo en equipo .

El haber realizado el equipo de manera azarosa , al final me pareció buena idea , pues logramos salir de nuestra zona de confort .

Creo que fue una buena manera de interaccionar con otras personas , fuera de nuestro circulo de amigos.

Aprendí que tenemos que abrir nuestros horizontes , y estar dispuestos a conocer otras formas de pensar y de actuar.

No cambiaría la relación que tuve con mi equipo , al final del día no solo logramos terminar una actividad , si no logramos hacer nuevas amistades.

El uso de las TICS en todo el semestre fue algo muy nuevo para mi , pues nunca lo había hecho en otras clases , creo que tenemos que tratar de adaptarnos al entorno en el que estamos viviendo , tratando de darle la mejor utilidad a las herramientas que se nos presentan.

Muchas veces perdimos una gran cantidad de tiempo estando enfrente de una computadora, celular , etc, sin hacer realmente algo productivo, y por ende no tenemos resultados fructíferos.

Por ello el darle otra utilidad a esta herramienta , ha sido muy importante, ya que se pueden realizar grandes cosas , por ejemplo , en una ocasión el doctor tenía que salir de la ciudad , y no podía asistir a la universidad para darnos la clase , por lo que se valió de este medio , realizando una video llamada y así impartir una clase no presencial.

Creo que la utilidad que le demos a las herramientas/ artefactos será decisivo para los resultados que podamos obtener.

El podernos guiar sobre la pagina web del doctor , fue de gran utilidad , pues me gusto que las actividades estuvieran planificadas , y que no fueran clases “ improvisadas ” como muchos docentes suelen hacerlo.

Esto me ayudo a tener más orden , pues ya sabía lo que veríamos en clase , y ya estaban todos los recursos de apoyo con los que podíamos aprender por nuestra cuenta , esto propicio que el modo de enseñanza – aprendizaje no fuera el tradicional , en el que el maestro llega a decir todo sobre el tema , y los estudiantes solo escuchamos y tomamos notas.

Pues nosotros con lo que ya habíamos estudiado teníamos cierto conocimiento sobre el tema , y podíamos dialogar y aportar ideas.

Esto enriquecía más nuestros conocimientos , pues surgían preguntas que nos permitía tener nuevas perspectivas.

El que nuestros recursos de aprendizaje no fueran solo lecturas me gusto, pues mi aprendizaje suele ser más auditivo , por lo que el ver videos me ayudaba mucho.

Con respecto a mi pagina Web inicialmente me tardaba mucho, en subir y diseñar mis plantillas, pues no sabía bien como manejar la pagina, pero con el paso de las sesiones se me hizo mucho más fácil, y el tiempo disminuyo notablemente.

Mis trabajos considero que fueron mejorando conforme pasaron las sesiones ,los mapas conceptuales me permitían abstraer mejor la información , inicialmente no sabía como jerarquizar los conceptos , o me quedaban distribuidos de diferente manera, por lo que no podía conectar bien las ideas , comencé a crear estrategias diferentes , sacaba las palabras claves de la lectura y pude comenzar a jerarquizar mejor.

Con respecto al foto diario , considero que fue una gran estrategia de aprendizaje , porque no solo me quedaba con la teoría , si no que tenia que ver como se podía relacionar con la vida cotidiana , en un inicio era difícil relacionarlo con una imagen , pero después encontraba implícita la teoría en todas partes

De igual manera las preguntas me llevaban a ser más analítica , pues buscaba cuestionar lo que el autor decía , en un inicio solo sacaba preguntas del texto , y luego trate de hacerlo de manera más critica.

La manera en que estructure en la página lo que hacíamos día con día sobre el ,” ¿qué aprendí y cómo me sentí?”, me ayudo a reforzar mi conocimiento , pues iniciaba poniendo lo que había aprendido , y en esta misma parte añadí fotos de la clase , lo que me hacía recordar mejor, fue un gran mediador en mi manera de aprender.

La guía de Alba , fue de gran importancia , cada clase , al inicio nos hacía recordar lo que habíamos hecho en la sesión anterior, y eso para mi fue crucial , pues por la carga de materias y la información que recibimos de todas ellas , olvidamos lo que se nos ha enseñado. Lo que conlleva a que dejemos atrás todo lo que hemos visto, y no logramos vincular la información.

Creo que esto es notorio en las evaluaciones tradicionales , en las que el alumno un día antes suele memorizar todo, para presentarlo, y saliendo de este todo es olvidado. La información no se interioriza.

Por ello creo que es una gran estrategia hacerlo, pues el conocimiento se va reforzando día a día , lo que hace que se vuelva información significativa , y logremos pasarlo de lo interindividual a lo individual.

El ambiente del grupo se tornó muy ameno, en un inicio todos parecían desanimados, como desconfiados , creo que esto cambió radicalmente, cuando descubrimos que no era una clase en la que teníamos que ser alumnos pasivos , y que podíamos preguntar , y debatir sobre las ideas.

La forma en que se distribuyó las 3 horas , logró que no fuera tan pesado, pues hasta el último trabajábamos sobre nuestro proyecto , y el doctor permitió que esto fuera un “taller” donde podíamos escuchar música , comer , salir, buscar el lugar que nos permitiera trabajar de una manera más amena.

Me llevo mucho de esta clase , aprendí muchas cosas , aprendí que no podemos quedarnos con solo una visión , no podemos “casarnos” con una teoría , tenemos que estar dispuestos a abrir nuestro panorama.

Ninguna teoría es mejor que otra , cada una tiene su esencia , y la tarea que nos corresponde a cada uno de nosotros es encontrar qué de toda la información que hay , puede ser más cercana a la realidad, y poder con ello generar una nueva perspectiva.

Muchas veces se nos ha hecho creer que debemos hacer las cosas como están establecidas , en el hecho de decir “existe esto” “puedes hacer esto o esto” , sin impulsarnos a crear , llevándonos a seguir haciendo lo mismo.

Con esto no quiero decir que esté mal seguir patrones determinados , si no que debemos impulsar a las personas a ser creativas, a innovar.

Como psicólogos estamos inmersos en una sociedad en la que el campo laboral ha sido desmeritado, muchas veces te dicen “ solo hay trabajo en lo laboral” .

Haciéndonos creer que debemos dirigirnos a tal o cual lugar , sin ni siquiera permitir al individuo ser un ser activo, que puede ofrecer propuestas innovadoras .

Me di cuenta que desde cualquier perspectiva que hagamos al estudiar psicología debemos considerar que no somos individuos aislados , y que por ende si queremos conocer al humano , tenemos que estudiar su contexto.

Somos producto de un bagaje histórico, por ello no podemos deslindarnos de esta perspectiva socio cultural.

En un inicio yo creía que la teoría socio cultural estaba deslindada de las neurociencias , sin embargo en las últimas lecturas aprendí que no , que de hecho puede hacerse una interconexión , no todo se puede explicar en bases biológicas , por que sería caer en un reduccionismo , pero tampoco podemos dejarlo a un lado , pues constituye un aspecto relevante en el estudio.

Estaba indecisa sobre el área de elección para el quinto semestre , pues mis opciones se inclinaban a neuro y educativa.

Esta materia me ayudó a realizar mi elección , y haré una combinación de ambas.

Pues el cerebro es algo que me apasiona , el saber que pasa dentro de nosotros.

Por otra parte siempre me he visualizado como docente, pues considero que la docencia tiene un papel muy importante en la vida de los alumnos , me atrevo a decir que tiene un impacto muy grande en la humanidad .

El papel que tiene un docente es muy grande , por ello debe considerarse como tal , la responsabilidad que se tiene es inmensa , por esto considero que no podemos dejarlo a la ligera .

Muchas veces como el doctor nos dice , los profesionistas dicen “aunque sea de maestro , ya qué “ sin hacerse responsable de lo que esto conlleva.

Para mí es un reto muy grande , porque creo que la educación en México puede ser mejor , y nosotros como futuros psicólogos tenemos una responsabilidad importante.

Creo en la visión de un cambio educativo, por lo que trataré de hacer lo mejor posible.

Mi cambio en el trayecto de este semestre ha sido notable , considero que si tuve mejorías tanto en el aspecto académico , como en lo personal.

La rubrica considero que fue una buena herramienta para conocer mi desempeño, pues fui notando la manera en que evolucionaba .

En ocasiones vi que mi desempeño disminuía , por el hecho de que me falta organización , sin embargo logré irlo mejorando

Sé que puedo seguir mejorando , y que aun me falta un gran trayecto que recorrer.

Me encuentro satisfecha con lo que he logrado y en mis planes esta el poder tener impacto de forma positiva hacia otras personas