

Taller educativo para el manejo de estrés como una oportunidad de desarrollo de competencias profesionales para estudiantes de psicología y una experiencia de vinculación con la sociedad

SOLEDAD DE LOS ÁNGELES PANIAGUA MENDOZA
soled_p@hotmail.com
UNIVERSIDAD INSURGENTES

VÍCTOR HUGO PÉREZ LÓPEZ
victor_h_perez@hotmail.com

CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS (CECYT) No. 4 "LÁZARO CÁRDENAS" - INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL (IPN)

Línea temática

Innovación educativa para la formación con responsabilidad social

Resumen

Las universidades se enfrentan al reto de educar a los profesionistas del futuro, buscando estrategias de enseñanza para desarrollar las competencias acorde al perfil de egreso, tal es el caso de la licenciatura en Psicología donde los alumnos deben de construir conocimientos, habilidades y actitudes que les permitan proponer espacios educativos para contribuir a mejorar la calidad de vida de la población, analizando en este trabajo el taller como una modalidad de enseñanza que facilita cumplir con el objetivo formativo y la vinculación de la universidad con la sociedad.

Palabras clave

Taller como modalidad de enseñanza, taller educativo, competencias profesionales, licenciatura en Psicología, Modelo Tuning América Latina, estrés.

Propósito

Analizar el taller educativo como una modalidad de enseñanza que contribuye en el desarrollo de competencias profesionales en los estudiantes universitarios de la licenciatura en Psicología y a la vez permite una vinculación dinámica con la sociedad.

Destinatarios

Grupo de veinticinco alumnos de psicología de la asignatura de Motivación y Emoción de una universidad particular del Estado de México, veinticinco personas mayores de dieciocho años interesadas en participar en un taller de estrés.

Sustento teórico

Reflexionar sobre la educación superior es de gran relevancia en la actualidad pues la formación académica que se proporciona a los futuros profesionistas de una nación repercutirá de manera significativa en los planos político, económico, social y cultural. Cada una de las áreas de formación permite avanzar en la construcción de conocimiento, así como participar en la solución de problemas de diferentes ámbitos: salud, alimentación, tecnología, etc., pero sin lugar a duda uno de los rubros que cobra mayor importancia es la formación profesional de la licenciatura en Psicología ya que son los profesionistas encargados de promover el bienestar biopsicosocial del individuo a partir del estudio de la conducta humana.

Ante una sociedad en tiempos de globalización y bajo las condiciones socioeconómicas que se viven en México cada vez resulta más difícil lograr un equilibrio emocional, por lo que la profesión del psicólogo cobra gran importancia para coadyuvar a una mejor sociedad como caldo de cultivo para el manejo de las emociones.

Bajo este tenor existen diferentes universidades que imparten la licenciatura en Psicología, tanto públicas como privadas, que, desde luego, de acuerdo a su filosofía institucional se ven sesgadas por diferentes perspectivas teóricas, sin embargo, como una tendencia se pretende el trabajo bajo el enfoque de competencias, considerando que este enfoque requiere de acciones consientes y graduales centradas en ir favoreciendo la independencia que avanza desde la praxis guiada, con niveles de ayuda cada vez menores. Estas acciones focalizadas a que el alumno aprenda a estudiar, aprenda a leer de manera inteligente, aprenda a pensar y en consecuencia aprenda a aprender.

Es así como *Kobinger* (1998) establece que: "Las competencias integran conocimientos, habilidades, capacidades y valores que se manifiestan en la acción mediante un desempeño eficiente en un contexto determinado".

Así mismo, con respecto a las reformas recientes en educación superior, cuyos planes de estudio se encuentran basados en competencias, la ANUIES establece que en este nivel se debe: "Utilizar recursos que simulen la vida real: análisis y resolución de problemas, que aborden de manera integral el trabajo cooperativo o por equipos, favorecido por tutorías".

Desde hace varias décadas, diversos organismos internacionales han visualizado la necesidad de analizar, comprender y fortalecer la formación universitaria en las diferentes profesiones y asignaturas de modo que exista una mayor congruencia entre lo aprendido por los alumnos y las necesidades en el campo laboral, estas premisas toman mayor forma en el Proyecto Tuning para Europa y el Alfa Tuning para América Latina, cuyas principales intenciones con base en el Comité Proyecto Alfa Tuning América Latina (2007) son: impulsar la participación de las universidades, así como para revisar los objetivos, la estructura, los procesos y prácticas de formación de recursos humanos a través del análisis de profesiones y carreras desde las siguientes perspectivas: a) Las competencias profesionales, asociadas con cada grupo o título profesional, b) Los mecanismos e instrumentos de evaluación y acreditación de las instituciones y c) Los procesos de formación para la investigación y la innovación. De modo que el Modelo Tuning deja claro que es necesario replantearnos el perfil y las competencias de las diversas profesiones para lograr un mejor desempeño en todo ámbito y, evidentemente, el profesional de la psicología no es la excepción.

Es así como las universidades deben de ser un ámbito de creación y transmisión de conocimiento, en un sentido activo y dinámico.

Una apuesta integral por la calidad de la educación en el ámbito universitario debe contemplar los pilares de la educación, como son: aprender a saber, aprender a saber hacer, aprender a saber ser y aprender a vivir juntos. De aquí la propuesta de Proyecto Tuning – América Latina que tiene como hilo conductor las competencias, marcando en línea de trabajo metodológico las competencias *genéricas*, las cuales identifican a los elementos compartidos que pueden ser comunes a cualquier titulación, tales como la capacidad de aprender, de tomar decisiones, de diseñar proyectos, las habilidades interpersonales y, de igual forma, nos presentan las competencias *específicas*, las cuales tienen la característica de relacionarse con cada área de estudio.

Hoy en día, ante una sociedad en tiempos de globalización, los medios de comunicación, los avances estratosféricos en tecnología, las nuevas formas de organización y, en general, los grandes descubrimientos que nos facilitan el trabajo están presentes día con día gracias a la intervención del ser humano en su capacidad inventiva y creativa y que, desde luego, como parte de una sociedad que busca y exige satisfacer necesidades, no únicamente en la adquisición de competencias académicas sino competencias para la vida. Así mismo, una sociedad que por naturaleza es compleja ya que cada individuo es un mundo en la forma de pensar y actuar, una sociedad que se ve corrompida por la poca claridad de valores entre los individuos, una sociedad que tiene su propia cultura, usos y costumbres, una “sociedad con individuos con ideologías que se construyen más o menos sistemática, partiendo de los contenidos de mentalidades existentes, su tratamiento es insoslayable para el estudio de las diversas formas asumidas por la conciencia social”.

Resulta cierto que, en una sociedad del conocimiento en tiempos de globalización, bajo la perspectiva del ámbito educativo, valorar la calidad de la educación requiere en gran medida de



capacidades sociales que desde cierta posición se estiman indispensables para una dinámica educativa de un país, atendiendo el encargo social, teniendo como hilos conductores: la ética, la educación y la ciudadanía como parte de ese equilibrio.

La labor del docente se desarrolla en una diversidad de entornos como: el histórico, político, social y cultural que, de alguna manera, se ve sometido a una diversidad y condiciones, tanto de las familias como de la propia historia de vida de cada uno de los alumnos, presentándose por propia naturaleza de este *collage* el concepto de repercusión social de la práctica docente en el aula.

Por lo tanto, de manera general, se trata de recuperar el análisis de dicha dimensión: la social, junto con el docente cuyo hilo conductor es el sentido de su quehacer profesional, teniendo como marco de referencia o marco histórico en el que se encuentre y, desde luego, el de entornos particulares en el que se desempeña, así como las propias expectativas y presiones que recibe tanto del propio sistema como de los discentes. De aquí la importancia de conocer y reconocer dichos entornos cuyo común denominador son los diversos sectores sociales como parte de un acercamiento al proceso de enseñanza aprendizaje y, por lo tanto, promover la autonomía del alumno.

“La Universidad debe partir de una concepción y un análisis de la sociedad a la que no pueda serle ajena una manera de entender y construir al sujeto político por excelencia: la ciudadanía” (Ellio, Chica, Vila, Zhizhko, Aguilera y Ortíz, 2012, p.9).

De aquí la importancia de reconocer que los procesos de enseñanza y aprendizaje se desarrollan bajo una esfera compleja, presentándose las dimensiones biopsicosocial. Y, por lo tanto, los nuevos roles de los docentes, cuyo derrotero es la promoción de la autonomía de los alumnos, con base en una sociedad que demanda equidad, calidad en la educación, mejores oportunidades en todos los ámbitos y, por supuesto, el avance tecnológico, entre otras cuestiones, que se desarrollan y adaptan ante una sociedad en tiempos de globalización.

Y es que ante un panorama nada favorable en nuestro México, caminar en tiempos de globalización origina disparidades como es el caso de una sociedad iberoamericana tan desigual, cuyas áreas de oportunidades en la formación y promisión de ciudadanos libres, cultos y solidarios constituyen, sin lugar a duda, como una punta de flecha hacia un compromiso colectivo de los diferentes sectores sociales, a superar las condiciones de pobreza en cualquiera de sus aristas, la marginación y, por supuesto, la inequidad.

La educación superior debe formar profesionistas en las áreas de mayor necesidad, de acuerdo con el modelo del país que la sociedad aspira.

Bajo este tenor, la universidad donde se realizó la investigación tiene como Misión Institucional: "Contribuir al desarrollo académico de nuestros estudiantes, para el logro de su mejor desempeño laboral y de su calidad de vida" (Página electrónica de la universidad).

Y el objetivo de la licenciatura en Psicología es:

Formar profesionales en el ámbito de la psicología con los conocimientos teóricos, prácticos y metodológicos, además de habilidades y actitudes que les permitan comprender, en su complejidad, el comportamiento humano en cada etapa del desarrollo, tanto de manera individual como a nivel social, incidiendo de manera crítica y ética en los escenarios educativos, laborales, clínicos y sociales que constituyen el ser y quehacer humano. Se incluye en el perfil de egreso los siguientes ejes:

Conocimientos

Estrategias de procedimientos y herramientas que permiten incidir sobre los procesos psicológicos del comportamiento.

El desarrollo biológico y psicofisiológico humano en sus distintas etapas.

Elementos psicopedagógicos de la educación.

El diseño de estrategias y modelos de intervención psicológica en ambientes escolares, clínicos o laborales.

Habilidades y destrezas

Evaluar y diagnosticar el comportamiento humano en el contexto social e institucional.

Desarrollar y evaluar programas de prevención e intervención en el área de salud mental.

Determinar el tipo de terapia o atención que cada caso requiere.

Actitudes

Apertura para la adquisición de nuevos conocimientos.

Integridad moral en la relación con los demás y en su desarrollo profesional.

Buscar el desarrollo de los potenciales humanos a través de los conocimientos de su área.

Con base en lo anterior se pretende que el plan de trabajo de cada asignatura contribuya al desarrollo del perfil de egreso y de las competencias genéricas y específicas, existiendo diferentes modalidades de enseñanza en donde se contemplan los distintos escenarios, clasificándose en: las clases teóricas y las clases prácticas; las primeras son las más habituales en el ámbito universitario e implican todas aquellas clases que se llevan a cabo dentro de sus instalaciones, independientemente de la modalidad organizativa que se aplique, las cuales analizaremos retomando la clasificación propuesta por Díaz (2005). En el caso de las



modalidades presenciales encontramos las clases teóricas que implican el hablar a los estudiantes a partir de sesiones expositivas, explicativas y/o demostrativas de contenidos a través de presentaciones que pueden ser por parte del profesor o por los alumnos. Esta es una de las estrategias que en la actualidad sigue permeando en las aulas universitarias, quizá porque a los docentes que impartimos asignaturas en este nivel nos ha costado mover nuestros esquemas de pensamiento y dejar a un lado la visión de expertos que dominamos el tema para convertirnos en guía y acompañante de nuestros alumnos o, en otro extremo, hemos confundido los enfoques teóricos y consideramos que ser constructivistas es repartir un temario y dejar que los alumnos expongan, cayendo en clases absolutamente teóricas donde sólo cambia el expositor (un alumno o equipo) que, en el mejor de los casos, habrá comprendido bien el tema y preparado algo de calidad para sus compañeros, pero que en la mayoría de los casos sólo comparten un resumen con poco dominio conceptual y con una interpretación poco profunda del tema, quedando la interrogante: ¿Cómo solicitarle al alumno que exponga un tema que ni él ha logrado conceptualizar, comprender y dominar en su totalidad? Si bien esto sería lo cuestionable, de esta modalidad lo innegable es que es una estrategia que nos permite dar mayor cantidad de contenidos conceptuales (básicos en algunas asignaturas teóricas), reducir tiempos y alcanzar a cumplir un mayor porcentaje de los temarios (que frecuentemente son muy extensos para el número de horas asignadas) y que bien empleado este tiempo permite al docente universitario compartir con sus alumnos su experiencia profesional, ejemplificar y construir conceptos sólidos.

Otra modalidad descrita por Díaz (2005) son los seminarios talleres que tienen por objetivo construir conocimiento a través de la interacción y la actividad e incluyen sesiones monográficas supervisadas con participación compartida (profesores, estudiantes, expertos). Asimismo, se define taller como: “una realidad compleja que si bien privilegia el aspecto del trabajo en terreno, complementando así los cursos teóricos, debe integrar en un solo esfuerzo tres instancias básicas: un servicio en contexto real, un proceso pedagógico y una instancia teórico-práctica” (Prozecauski, citado en Betancourt, Guevara y Fuentes, 2011, p.27).

La ventaja que se observa en esta modalidad es que da mayor oportunidad a los alumnos para debatir, analizar, reflexionar, intercambiar ideas y discutir sobre temas específicos, otorgando a los alumnos un rol más activo. Esto es fundamental para los futuros psicólogos porque les permite desarrollar habilidades intelectuales que serán necesarias, independientemente del área en la que se desarrollen.

Con base en lo anterior, en la asignatura de Motivación y Emoción, se planteó como estrategia de trabajo la modalidad de taller, desde dos perspectivas: 1) como el acercamiento al análisis de los contenidos curriculares y 2) se propuso que los alumnos planearan un taller educativo de corte humanista para aterrizar el tema del estrés, desarrollar habilidades para el manejo de grupo y brindar apoyo a un sector de la comunidad.

Se retoma la perspectiva humanista pues considera al hombre como básicamente positivo y confiable y centra su interés primordial en el *cómo* más que en el *por qué* del comportamiento, lo que modifica la visión del individuo, ya que se le da más importancia a una cierta modalidad



de funcionamiento del organismo que a un objetivo final que la persona debería alcanzar (Latner, 1996; Nye, 2002). Lo anterior implica incluir aquellas experiencias humanas que son únicas (amor, temor, esperanza, odio, entre otros) y que muestran aspectos de la vida que generalmente no son estudiados en forma científica por resistencia a ser manipulados y medidos, siendo el estrés un tema interesante de abordar desde esta perspectiva ya que el estrés que se experimenta de manera cotidiana repercute en las emociones y en la calidad de vida de las personas, pudiendo generar procesos como ansiedad o enfermedades psicosomáticas.

Bajo esta perspectiva, el crecimiento y el desarrollo no son situaciones abstractas o lejanas, como establece Maslow (1993): un taller educativo nos permite reflexionar sobre cualidades, lo que nos agrada y nos disgusta, comenzamos a descubrir el yo y responder nuestro ¿quién soy yo? Por tanto, un proceso de desarrollo saludable lo constituye una serie ininterrumpida de situaciones de libre elección a la que la persona se ve enfrentada interminablemente a lo largo de su ciclo vital.

Rogers (1983) señala que todas las personas están estimuladas por una tendencia inherente a actualizar, es decir, a desplegar todas sus potencialidades, favoreciendo su desarrollo, conservación y enriquecimiento, de modo que es importante generar esos espacios de reflexión en donde, coordinados por profesionales de la psicología, se encamine a las personas a procesos de crecimiento personal.

En apoyo a esta idea, estudios realizados reconocen la necesidad de implementar estrategias educativas para el crecimiento y desarrollo integral donde se promueva el autoconocimiento y las habilidades emocionales y sociales (Jadue, 2003), donde se trabaje sobre el autocontrol, el respeto por los otros y la sensibilidad social para lograr canalizar de forma adecuada la agresividad e impulsividad. ***Desde esta perspectiva es que en la asignatura de Motivación y Emoción se propuso realizar un taller educativo para el manejo del estrés que tuvo por objetivo: generar un espacio de reflexión que permita a los participantes identificar las situaciones cotidianas que generan estrés, el impacto generado en su personalidad, así como conocer estrategias para su afrontamiento funcional.***

Contexto

El taller como estrategia didáctica, sus fases y componentes para el desarrollo de un proceso de cualificación en el uso de Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) con docentes de lenguas extranjeras, universidad privada en el municipio de Tlalnepantla de Baz, zona urbana; su modelo educativo es flexible en cuanto a la organización de asignaturas y horarios, lo cual atrae a alumnos de nivel socioeconómico medio, quienes trabajan para solventar sus estudios, de modo que cuentan con experiencia en el ámbito laboral en distintas áreas. La población invitada al taller corresponde a personas de nivel socioeconómico medio, estudiantes de licenciatura de otras universidades o adultos trabajadores en diferentes ambientes interesados en el tema.

Procedimiento

El procedimiento se divide en 3 aspectos:

1. La planeación del taller que implicó cinco horas de trabajo en clase con coordinación del maestro, aproximadamente diez horas de trabajo extraclase (actividades a realizar en casa que luego el docente retroalimentaba en el aula de manera individual o por equipos) y retroalimentación en medios de comunicación electrónica.
2. El desarrollo de habilidades, dominio conceptual y actitud en los alumnos para que contaran con las competencias para coordinar el taller (implicó diez horas clase, aproximadamente).
3. La implementación del taller (diez horas) divididas en sesiones de dos horas.

Posteriormente, se realizó en grupo la evaluación del taller (a partir de la autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación).

Por último, se conformó el informe final que incluía todo el sustento teórico (marco teórico en relación al tema del estrés y en cuanto a la forma de trabajo -taller de corte humanista-), metodológico (objetivo, justificación, procedimiento -cartas descriptivas por sesión-) y la evaluación del taller por parte de los participantes, así como la evaluación del taller como estrategia didáctica para el desarrollo de competencias en los alumnos dentro de la asignatura.

Desarrollo

A partir de las etapas establecidas en el punto anterior se explica lo realizado:

A) Planeación del taller

- Se planteó con el grupo la necesidad de vincular la teoría con la práctica a partir de la planeación e implementación de un taller educativo.
- Se trabajaron cinco sesiones grupales para realizar la planeación del taller, el cual incluía:

La elección del tema, teniendo como criterios que estuviera vinculado con el contenido teórico de la asignatura y contemplando que fuera una necesidad identificada en la población (a partir de un sondeo con universitarios de otras licenciaturas).

Una vez elegido el tema se planteó el objetivo, justificación, población a quien iría dirigido, número de sesiones, espacios y la elaboración del marco teórico.

Se decidió hacer el taller desde la perspectiva humanista, por lo que el siguiente paso consistió en investigar dinámicas y estrategias para abordar las diferentes temáticas con la población. En equipos de trabajo se propuso una dinámica para cada tema y en plenaria se discutieron y analizaron cada una para así conformar la versión final del taller.

Una vez construido el taller se asignaron comisiones para llevarlo a cabo:

Materiales. Se dedicaron a realizar todo el material requerido para cada una de las dinámicas, con el cuidado de cumplir con los principios psicopedagógicos necesarios para poder facilitar el taller.

Logística. Se encargaron de organizar las diferentes áreas y espacios para el taller y las diferentes actividades.

Invitaciones. Se dedicaron a elaborar la invitación y a confirmar la asistencia de los participantes, cumpliendo con el requisito de que fueran veinticinco.

Coordinadores. Se encargaron de facilitar las diferentes sesiones del taller, para ello requirieron la revisión teórica del tema.

B) Desarrollo de habilidades, dominio conceptual y actitud en los alumnos.

Se manejaron sesiones en donde se analizaron los elementos que debería tener un taller y se discutió la información sobre el tema del estrés a partir de preguntas de reflexión, mapas mentales y análisis críticos (en equipos y plenarias). De igual forma, se trabajó el desarrollo de habilidades expositivas, de manejo de grupo, retroalimentación y actitud empática a partir de *role-playing* y debates.

Asimismo, se fortaleció el desarrollo de habilidades para trabajar de manera colaborativa en las diferentes comisiones y en plenaria.

C) Implementación del taller.

Se realizaron cinco sesiones del taller educativo titulado: "Vive o muere con tu estrés", con dos horas de duración en donde los veinticinco participantes invitados reflexionaron sobre qué es el estrés, sus características y aprendieron estrategias para afrontarlo como: la terapia de relajación. La organización del taller implicó actividades prácticas en donde se generaban situaciones para experimentar el contenido del tema y después se invitaba a la reflexión en plenaria por parte de los participantes para que expusieran la experiencia vivida y después los coordinadores retroalimentaban y daban cierre a las actividades.

Resultados

Los resultados del taller se exponen en relación a dos vertientes: la primera vinculada con la experiencia vivida por los participantes y la segunda como modalidad de enseñanza para el desarrollo de competencias en los alumnos de psicología.

Experiencia de los participantes en el taller

En las sesiones se contó con el 100% de asistencia, todos los participantes se involucraron en las actividades y reflexionaron sobre los diferentes tópicos. A continuación se reportan algunas de las actividades más significativas: la dinámica del cuerpo humano consistió en que los



participantes pegaron en un macrotipo del cuerpo humano letreros de las diferentes enfermedades psicosomáticas, los participantes ubicaron dichas enfermedades y su relación con el estrés, compartiendo experiencias personales.



Foto 1. En esta imagen se observa a uno de los alumnos coordinadores retroalimentando la actividad de identificación de enfermedades psicosomáticas

Otra de las dinámicas consistió en realizar un *role playing* en donde los participantes representaron situaciones que generan estrés en su vida familiar, lo cual sirvió para gestar puntos de convergencia entre ellos y analizar opciones de afrontamiento funcional.



Foto 2. En esta imagen se observa a un equipo de participantes llevando a cabo un *role playing* sobre una problemática familiar

Una de las dinámicas que mayor impacto tuvo en los participantes fue la técnica de relajación que se manejó dentro de la sesión y se les invitó a practicarla en casa, logrando que experimentaran cómo una acción que sólo implica la inversión de diez minutos puede contribuir a mejorar su calidad de vida.



Foto 3. En esta imagen se observa a los participantes practicando la técnica de relajación que se proporcionó como una herramienta para contribuir a disminuir sus niveles de estrés cuando se aplica de manera cotidiana

Después de concluido el taller se solicitó a los participantes una evaluación cualitativa sobre las actividades, los conductores y la experiencia. Se recabaron comentarios como los siguientes: "Cuando nos invitaron al taller pensamos que iba a ser muy teórico pero nos gustó cómo a partir de juegos y dinámicas aprendimos sobre el estrés", "A mí me pareció muy interesante que los jóvenes que están estudiando para psicólogos nos compartan lo que han aprendido porque nos sirve para usarlo en nuestra vida cotidiana", "Ojalá vuelvan a hacer un taller de éstos".

Como modalidad de enseñanza para el desarrollo de competencias en los alumnos de psicología, la planeación e implementación de un taller educativo permitió a los alumnos:

Ampliar sus conocimientos en relación al tema del estrés, la psicología humanista y desarrollar habilidades comunicativas vinculadas con el análisis de información, planeación y manejo de grupos, lo cual se evaluó a partir de una rúbrica. Asimismo, al finalizar las sesiones del taller, se brindó un espacio en donde los alumnos en plenaria reconocieron sus fortalezas y sus áreas de oportunidad, de igual forma, comentaron las identificadas en sus compañeros y la docente hizo la retroalimentación pertinente a cada uno.

Todo el proceso antes descrito se concretó en un trabajo final que incluía el marco teórico, metodológico, las cartas descriptivas, los resultados, la bitácora y el informe final.

Discusión

En la presente investigación se demostró que el plantear el taller educativo como modalidad de enseñanza en la licenciatura de Psicología facilita el rol activo del alumno, favoreciendo la integración de la teoría y práctica mediante la interrelación de conocimiento y acción, por lo tanto, se comparte con Ardenghi y Agnelli (2012) la idea de que el taller es una metodología que permite superar la enseñanza centrada en el alumno como oyente y el profesor como transmisor-informado, evitando que se aborde el conocimiento como algo ya dado, lo que implica superar el corte comúnmente presente entre la enseñanza, el aprendizaje y la realidad. De igual modo, se comparte con Betancourt (1996) la idea de que el taller educativo implica una práctica concreta que facilita la inserción del alumno en la realidad que constituirá su futuro campo de acción, de modo que permite el desarrollo sólido de competencias profesionales.

No obstante, el taller educativo no sólo brinda una oportunidad de aprendizaje significativo a los alumnos, también es una oportunidad de vincular a la universidad con la sociedad, ya que a la comunidad le es de utilidad contar con espacios educativos terapéuticos que les ayuden a afrontar problemáticas sociales comunes, como lo es el estrés, y así contribuir a mejorar su calidad de vida ya que en muchos casos no les es factible asistir a este tipo de apoyo psicológico en ambientes privados por el costo que implica, de modo que realmente valoran y se comprometen cuando identifican que además de ser una opción gratuita hay un trabajo profesional.

Finalmente, se considera que la planeación de un taller cumple con los criterios que marca el enfoque actual de la educación por competencias, aunque se reconoce que para que exista un mayor impacto es necesario que estas actividades no se manejen sólo por asignatura sino que se integren en un trabajo colegiado, promoviendo la interdisciplinariedad.

Conclusión

El trabajar a partir de la planeación de un taller educativo en el nivel universitario permite que los alumnos desarrollen competencias que serán básicas en su vida profesional, dando un espacio para la reflexión e integración de la teoría con la práctica, a la vez que brindan un servicio a la comunidad, cumpliendo así con un encargo social; por lo antes expuesto, el taller educativo debe ser una modalidad de enseñanza que recobre mayor relevancia en la educación universitaria para fortalecer el enfoque educativo por competencias.

Referencias documentales

- Ardenghi, D. & Agnelli, M. (2012). *Estrategia para motivar el rol activo del alumno en el aprendizaje del curso de construcciones rurales de la facultad de ciencias agrarias y forestales* – unlp. Facultad de Ciencias Agrarias y Forestales. Universidad Nacional de La Plata. Recuperado de: http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/21764/Documento_completo.pdf?sequence=1
- Betancourt, M. (1996). *El taller educativo. ¿Qué es? Fundamentos, cómo organizarlo y dirigirlo, cómo evaluarlo*. Aula abierta. Santa Fe de Bogotá, Colombia: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Betancourt, R; Guevara, L. y Fuentes, E. (2011). *El taller como estrategia didáctica, sus fases y componentes para el desarrollo de un proceso de cualificación en el uso de Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) con docentes de lenguas extranjeras. Caracterización y retos*. Bogotá. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad La Salle. Recuperado de: <http://repository.lasalle.edu.co/bitstream/10185/7927/1/T26.11%20B465f.pdf>
- Comité Proyecto Alfa Tuning – America Latina. (2007). Borrador del informe final del proyecto Alfa Tuning America Latina (Quinta Reunión): México.
- Díaz, M. (Dir.); Alfaro I.; Apodaca, P.; Arias, J.M.; García, E.; Lobato, C. y Pérez, A. (2005). *Modalidades de enseñanza centradas en el desarrollo de competencias: Orientaciones para promover el cambio metodológico en el espacio Europeo de Educación Superior*. España: Ediciones Universidad de Oviedo.
- Elliot; Chica, F.; Vila, E.; Zhizhko, A.; Aguilera, L. & Ortiz, Y. Ética, educación y ciudadanía. *Revista Innovación Educativa*, ISSN: 1665-2673, Vol. 12, número 59, mayo-agosto, 2012.
- Jadue, J. G. (2003). *Transformaciones familiares en Chile: Riesgo creciente para el desarrollo emocional, psicosocial y la educación de los hijos*. Estudios Pedagógicos (Valdivia), número 29, pp. 115-126.
- Kobinger, L. (1998). De la evaluación de actitudes a la evaluación de competencias. *Serie investigación y evaluación educativas*, p. 22.

Latner, J. (1996). *Fundamentos de la Gestalt*. Santiago, Chile: Editorial Cuatro Vientos, 2ª edición, pp. 49-86.

Maslow, A. (1993). *El hombre autorrealizado*. Argentina: Editorial Troquel S.A., 2ª ed., pp.25-31, 45-72, 173-185.

Nye, R. (2002). *Tres psicologías: Perspectivas de Freud, Skinner y Rogers*. México: Internacional Thomson Editores S.A., 6ª edición, pp. 97-129.

Rogers, C. (1983). *El proceso de convertirse en persona: mi técnica terapéutica*. México: Editorial Paidós, pp. 245-274.