

5.4

Disposiciones mentales

Introducción

Cada persona enfrenta los problemas que se le presentan conforme las disposiciones mentales que ha desarrollado a lo largo de su vida. A veces no se es consciente de cómo estas pueden entorpecer una solución benéfica. Conocer los límites de dichas disposiciones, permite comprender que es posible aprender otras maneras de hacer frente a los problemas. Los hábitos y las disposiciones mentales son aprendidas; por lo tanto, pueden modificarse. En este sentido, el aula es un espacio propicio para desarrollar y modificar hábitos encaminados al trabajo colaborativo.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes identifiquen las emociones y disposiciones mentales que les facilitan u obstaculizan el trabajo colaborativo.

¿Por qué es importante?

Porque reconocer nuestras disposiciones mentales apunta a la creación de nuevos hábitos para el trabajo colaborativo.

Concepto clave

Disposiciones mentales

Orientaciones didácticas

Duración total: 20 minutos.

- Los tiempos asignados a cada actividad son sugeridos.

2 min. Grupal

Introducción para los estudiantes

- Lea o invite a alguno de los estudiantes que lean la introducción, la cita y *El reto es*.
- Recapitule el texto de los apartados y promueva su reflexión. Puede preguntar al grupo qué conocen sobre **disposiciones mentales**. Esto permitirá recuperar conocimientos previos e iniciar con las actividades de la variación.

6 min. Individual

Actividad 1

Reconozco las disposiciones mentales que favorecen el trabajo colaborativo.

- Señale al grupo que, con la siguiente actividad, identificarán cómo algunas disposiciones mentales pueden limitar u obstaculizar el trabajo en equipo.
- Invite a sus alumnos a reconocer y anotar una disposición mental y una emoción que les ha facilitado contribuir en trabajos colaborativos.

Ciencias experimentales

5.4

Disposiciones mentales

"Mira hacia dentro. El secreto está en tu interior".
Hui Neng.

La salud emocional se manifiesta cuando sabemos manejar nuestras emociones en los distintos espacios en que nos desarrollamos. Por otro lado, también existen las **disposiciones mentales** que son el conjunto de hábitos y habilidades que, desde la niñez, desarrollamos para alcanzar nuestros objetivos individuales o comunes. Ambos aspectos van de la mano. Por ejemplo, la autorregulación y el control de la impulsividad relacionan las disposiciones mentales y las emociones. Trabajar con las emociones y las disposiciones mentales requiere de un profundo autoconocimiento que posibilita el desarrollo de procesos de autorregulación y hábitos que nos beneficien individual y colectivamente. **El reto es** identificar emociones y disposiciones mentales que facilitan u obstaculizan el trabajo colaborativo.

Actividad 1.
Lee el **Concepto clave** y piensa en una disposición mental y una emoción que te ha facilitado contribuir en un trabajo colaborativo. Anótalas aquí:

- Piensa en situaciones de tu vida cotidiana y escribe cómo favorece el trabajo colaborativo estas disposiciones mentales y emociones en los distintos espacios donde convives. Completa la siguiente tabla.

| Situación | ¿Cómo favorece el trabajo colaborativo? |
|---------------------------|---|
| En mi casa. | |
| En la escuela. | |
| Entre un grupo de amigos. | |
| En mi colonia. | |

www.sems.gob.mx/construyet
Colaboración | 1

- Solicite que recuerden y completen la tabla con el ejemplo de una situación cotidiana en su casa, escuela o con sus amigos. Enseguida, solicite que den un ejemplo relacionado con su colonia para que identifiquen cómo las disposiciones mentales y las emociones favorecen la colaboración en los distintos espacios donde convive.

8 min. Individual y grupal

Actividad 2

Trueque de disposiciones mentales para favorecer el trabajo colaborativo en el grupo.

- Pida al grupo que formen equipos de cinco personas y que compartan sus resultados de la actividad anterior.
- Invite a que identifiquen una situación concreta del grupo en la que deben favorecer el trabajo colaborativo.
- Solicite que detecten, tomando las disposiciones mentales señaladas en la actividad 1, qué disposiciones mentales favorecerían el trabajo colaborativo en la situación detectada.
- Invite a que realicen un trueque de disposiciones mentales y que anoten en su cuaderno qué disposiciones mentales y emociones pueden adoptar y fortalecer.

2 min. Grupal

Reafirmo y ordeno

Lectura y análisis del texto.

- Pida a un estudiante que lea en voz alta el texto, y al resto del grupo que siga la lectura en silencio.
- Si le es posible, comente una conclusión breve o solicite a dos estudiantes que mencionen sus aprendizajes.

1 min. Individual

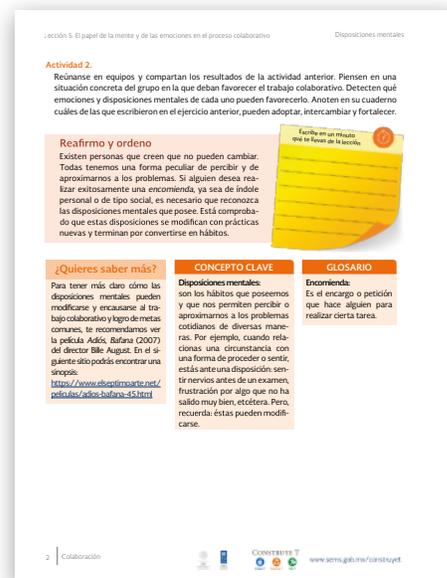
Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

- Pida a los estudiantes que escriban en su cuaderno, o donde estén realizando las actividades, los aprendizajes más significativos de la variación.

1 min. Grupal

Para tu vida diaria, ¿Quieres saber más?, Concepto clave

- Invite a sus estudiantes a poner en práctica las actividades que se sugieren y a consultar la información adicional que aparece en estas secciones. En *¿Quieres saber más?*, a través de la película *Adiós, Bañana* (2007) del director Bille August, encontrarán información sobre cómo encausar las disposiciones mentales y emociones al trabajo colaborativo.



Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Aplicaciones para el aula y su vida diaria:

Para continuar con el trabajo sobre desarrollo de hábitos y modificación de disposiciones mentales, diseñe actividades en las que los alumnos deban enfrentarse a retos con diversas soluciones. Además, observe y nombre las disposiciones mentales que faciliten el trabajo cuando hacen tareas de manera colaborativa.

En caso de crisis emocional:

Si los temas o actividades de las variaciones provocan en los estudiantes emociones desagradables, reacciones de llanto, alzar el tono de voz o deseos de no continuar con las actividades, le sugerimos detenerse un momento. Puede brindarle las opciones de continuar con la actividad o salir del salón a tomar aire fresco y realizar respiraciones profundas, atendiendo a las sensaciones del cuerpo, con el fin de que pueda mantener la calma. Si detecta que se trata de un caso difícil que usted no puede manejar, es deseable que lo canalice a las autoridades escolares competentes, orientador o psicólogo escolar.

Equidad e inclusión educativa:

Se recomienda incluir por igual a todos los estudiantes en las actividades de las variaciones, poniendo énfasis en aquellos con discapacidad, alumnos en situación de calle, con aptitudes sobresalientes, con enfermedades crónicas, entre otras condiciones. Si tiene dudas puede consultar el documento *Equidad e Inclusión (Modelo educativo)*. México: SEP, 2017) en <http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/12302/1/images/equidad-e-inclusion.pdf>

Evaluación de la lección

De acuerdo con las siguientes afirmaciones, seleccione la opción que refleje su opinión.

| Rubro | Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|--|--------------------------|---------------|---------|------------|-----------------------|
| Al menos el 50% de estudiantes identificaron emociones y disposiciones mentales que, en situaciones concretas, facilitan u obstaculizan el trabajo colaborativo. | | | | | |
| Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en las actividades. | | | | | |
| Se logró un ambiente de confianza en el grupo. | | | | | |
| ¿Qué funcionó bien y qué efectos positivos se observaron al realizar las actividades? | | | | | |
| | | | | | |
| Dificultades o áreas de oportunidad | | | | | |
| | | | | | |
| Observaciones o comentarios | | | | | |
| | | | | | |