

1.6

Puedo buscar ayuda para lograr lo que me proponga

Introducción

Como docente sabes que muchas veces los estudiantes no piden ayuda cuando están en problemas. Uno de los obstáculos para pedir ayuda es la creencia de que hacerlo es signo de debilidad, de incompetencia, de incapacidad. Sin embargo, dar y recibir ayuda fortalece las relaciones y nos hace sentir conectados con los demás. Fortalecer los vínculos con tus estudiantes contribuirá a mejorar tu relación con ellos así como las interacciones con el grupo en su conjunto dentro del salón de clases.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Identificar la importancia de pedir ayuda e identificar miembros de su red de apoyo.

¿Por qué es importante?

Porque me permite saber a quién puedo pedir ayuda cuando tengo un problema.

Conceptos clave

Red de apoyo como parte de la identidad.

"Si precisas una mano, recuerda que yo tengo dos."
Agustín de Hipona

¡Otra vez un problema que resolver! La semana pasada lo de la tarea en equipo, ayer el asunto de no poder imprimir, hoy hay que resolver con la directora el tema de la pelea de Julia y Alan, ¿qué será mañana? Seguramente ya te habrás dado cuenta de que no podrás evitar enfrentarte a múltiples obstáculos para lograr tus metas personales y académicas. ¿Te has puesto a pensar que en muchas ocasiones resulta muy útil pedir ayuda a otros? ¿A quién le podrías pedir ayuda?

1. Escribe una situación o problema que te preocupa relacionado con tu clase de Matemáticas o la escuela en general.

2. En equipos de tres personas comenten qué le recomendarían a los siguientes estudiantes:



Puedo buscar ayuda | 1

Estructura de la sesión y recomendaciones específicas

1 min.

Presentación

Invita a los estudiantes a leer la introducción de la lección.

- También la puedes leer tú, comentarla con tus propias palabras, o leerla junto con los estudiantes.

2 min.

Actividad 1:

Invita a que respondan de manera individual, la pregunta 1 en relación a un problema personal.

- Comenta que para lograr el objetivo del ejercicio, es importante que respondan con sinceridad. Motívalos a que reflexionen sobre cualquier dificultad que tengan en clase pues quizá al terminar la lección tengan la clave para solucionarlo.
- Solicita que no escriban un problema muy grave para tener control de la clase.

8 min.

Actividad 2:

Solicita que dialoguen, en equipos de 3 o 4 personas, sobre las alternativas que pensaron para los testimonios presentados.

- En este punto, no es necesario que la discusión se oriente a pedir ayuda. Pueden proponer cualquier estrategia. Solo revisa que las intervenciones sean breves y concisas.
- Al final del ejercicio puedes exponer alguna estrategia personal de lo que tú propondrías. En lo posible relacionada con pedir ayuda (por si en algún grupo no surgió esta idea, aunque es poco probable).

5 min.

Actividad 3:

Identificar ventajas y desventajas. Invita a pensar en ventajas y desventajas de pedir ayuda.

- Pedir ayuda es muy útil para resolver los problemas con mayor rapidez. Por ejemplo, para entender un tema suele ser más fácil contar con alguien que te explique, alguien que puede recomendarte libros o puede prestarte sus apuntes, en vez de tratar de resolverlo tú solo. También favorece a que generen lazos de amistad y apoyo con sus compañeros.
- Recuerda que pedir ayuda no significa que seamos incapaces. Al contrario pedir ayuda es reflejo de nuestra capacidad para reconocer nuestras limitaciones y para identificar que todos contamos con una red de apoyo que nos hace más fuertes.

3. Probablemente algunas de las recomendaciones para Mario y Antonieta estaban relacionadas con pedir ayuda. Anoten dos desventajas de resolver el problema solos y dos ventajas de pedir ayuda.

Desventaja 1: _____

Desventaja 2: _____

Ventaja 1: _____

Ventaja 2: _____

4. Regresa al problema que escribiste en el ejercicio 1. Reflexiona y responde:

I. ¿A quién le puedo pedir ayuda para resolver este problema?

II. ¿Qué tipo de ayuda le puedo pedir? _____

2 min.

Actividad 4:

A modo de conclusión, pide que escriban a quién pueden pedirle ayuda y qué le pueden pedir.

- Este tipo de ejercicio de análisis puede ser complicado para los estudiantes. Esto abre la posibilidad de que tú mismo, si te sientes cómodo, ofrezcas tu ayuda a los estudiantes para pensar en estas preguntas.

Aplicaciones para el aula y tu vida diaria

En el siguiente video, el joven Santiago Aranguri nos cuenta cómo logró hacer una aplicación digital para buscar personas perdidas. Te puede inspirar para intentar contactarte con personas que puedan ayudarte a refrescar tu clase con nuevas estrategias:

Busca el video en youtube titulado: *Problemas en la escuela de Santiago Araguri* o [Da clic aquí.](#)

Resumen

Saber dar y recibir ayuda es una habilidad muy importante en todos los ámbitos de la vida. De acuerdo con la investigadora Darcia Narváez los seres humanos hemos evolucionado para cooperar entre nosotros. Desde que nacemos necesitamos del cuidado de otros para sobrevivir, y a lo largo de toda la vida de una u otra manera dependemos de los demás. Reconocer quiénes son las personas que pueden apoyarte, y aprender a solicitar su ayuda te permitirá fortalecer lazos de cooperación, afrontar mejor las dificultades y lograr tus metas.

Escribe ¿qué te llevas de esta lección?

Para tu vida diaria

Michelle Obama, esposa del ex presidente, estadounidense Barack Obama, dijo en un discurso "Pedir ayuda no es un signo de debilidad, sino una señal de fortaleza". ¿Encuentras alguna relación entre esta frase y lo que analizamos en esta lección?

¿Quieres saber más?

La historia del siguiente video animado nos muestra que nos podríamos evitar algunos problemas si pedimos ayuda a tiempo. ¿Te cuesta trabajo pedir ayuda? Puedes buscar en Youtube el video titulado "El arte perdido de pedir ayuda", o darle [clic aquí.](#)

Puedo buscar ayuda | 3

1 min.

Resumen:

Pregunta si a alguien le gustaría leerla. En caso de que nadie se anime, léelo tú mismo.

1 min.

Escribe ¿qué te llevas de esta lección?

Pide que de manera individual reflexionen sobre el principal aprendizaje de la lección. Fin de la lección

Evaluación de la sesión

En la siguiente tabla marca con una "X" el número que consideres corresponde a lo que sucedió en la sesión.

En donde 1 representa el mínimo y 10 el máximo.

Rubro	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Se cumplió el objetivo de la lección.										
Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en la lección.										
Se logró un clima de confianza en el grupo.										
Descripción de resultados favorables al implementar la lección										
Descripción de dificultades y áreas de oportunidad										
Observaciones o comentarios de la sesión										