

PROFESIONALES CONSCIENTES: UNA EXPERIENCIA DE APS DENTRO DEL CICLO FORMATIVO DE GRADO MEDIO DE ATENCIÓN A PERSONAS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA

A. Cristina Zamora-Castillo

Diplomada en Educación Social, Licenciada en Pedagogía y Doctora en Pedagogía Social y Desarrollo Comunitario. Profesora de Intervención Sociocomunitaria en el IES BERENGUER DALMAU de Catarroja (Valencia)

Guillermo Jorques Revert

Diplomado en Relaciones Laborales. Prospector de FP en el CEFIRE de Torrent (Valencia)

M. Soledad Médico Ruiz

Diplomada en Educación Social. Profesora de Intervención Sociocomunitaria en el IES BERENGUER DALMAU de Catarroja (Valencia)

M^a José Domínguez Hervás

Licenciada en Comunicación Audiovisual. Profesora de Intervención Sociocomunitaria en el IES BERENGUER DALMAU de Catarroja (Valencia)

M^a Eulàlia Villanueva

Diplomada en Trabajo Social y Licenciada en Sociología. Profesora de Intervención Sociocomunitaria en el IES BERENGUER DALMAU de Catarroja (Valencia)

RESUMEN

En el siguiente artículo se muestra la experiencia de Aprendizaje Servicios (APS) desarrollado en el IES Berenguer Dalmau (Catarroja) y entidades sociales de atención a la dependencia de la zona, durante el curso escolar 2022-2023. Este proyecto de APS ha tenido como eje conductor la meditación, para el desarrollo de las destrezas sociales del alumnado de 2º curso del Ciclo Formativo de Grado Medio de Atención a Personas en situación de Dependencia, dentro del módulo de Destrezas Sociales. Por su parte dentro del ámbito social, la meditación ha servido al alumnado como herramienta para ayudar a los colectivos vulnerables a mermar situaciones de ansiedad o ayudar en el control de sus emociones. Tras la pandemia mucho del alumnado no había pisado ninguna entidad, por lo que este proyecto ha sido una dosis de realidad para el alumnado de 2º curso y una oportunidad para “aprender haciendo” e impulsar su formación, desde el desarrollo de las competencias propias de este perfil profesional, mediante la implementación de este proyecto, dentro de su futuro entorno laboral.

Además se han trabajado las nuevas tecnologías, ya que el alumnado ha creado una web de recursos de meditación, para que las entidades participantes (Apami, Centro Ocupacional 9 de octubre, Residencia Parque Luz y AFPEM), puedan continuar con el proyecto de “Profesionales Conscientes”

PALABRAS CLAVE:

meditación, Aprendizaje Servicio (APS), profesionales conscientes, servicios socioculturales y a la Comunidad, Atención a la Dependencia.

SUMMARY:

The following article shows the Learning Services (APS) experience developed at the IES Berenguer Dalmau (Catarroja) and social entities that care for dependencies in the area, during the 2022-2023 school year. This PHC project has had meditation for the development of the social skills of students in the 2nd year of the Intermediate Level Training Cycle for Care for Dependent People as its main axis, within the Social Skills module. For its part within the social field, meditation has served students as a tool to help vulnerable groups to reduce anxiety situations or help control their

emotions. After the pandemic, many of the students had not set foot in any entity, so this project has been a dose of reality for 2nd year students and an opportunity to "learn by doing" and promote their training, from the development of the skills of this professional profile, through the implementation of this project, within their future work environment.

In addition, new technologies have been worked on, since the students have created a web of meditation resources, so that the participating entities (Apami, 9 de Octubre Occupational Center, Parque Luz Residence and AFPEM), can continue with the "Professionals Conscious".

KEYWORDS:

meditation, Service Learning (APS), conscious professionals, sociocultural and community services, Dependency Care.

1. UBICACIÓN DEL PROYECTO DE APS: PROFESIONALES CONSCIENTES

El proyecto lo ubicamos en el IES Berenguer Dalmau, de Catarroja (Valencia), dentro de la familia profesional de Servicios Socioculturales y a la Comunidad, concretamente en el Ciclo Formativo de Grado Medio de Atención a Personas en Situación de Dependencia, regulado por el Real Decreto 1593/2011, de 4 de noviembre, por el que se establece el Título de Técnico en Atención a Personas en Situación de Dependencia y se fijan sus enseñanzas mínimas. Su currículum queda regulado den el ámbito de la Comunidad Valenciana por la Orden 30/2015, de 13 de marzo, por la que se establece el currículum del ciclo formativo de Grado Medio correspondiente al título de Técnico en Atención a Personas en Situación de Dependencia.

En este ciclo formativo, ubicamos el APS de profesionales conscientes, dentro del módulo de 2º curso de "Destrezas Sociales" módulo al que le corresponden un total de 132 horas, distribuidas en un total de 6 horas semanales.

Los contenidos del módulo, según la Orden 30/2015, por el que se establece el currículum de Destrezas Sociales son:

1. Caracterización de estrategias y técnicas de comunicación y relación social con el entorno.
2. Aplicación de técnicas de trabajo en grupo.
3. Aplicación de técnicas de gestión de conflictos y resolución de problemas.
4. Valoración de la propia competencia social para el desarrollo de sus funciones profesionales analizando su incidencia en las relaciones interpersonales y grupales.

2. EL PROYECTO Y SUS ESPECIFICACIONES

El proyecto de PROFESIONALES CONSCIENTES nació del proyecto de innovación educativa CENTROS CONSCIENTES, creado por el profesor de FOL Guillermo Jorques, ahora prospector en el Cefire de Torrent y continuado por la compañera de Intervención Sociocomunitaria Soledad Médico. Este proyecto tenía como objetivos mejorar el estado emocional del profesorado y el alumnado, evitar el estrés y sufragar los problemas mentales consecuencia de la pandemia.

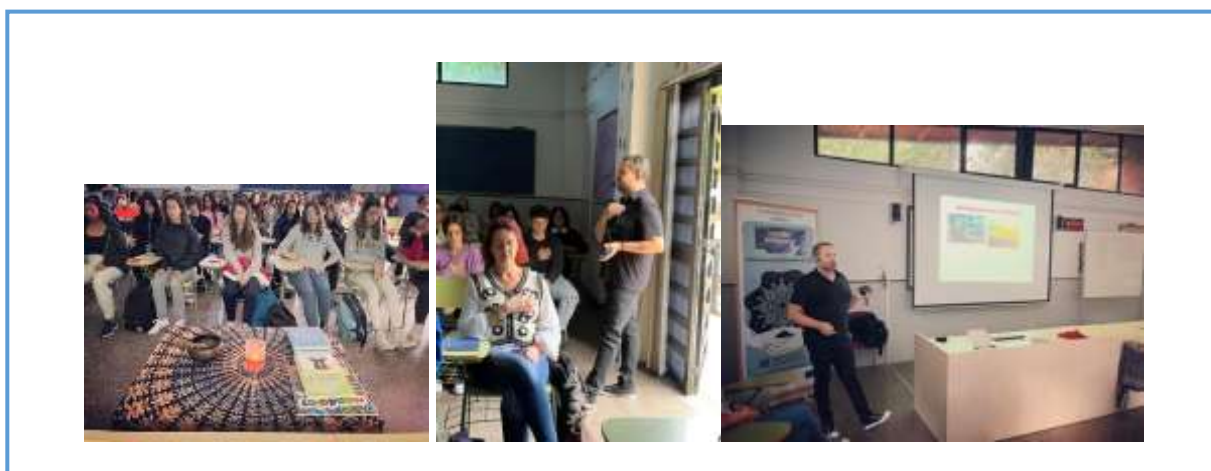
Para ello el profesorado recibió formación, para trabajar la meditación, la calma y la gestión de emociones desde las aulas.

De este gran proyecto en el curso 2022-2023 nació de la mano de las docentes Ana Cristina Zamora, M^a José Domínguez y M^a Eulàlia Villanueva y, profesionales conscientes, que tenía el objetivo puesto en formar al alumnado en estrategias de gestión emocional mediante la meditación. Pero no solo eso, sino que además han querido que esta formación permitiera al alumnado llevar a la práctica sus propias meditaciones a centros de atención a personas dependientes.

Lo que ha sido todo un éxito, pues no solo les ha permitido conocer diferentes recursos, sino además trabajar competencias, tan importantes como la comunicación eficaz, la empatía, el trabajo en equipo y la capacidad de adaptación.

2.1 FASES DEL PROYECTO DE APS “PROFESIONALES CONSCIENTES”

1º Formación del alumnado en meditación, el objetivo era dar a conocer la meditación, sus beneficios y las diferentes maneras de implementación, para ello un experto en meditación vino al centro a dar una formación de 3 horas, donde el alumnado mismo experimentó en primera persona los tipos de meditación y sus beneficios (1 sesión en octubre)



Imágenes 1, 2 y 3: sesión alumnado y profesorado, para la formación en meditación. Docente: Guillermo Jorques Revert

2º Sesiones de meditación, para que el alumnado pusiera en práctica sesiones propias de meditación elaborada por ellos/as y conseguir alcanzar los beneficios de esta herramienta, a nivel personal y profesional (1 vez en semana de octubre a noviembre)

- El alumnado se dividió en grupos de 2-3 personas
- Durante la semana nos presentan su meditación con ayuda de una plantilla (Disponible en el siguiente enlace: https://docs.google.com/document/d/14DabmTKRpKEB8_RX5nMjUNFnf5SbKXiT/edit?usp=drive_link&oid=116480520809856312361&rtpof=true&sd=true)

- Un día a la semana el grupo facilita la meditación (15 minutos en días en los que la sesión de clase dura 2 horas).
- El mismo alumnado una vez finalizada la meditación, evalúa a sus compañeros/As mediante tertulia dialógica y el intercambio de ideas y opiniones.
- Además las profesoras usan una rúbrica de evaluación de la meditación (Disponible en el [siguiente](#) enlace: https://docs.google.com/document/d/1HJBzAOdgv7Z0cy7FP2dHXqMfDSRjKCGQ/edit?usp=drive_link&ouid=116480520809856312361&rtpof=true&sd=true)
- Una persona del grupo documenta visualmente la sesión.
- El grupo entrega una ficha con la descripción de su sesión de meditación con el material (ficha y montaje con vídeo o fotos y grabación de la meditación en podcast)
- Con toda esta información la van cumplimentando Google sites (Disponible en el siguiente enlace: <https://sites.google.com/view/profesionalesconscientes/inicio>)

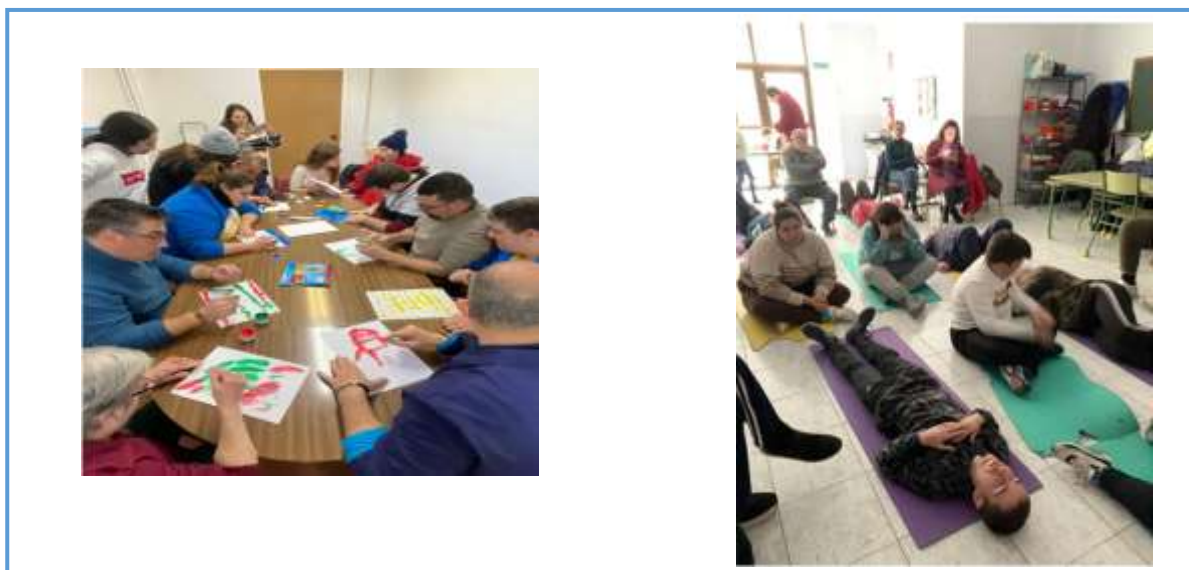


Imágenes 4, 5 y 6: sesiones elaboradas por el propio alumnado para sus compañeros/as de clase.

3º Llevaron su meditación a los centros (residencias, centros de día...) (diciembre-enero-febrero)

- Primero las docentes se pusieron en contacto con las entidades de atención a la dependencia de la zona, para ofrecerles el servicio (la meditación semanal en sus centros)

- Después el alumnado va a visitar los centros en los que iba a llevar a cabo la meditación para conocer los espacios y las características de las personas a las que atienden, y adaptar la meditación a las necesidades de los colectivos y del contexto en el que se encuentran.
- Como los grupos solo hacen una meditación, habiendo 20 grupos entre 2º A y B de este ciclo, se consiguieron un total de 4 centros y 5 meditaciones en cada uno, es decir 5 semanas en cada centro.



Imágenes 7 y 8: sesiones adaptadas e implementadas por el alumnado en los centros de atención a personas dependientes.

4º Facilitan recursos a los centros para que puedan continuar con las meditaciones semanales (febrero)

- El alumnado ha ido creando progresivamente la web del proyecto “Profesionales conscientes” con recursos para que el proyecto que se pensaba a corto plazo, pueda continuar en el tiempo en los centros, al facilitar esta web a los profesionales de las entidades, con

todos los recursos que han creado, para implementar de manera sencilla las diferentes meditaciones.



Imágenes 9 y 10: Página web y QR de acceso a la misma.

5ª Evaluación del APS: (marzo)

- Con el alumnado se realizó un intercambio oral de impresiones, experiencias y propuestas de mejora...
- Con las personas usuarias de las entidades al realizar la última meditación, mediante una dinámica de grupo.
- Desde las entidades, los profesionales mediante un google forms. (Disponible en el siguiente enlace: <https://forms.gle/uK1SdaXmaKXghKkA6>)

3. COMPETENCIAS CLAVE QUE SE HAN TRABAJADO

Las recomendaciones de la Unión Europea (2008), relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente, insisten en la necesidad de la adquisición de las **competencias clave** por parte de la población como condición necesaria para lograr que todas las personas alcancen un pleno desarrollo personal, social y profesional que se ajuste a las demandas de un mundo globalizado, tecnológico y cambiante, y permita el desarrollo económico y social, vinculado al conocimiento.

Reconocemos especialmente en este proyecto las siguientes competencias clave:

- Gestión emocional para afrontar las diferentes situaciones en el mundo laboral y prevenir el síndrome born out.
- Inteligencia emocional para desarrollar la capacidad del buen trato y el buen cuidado de las personas a las que atienden.
- Capacidad de adaptación a las nuevas demandas laborales y perfiles sociales de las personas usuarias.
- Competencia comunicativa para saber dirigirse y utilizar un lenguaje adecuado en cada rol profesional (tono, volumen, ritmo...)
- Competencias digitales por medio de la utilización de las tic en el aula como herramienta para la consecución de un bien común.

4. ROLES EN EL PROCESO DE APS

El alumnado ha sido protagonista directo del proceso de enseñanza aprendizaje. Ha aprendido a gestionar sus emociones desde la propia meditación, creando además meditaciones para sus compañeros/as.

En las dinámicas de grupos, han sido los actores y actrices principales, desde los ejercicios y las experiencias en los mismos, han sacado los contenidos del módulo y de este proyecto.

Han sido capaces de adaptarse a los cambios, adaptando sus meditaciones a las necesidades de los diferentes colectivos con los que han trabajado para aplicar esta experiencia.

Ha sabido gestionar sus miedos y trabajar de manera cooperativa organizando sus intervenciones, coevaluando y autoevaluando sus meditaciones y la de sus compañeros/ as desde la crítica constructiva para mejorar el servicio que prestaban a las entidades.

Han desarrollado estrategias útiles de comunicación al trabajar, el tono, el volumen y el ritmo de su entonación, con el objetivo de hacer llegar las meditaciones a los compañeros y personas dependientes a las que les realizaban las meditaciones.

Además han aprendido a transmitir la información de manera clara y sencilla mediante la creación de su meditación en la página web, a la vez que trabajaban la creatividad y el uso y competencias tics necesarias para crear herramientas y recursos en línea para compartir sus experiencias.

Las docentes hemos cumplido el papel de guías en el proceso de Enseñanza aprendizaje, hemos acompañado al alumnado, hemos creado la necesidad en ellos y ellas de desarrollar las diferentes competencias clave y específicas, mediante la creación de dinámicas de grupo, la creación del (APS) Aprendizaje Servicio y la implementación del proyecto fuera del ámbito exclusivamente docente. Además de crear la web compartida, donde las docentes hemos dado tan solo las premisas necesarias para que el propio alumnado hiciera su aportación mediante este recursos digital.

5. TÉCNOLOGÍA EDUCATIVA UTILIZADA

Se ha empleado especialmente la herramienta tecnológica de google sites, que ha permitido crear la web con los recursos de meditación que ha creado y adaptado el propio alumnado.

El motivo de usar esta herramienta es que el alumnado podía trabajar sobre la misma plataforma a la vez creando sus contenidos de manera coordinada y cooperativa.

Otras herramientas usadas han sido canva para crear documentos con información sencilla, ágil y muy visual; drive para compartir documentos, vídeos, podcast y experiencias; google forms para evaluar la experiencia en los centros. Así como el buscador de google que les ha ayudado en la creación de contenidos y youtube que les ha permitido hacer uso de música 8D (para la relajación).

6. PERSONALIZACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Cuando cerramos los ojos, todos somos iguales dentro de nuestro mundo interior tan diferente del resto.

La práctica de la meditación dentro de profesionales conscientes, nos permite ser más empáticos. Nos permite tener más conexión con la realidad de la persona que tenemos delante, respetando la singularidad de la nuestra propia.

Nos permite aceptar las cosas como son. Y nos permite aprender a ser más proactivos en la inserción o inclusión del que pueda tener más obstáculos, bien sean físicos o mentales. El respeto es la base. Es por ello que de las diferencias hemos construido herramientas reales y efectivas en la práctica tanto dentro como fuera de las aulas participando como agentes activos en la sociedad para mejorarla.

Desde el proyecto “Profesionales Conscientes” hemos puesto en marcha un aprendizaje personalizado teniendo en cuenta las características individuales del alumnado. Además mediante la puesta en práctica de diferentes dinámicas vivenciales han ido aflorando sus intereses personales, sus capacidades, y también sus limitaciones. Esto nos ha permitido guiar a nuestro alumnado respetando de este modo las diversas maneras de aprender y los ritmos individuales. Con este proyecto rompemos de forma drástica con la metodología tradicional poniendo en práctica la metodología conocida como “aprendizaje basado en el pensamiento”.

7. EVALUACIÓN DEL APS

La evaluación de la meditación por parte de las docentes ha sido mediante rúbrica de evaluación.

Mientras que la evaluación por parte del alumnado de las meditaciones ha sido mediante tertulias dialógicas y exposición de motivos y argumentos de mejora.

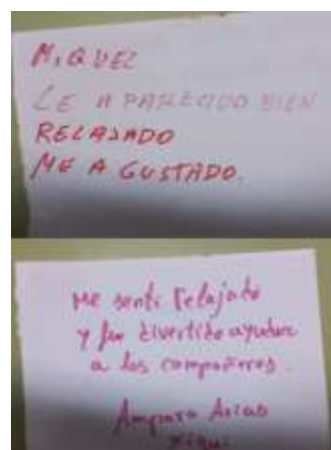
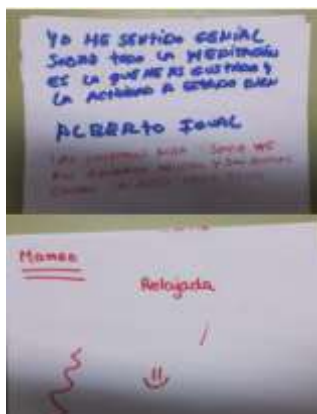
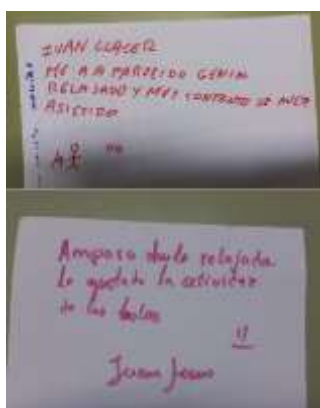
La evaluación docente se ha llevado a cabo mediante una dinámica de grupo donde cada uno indicaba que se quedaba de la experiencia y que hubiera deseado.

La evaluación del proyecto por parte de los profesionales de los centros de atención a la dependencia, a los que hemos llevado el proyecto ha sido mediante google forms. Disponible en el siguiente enlace:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd3VvVCWY0OypJqiLm0GxeKDHDifRj590WzDFhh9wlff0-w3g/viewform?usp=share_link

Y finalmente la evaluación de las meditaciones por parte de los usuarios de los centros a los que se les ha prestado el servicios, ha sido en una actividad final donde cada uno/a escribía lo que le había aportado y lo comentábamos entre todos/as.

Ejemplo de evaluación de los usuarios/as de los centros de atención a la dependencia donde se ha llevado a cabo el ASPS: Link a la web, donde consta la evaluación: <https://sites.google.com/view/profesionalesconscientes?usp=sharing>



8. CONCLUSIÓN E INFOGRAFÍA DEL PROYECTO

La pandemia sin duda nos dejó una marca. El despertar en un mundo de conexiones digitales y volver a sentirnos como personas y entre personas que interactúan es primordial para entender la evolución de una sociedad. Aprender a estar en soledad de una manera sana, no dolorosa. Sentir que formamos parte de un todo, siendo únicos.

Pensamos que estamos asistiendo a un cambio muy importante social. Donde la depresión y los problemas de salud mental van tomando una de las primeras causas de muerte entre los humanos.

Consideramos que debería ser un proyecto extensible a toda la comunidad educativa, a los centros que fomentarán espacios por y para meditar. Un espacio donde encontrar la calma y la paz. Espacios seguros donde poder expresarse y sentir las emociones.

LA MEDITACIÓN PARA LA FORMACIÓN DE PROFESIONALES CONSCIENTES: 2º TAPSD

1
FORMACIÓN SOBRE
MEDITACIÓN
"PRIMERO
AUTOCUIDADO, PARA
SABER CUIDAR"

2
CREACIÓN E
IMPLEMENTACIÓN
DE MEDITACIONES
EN EL AULA

3

CONTACTO CON LOS
CENTROS PARA
INFORMAR DE
NUESTRA PROPUESTA
DE APS



MÓDULO
DESTREZAS SOCIALES

4

CONOCIMIENTO DE LOS
CENTROS E
IDENTIFICACIÓN DE
CARACTERÍSTICAS DE LAS
PERSONAS USUARIAS
PARA ADAPTAR LAS
MEDITACIONES

6

CREACIÓN DE UNA
WEB CON TODAS LAS
SESIONES DE
MEDITACIÓN PARA
OFRECER A LOS
CENTROS



5

IMPLEMENTACIÓN
DEL APS EN LOS
CENTROS

EVALUACIÓN

7

BIBLIOGRAFÍA

Orden 30/2015, de 13 de marzo, de la Consellería de Educación, Cultura y Deporte, por la que se establece para la Comunitat Valenciana el currículum del ciclo formativo de Grado Medio correspondiente al título de Técnico en Atención a Personas en Situación de Dependencia. DOGV, 7492, de 25 de marzo de 2015. Recuperado de: https://dogv.gva.es/datos/2015/03/25/pdf/2015_2438.pdf

Real Decreto 1593/2011, de 4 de noviembre, por el que se establece el título de Técnico en Atención a Personas en Situación de Dependencia y se fijan sus enseñanzas mínimas. Boletín Oficial del Estado, 301, de 15 de diciembre de 2011. Recuperado de: http://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2011-19542

Recomendación del Consejo de 22 de mayo de 2018, relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente. Diario Oficial de la Unión Europea, 189/1, de 4 de junio de 2018. Recuperado de: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018H0604%2801%29>

COMO CITAR ESTE ARTÍCULO: Zamora-Castilla, A. C., Jorques Revert, G., Médico Ruiz, M.S., Domínguez Hervás, M.J., Villanueva, M. E., (2023); Profesionales conscientes: una experiencia de APS dentro del ciclo formativo de grado medio de atención a personas en situación de dependencia; En: <http://quadernsanimacio.net> n° 38; Julio de 2023; ISSN: 1698-4404