

CON OTROS OJOS

Evaluación
cualitativa de
un curso en
línea sobre
habilidades
para la vida
con estudiantes
de primer y
segundo curso
de universidad.

CURSO 2022/2023

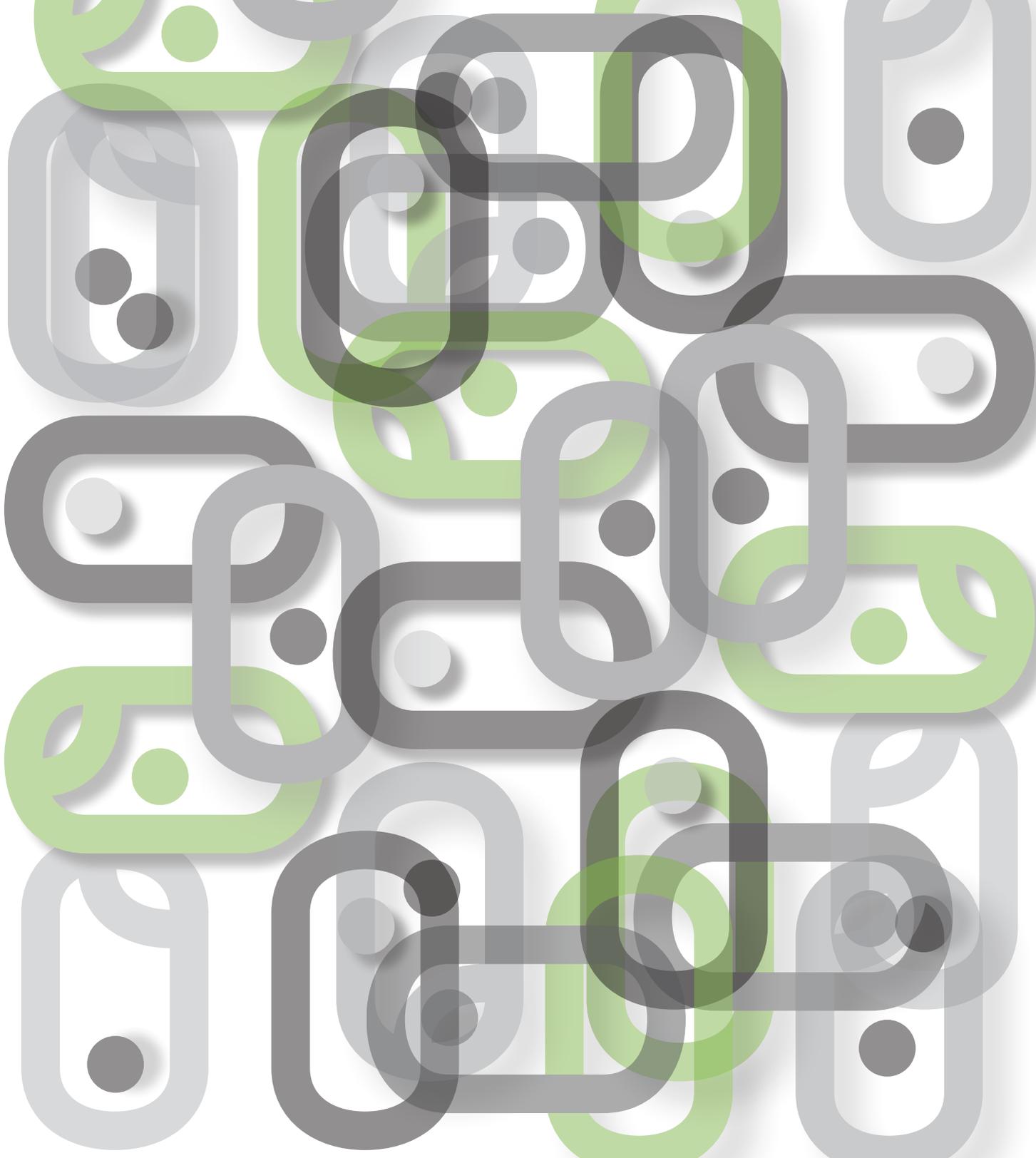
Coordinadora de la
evaluación y autora del informe:
AMANDA J. BRAVO HERNÁNDEZ

AMANDA J. BRAVO HERNÁNDEZ

CON OTROS OJOS

Evaluación cualitativa de un curso en línea
sobre habilidades para la vida con estudiantes
de primer y segundo curso de universidad.

Curso 2022/2023



Agradecimientos

Universidad Industrial de Santander-UIS

Universidad Javeriana de Cali

Universidad Nacional de Colombia-Tumaco

Universidad de Costa Rica

Universidad Autónoma de Yucatán

Universitat de Girona

Dirección: Roberto Flores Fernández

Revisión: Juan Carlos Melero Ibáñez

Autoría: Amanda J. Bravo Hernández

Gracias a la colaboración de:

- Blanca Patricia Mantilla Uribe (Universidad Industrial de Santander-UIS)
- Víctor Martínez Ruiz (Pontificia Universidad Javeriana de Cali)
- María Constanza Granados (Universidad Nacional de Colombia-Tumaco)
- Cinthya Córdoba López y Sedalí Solís Agüero (Universidad de Costa Rica)
- Elías Góngora Coronado (Universidad Autónoma de Yucatán)
- Dolors Juvinyà Canal (Universitat de Girona)

Diseño y edición: Álvaro Pérez Benavente e Itxaso G. Beobide

© Fundación EDEX, 2023

Indautxu, 9. 48011 Bilbao

www.edex.es ▪ edex@edex.es

ISBN: 978-84-19247-47-6

DL: BI 00806-2023

Reservados todos los derechos. Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta obra sin la autorización previa por escrito de los titulares del copyright.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN 4

METODOLOGÍA 10

RESULTADOS 16

LAS PERSONAS 17

EL CURSO 23

CONCLUSIONES 34

RECOMENDACIONES 38

BIBLIOGRAFÍA 42

PRESENTACIÓN

FUNDACIÓN EDEX Y LA EDUCACIÓN EN HABILIDADES PARA LA VIDA

Corría 1993 cuando la Organización Mundial de la Salud, OMS, lanzó su iniciativa *Life Skills Education for Children and Adolescents in School* (WHO, 1993). Proponía el desarrollo de diez habilidades como estrategia para promover la competencia psicosocial, entendida como «la capacidad personal para tratar efectivamente con las demandas y desafíos de la vida cotidiana (...), mantener un estado de bienestar mental que se manifiesta en una conducta positiva y adaptativa en la interacción con otras personas, su cultura y en entorno». En palabras de la OMS, esta competencia psicosocial «juega un rol importante en la promoción de la salud en su sentido más amplio, en términos de bienestar físico, mental y social».

En este marco, las diez habilidades para la vida (HpV) que, según la OMS, alimentan esta deseable «competencia psicosocial», son las siguientes:

- 1 Autoconocimiento:** reconocimiento de nuestra personalidad, fortalezas, debilidades, etc., en relación con las dimensiones clave de nuestra identidad.
- 2 Empatía:** capacidad para ponerse en el lugar de las otras personas y desde esa posición captar sus sentimientos y perspectivas vitales, apoyándolas en momentos de necesidad.
- 3 Comunicación asertiva:** habilidad para expresarse de manera apropiada al contexto, sosteniendo los propios derechos en una

relación de respeto hacia los deseos e intereses ajenos.

- 4 **Relaciones interpersonales:** capacidad para interactuar de manera positiva y mutuamente enriquecedora con las demás personas.
- 5 **Toma de decisiones:** aptitud para construir las decisiones cotidianas de acuerdo con las actitudes y valores que nos son propios.
- 6 **Manejo de problemas y conflictos:** destrezas para afrontar constructivamente las exigencias y desafíos de la vida cotidiana.
- 7 **Pensamiento creativo:** utilización de procesos mentales efectivos para buscar respuestas innovadoras ante las circunstancias vitales.
- 8 **Pensamiento crítico:** capacidad para analizar y cuestionar experiencias, información, etc., sin asumir pasivamente criterios ajenos, como es el caso de los llamados “mandatos de género”.
- 9 **Manejo de emociones y sentimientos:** reconocimiento y manejo positivo de las emociones y sentimientos que dan forma a nuestra vida afectiva.
- 10 **Manejo de tensiones y estrés:** capacidad para reconocer nuestras fuentes de tensión y actuar para su control y, en la medida de lo posible, desactivación.

Programas con enfoque de HpV

Fundación EDEX, que desde 1973 desarrolla respuestas educativas para promover el desarrollo positivo de niñas, niños y adolescentes, situó

la educación en habilidades para la vida en el corazón de sus iniciativas en el curso escolar 1989-90, cuando diseñara, aplicara y evaluara el programa de educación para la salud en enseñanza primaria La aventura de la vida. Desde entonces, dicho enfoque se encuentra en la base de sus programas educativos en diferentes áreas de actuación, y, consecuentemente, en la formación de los agentes intervinientes. Entre dichas áreas cabe citar las siguientes:

- **Educación para la salud:**

Cuentos para conversar:

<https://www.cuentosparaconversar.net>

La aventura de la vida:

<https://laaventuradelavida.net>

- **Prevención de adicciones:**

Órdago:

<https://www.ordago.net>

Unplugged:

<https://unplugged.edex.es>

- **Promoción del bienestar adolescente:**

Retomemos:

<https://retomemos.com>

- **Cultura ciudadana:**

Los nuevos vecinos:

<https://www.losnuevosvecinos.net>

- **Promoción de entornos deportivos seguros para la infancia:**

Ederto:

<https://www.ederto.edex.es>

LA ESCUELA IBEROAMERICANA DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Un largo recorrido

En 2002, desde Fundación EDEX convocamos en Madrid un taller sobre habilidades para la vida (HpV) con apoyo de la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Nos acompañó en la dinamización del mismo Leonardo Mantilla Castellanos, pionero junto a Amanda J. Bravo Hernández de la Iniciativa en Latinoamérica. Con ambos habíamos avanzado en dicho enfoque unos años atrás.

Lo que convocamos como un primer paso para compartir la iniciativa con profesionales de administraciones públicas de España se convirtió en el origen de la [Escuela Iberoamericana de Habilidades para la Vida](#), que a partir de entonces multiplicó talleres de formación presencial en España y en otros países de Iberoamérica.

Con objeto de estar en mejores condiciones para atender la demanda creciente, 10 años después, en abril de 2012, convocamos a 30 distinguidos profesionales de los mundos de la educación, la promoción de la salud y el desarrollo comunitario, conectados desde 12 países, para que validaran nuestro primer curso básico en línea sobre habilidades para la vida: *El Transcurso*. Desde entonces, son ya más de 20 años formando presencial y virtualmente a más de 10 000 personas de 23 países.

La semilla de aquel primer taller nos ha colmado de frutos. En la actualidad, disponemos de ofertas formativas a medida para el caso de los encuentros presenciales y de 8 cursos en línea, de los que se convocan varias ediciones cada año: *El Transcurso*, *Con otros ojos*, *Prevención con P de Personas*, *Entre adolescentes*, *De Igual a Igual*, *La Aventura de la Vida*, *La Aventura de la Crianza e Infancia*, *Deporte y Bienestar*.

Un estilo particular

Mantener contacto con grupos, personas y contextos tan diversos permitió madurar una forma particular de hacer formación en habilidades para la vida, entendida como proceso que no ofrece resultados de la noche a la mañana, sino que madura en forma lenta y en la vida cotidiana. Las claves para aprenderlas y enseñarlas las encontramos en el diseño de propuestas interactivas, de escucha, con entrenamiento y entretenimiento, con reflexión y espacios de expresión donde las personas encuentren sentido a las HpV en su vida personal, profesional y ciudadana. Confirmamos que no hay recetas ni fórmulas, sino personas y organizaciones capaces de hacer su propia mezcla de las habilidades, adaptándolas. Cada encuentro formativo representa la oportunidad para reproducir el ambiente en que se han aprendido siempre estas habilidades: el de la interacción humana.

Cuando abordamos el mundo virtual, echamos mano de los recursos digitales para crear esa interacción, con calidez y acompañamiento.

Desde la primera unidad de cada curso se pone el acento en crear confianza entre personas que en la mayoría de los casos no se conocen, que cuentan con formación muy diversa y desempeños profesionales diferentes, partícipes de culturas lejanas y distintas, algunas muy comunicativas, otras silenciosas; personas de las que solo vemos un nombre y una pequeña foto al lado. En la pantalla poco a poco aparecen los relatos de seres humanos que se parecen entre sí, que se convierten en ventanas a las que la curiosidad invita a asomarse para apreciar la diversidad de formas que hay de ser personas. Así, resulta posible aprender unas de otras, haciendo del curso un espacio de conexión y no solo de transmisión de contenidos.

Equipo docente diverso

La Escuela cuenta en el momento presente con la orientación de un equipo docente diverso: 7 mujeres y 7 hombres; 6 nacionalidades (Colombia, Costa Rica, España, México, Paraguay y Uruguay); con estudios en psicología, pedagogía, medicina, sociología, educación y comunicación, además de amplias experiencias de trabajo con niñas, niños, adolescentes, jóvenes y personas adultas; con desempeño en escuelas, colegios y universidades, organizaciones comunitarias, ONG, empresas, gobiernos y organizaciones internacionales, entre otros ámbitos. Son parte del equipo porque disponen del saber y del saber-hacer propio de estas habilidades. Esta diversidad enriquece un aprendizaje integral y transformador.

En buena compañía

Durante nuestro recorrido, hemos contado con la colaboración de numerosas personas, administraciones públicas, organizaciones no gubernamentales, comunitarias y universidades. Gracias a ellas hemos podido consolidar la Escuela y conceder, a la fecha, 611 becas a organizaciones del tercer sector de acción social y, en algunos casos, a profesionales adscritos a administraciones públicas.



INTRO DUCCIÓN

EN PANDEMIA, CON OTROS OJOS

En abril de 2020, con motivo de la situación provocada por la pandemia de COVID-19, millones de personas estábamos confinadas en nuestras casas y rodeadas de la incertidumbre de un hecho inesperado y traumático. Entonces vimos la oportunidad para profundizar educativamente en algunas habilidades que fortalecieran nuestras capacidades para afrontar el desconcierto, como la empatía requerida para apoyar a quienes más lo necesitaban, la sintonía con el torbellino de nuestra vida emocional, la mirada creativa para reordenar prioridades, el comportamiento crítico para analizar qué se había hecho bien y qué no durante una circunstancia tan particular, entre otras.

Con este ánimo, desde Fundación EDEX compartimos de manera gratuita seis programas educativos en línea, confiando en que resultaran útiles para sobrellevar la situación y, quizás, salir de ella con mayor fortaleza. Uno de ellos fue *Con otros ojos, curso en línea para vernos con el lente de las habilidades para la vida*. Con más de 40 participantes, el curso se enfocó durante 6 semanas en que cada persona buscara, encontrara y aprendiera a usar nuevos lentes para ver su realidad desde otros ángulos; lentes dotados del foco de las habilidades para la vida. Se trató de aprender entre iguales, en forma entretenida y placentera, entendiendo las habilidades como motor de transformaciones personales y colectivas.

La pandemia fue pasando y los desafíos cotidianos se mantuvieron y renovaron. ¿Cómo adquirir esa

flexibilidad que necesitamos las personas para afrontar los sucesos inesperados que la vida siempre se encarga de plantearnos? Por ejemplo, un cambio de trabajo, de país, la muerte de un ser querido, una enfermedad, un ascenso laboral, una necesidad de ser diferente, de romper la rutina, de fortalecer la autoestima, de intervenir en situaciones de injusticia y desigualdad, etc. Así, *Con otros ojos* se ha enfocado en fortalecer nuestra capacidad de afrontar positivamente estos desafíos, haciéndonos protagonistas de nuestro bienestar emocional, individual y colectivo.

Distintas personas lo fueron confirmando con sus testimonios a medida que avanzaban las ediciones del curso, reorientado tras aquella primera edición:

“Tenía una visión muy negra de todo, y lo que más me ha sorprendido es que se me ha regalado una valiosísima mirada, “con otros ojos”. He descubierto una amplia gama de grises que solo se consigue con la mezcla sorprendente del blanco y el negro.”

“No sabía que en este curso iba a ser el objeto de estudio, que la mirada iba a ser hacia mí y hacia las relaciones con las personas con las que convivo. Agradezco cada deleite de lectura y cada comentario que ha enriquecido mi forma de mirar y mi forma de sentir.”

“¡La verdad es que me han encantado los contenidos! Y cada uno de los experimentos me ha ayudado a evaluar y analizar cada área de oportunidad que tengo que trabajar en mí.”

En tres años ya hemos desarrollado 7 ediciones del curso. Desde la primera convocatoria, empezamos a notar que *Con otros ojos* resultaba atractivo y significativo para personas jóvenes, algunas de ellas de primer año de universidad. Esto nos motivó a establecer acuerdos con algunas universidades con las que Fundación EDEX veníamos trabajando en Costa Rica, Colombia, España y México, y convocar a un primer grupo de estudiantes de sus primeros años de universidad para que tomaran el curso. Pudimos certificar, entonces, que reiteraban su aprecio por el estilo de aprendizaje y el valor que otorgaban a sus contenidos. En sus propias palabras:

“Era muy interesante cómo yo estaba en mi realidad de estudiante en México, y después había otras personas, con otra vida, que igualmente podían aplicarlas a su manera. Entonces se hizo un intercambio de información precioso.”

“Hizo un impacto muy grande y positivo en mí, me abrió muchísimo la mente; disfruté cada momento que pasé debido a que adquiriría cada vez más conocimientos y reí, lloré, me divertí y reflexioné.”

“Me había propuesto tener empatía con mis compañeros de la universidad, y creo que este fue el punto que más logré desarrollar; además de que el estrés que llegase a producir la universidad logró disminuir significativamente.”

“Las redacciones son preciosas, poéticas y líricas, yo creo que a todos nos llegaron los textos o nos sentimos identificados. Estoy reconstruyéndome,

ya no tengo muchos modelos, ya no digo "Quiero ser como fulanito", quiero conocerme y ser lo mejor en lo que hago a MI MANERA".

"Los resultados los vi reflejados en mi trabajo en equipo durante mis trabajos de la universidad, además de que me he desenvuelto más con mi familia y amigos, me siento más liberado".

"Últimamente hablo y me expreso mucho más con las personas. Una de las metas que tenía era abrirme a manifestar mejor mis emociones y pensamientos. Normalmente esto obedecía a cierto temor, que creo que manejo mejor después de exponer tantas de mis ideas sobre el trabajo de reflexión, en foros abiertos".

"Da igual la edad o la experiencia de vida. Todos necesitamos expresarnos, sacar lo que llevamos dentro, que alguien lo escuche".

La muestra de estudiantes que tomó parte en el estudio lo hizo de forma voluntaria y gratuita, tras la presentación de la iniciativa por parte de los y las docentes que, en cada universidad implicada, participaron en la evaluación del curso.

Evaluar la propuesta formativa

Con la convicción de que poner *Con otros ojos* a disposición de jóvenes estudiantes que inician su formación universitaria podría tener mucho sentido, a la altura de la cuarta edición volvimos a convocar al conjunto de universidades y nos propusimos analizar en detalle qué impacto tenía este curso en estas personas. Así nació la evaluación que hoy tiene en sus manos, y que permite ver lo que sucede en las personas jóvenes cuando abordan el desafío de mirar y mirarse *Con otros ojos*.



METODOLÓGICA

La pregunta a la que se quiere responder con este estudio, de acuerdo con la propuesta de Fundación EDEX, es la siguiente:

¿Cuáles son los resultados de la aplicación del curso online *Con otros ojos con este colectivo universitario?*

Los objetivos establecidos fueron:

- 1** **Evaluar una formación online en habilidades para la vida (HpV) dirigida a jóvenes que comienzan estudios universitarios, atendiendo al logro de los objetivos explícitos del curso, lo que implica:**
 - Evaluar el nivel de aprendizaje de las características principales de las diez HpV.
 - Valorar la integración de las HpV a situaciones de la vida personal y colectiva de quienes participen en el estudio.
 - Identificar en qué medida y qué habilidades se incorporan para el cambio personal de los participantes.
- 2** **Comprender, desde la perspectiva del grupo participante, los aportes del curso y las posibles mejoras metodológicas.**
- 3** **Complementar la información sobre las-los participantes, incluyendo la perspectiva de quienes tutorizan el curso.**

DISEÑO

Realizamos un estudio cualitativo, en el que estudiantes y tutores/as tuvieron ocasión de responder a una batería de preguntas abiertas, para lo que utilizamos dos cuestionarios (para estudiantes y tutores/as) y entrevistas en profundidad.

MUESTRA

La población de estudio se conformó con estudiantes de primer ingreso a la universidad, en primer y segundo semestre debido a las diferencias en la fecha de inicio de curso en cada país, procedentes de 6 universidades de 4 países: Colombia: Universidad Industrial de Santander, Universidad Nacional de Colombia y Universidad Javeriana de Cali; Costa Rica: Universidad de Costa Rica; España: Universitat de Girona; y México: Universidad Autónoma de Yucatán. Por dificultades de conectividad, el grupo participante de la Universidad Nacional de Colombia se retiró, por lo que solo aportaron participantes las cinco universidades restantes.

En la edición del curso a evaluar se matricularon 32 estudiantes, de entre quienes 18 lo completaron. Tras la depuración de las respuestas, quedaron 14 estudiantes (13 mujeres y 1 hombre), con edades comprendidas entre 17 y 23 años, con quienes se realizó la evaluación.

VARIABLES A ESTUDIAR

- Conocimiento y aplicabilidad de las habilidades para la vida.
- Aportes del curso a su vida personal e interpersonal.
- Sugerencias del grupo participante para mejorar las metodologías del curso.

INSTRUMENTOS

- Cuestionario para estudiantes: con el fin de disponer de información cualitativa del grupo participante en el curso, se les pasó un cuestionario con preguntas abiertas referentes a las variables indicadas.
- Cuestionario a tutoras/es: se les pidió que completaran un cuestionario que complementara los puntos de vista aportados por el grupo de estudiantes.
- Entrevistas en profundidad a estudiantes: se propuso entrevistar al grupo de estudiantes que hizo el curso.

A continuación, se comparten los instrumentos empleados para recoger la información mencionada.



CUESTIONARIO PARA ESTUDIANTES

Catorce estudiantes que participaron en el curso *Con otros ojos* (COO) responden estas preguntas.

1 ¿Este curso le ha ayudado a revisar algún aspecto de su vida personal?

SÍ NO Desarrollar respuesta

2 ¿Este curso le ha ayudado a revisar algún aspecto de sus relaciones?

SÍ NO Desarrollar respuesta

3 ¿Este curso le ha ayudado a revisar algún aspecto de la sociedad en la que vive?

SÍ NO Desarrollar respuesta

4 En este curso, ¿qué valores o principios éticos recuerda haber escuchado o leído que estén asociados a las Habilidades para la vida? Indicar cuáles y su aplicación.

Desarrollar respuesta

5 ¿Qué información nueva (elementos significativos) ha conocido sobre la hpv en este curso?

Desarrollar respuesta

6 Con este curso, ¿qué habilidades prácticas ha desarrollado para manejar situaciones psicosociales? Describir la(s) más útil (es) y su aplicación.

Desarrollar respuesta

7 Me siento motivada/o para profundizar en las siguientes HpV y doy mis razones para ello.

Desarrollar respuesta

8 Mi interés en el curso (escoger una opción):

- Aumentó a lo largo de las sesiones.
- Se mantuvo durante todas las sesiones.
- Decayó después de algunas sesiones.
- Lo hice porque me sentí obligada/o a terminarlo.

9 La duración del curso me pareció:

Muy corta Adecuada Larga Muy larga

10 ¿Qué le aportó el acompañamiento recibido por la tutoría del curso?

Desarrollar respuesta

11 ¿Algún comentario adicional que quiera hacer?

Desarrollar respuesta



CUESTIONARIO PARA TUTORAS/ES

Este cuestionario busca conocer las percepciones de las personas que tutorizaron el curso sobre su desempeño, la metodología y sobre las-los estudiantes. Seis tutores/as respondieron.

Autopercepción sobre su desempeño

Señale su percepción sobre las siguientes informaciones utilizando una escala de 1 a 10, donde 1 es *muy poco* y 10 es *mucho*:

- 1 Me siento satisfecho/a con mi función de tutor/a del COO.
- 2 Mi formación profesional es la adecuada para realizar tutoría a participantes del COO.
- 3 Mi estilo personal de acercamiento a las personas es muy importante para ganar su confianza en el ejercicio de tutoría virtual.
- 4 El trabajo que realizo con las/los participantes del COO cumple mis expectativas.
- 5 Coincido plenamente con los principios y valores propuestos en el COO.

Percepción sobre el COO

- 1 Los contenidos del COO son adecuados y suficientes para estudiantes de 18 a 21 años, de primer ingreso a la universidad.
- 2 La metodología del COO es la adecuada para estudiantes de 18 a 21 años, de primer ingreso a la universidad.
- 3 El COO satisface las expectativas de las y los estudiantes de 18 a 21 años, de primer ingreso a la universidad.

Nos gustaría conocer su respuesta a las siguientes preguntas, en función de la población universitaria a la que va dirigido el COO.

1 La duración del curso me pareció:

Muy corta Adecuada Larga Muy larga

2 ¿Qué oportunidades específicas de mejora identifica en relación con el COO?

Desarrollar respuesta

3 ¿Qué considera que les aportó a las/los participantes el acompañamiento que usted brindó en la tutoría del curso?

Desarrollar respuesta

4 ¿Qué utilidad o beneficio observable percibe usted que han obtenido las/los estudiantes por su participación en el COO?

Desarrollar respuesta

5 Desde su experiencia en la tutoría, ¿cuáles serían algunas diferencias importantes que usted puede percibir entre el grupo de estudiantes de 18 a 21 años con personas de edades mayores?

Desarrollar respuesta

6 En su función de tutor/a del COO, ¿este curso le ha ayudado a revisar algún aspecto de su vida?

Desarrollar respuesta

7 Algún comentario adicional que quiera hacer.

Desarrollar respuesta

GUIÓN PARA ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD A ESTUDIANTES PARTICIPANTES EN EL CURSO

Buscaba complementar la información obtenida con los cuestionarios anteriores para:

- Valorar la integración de las HpV a situaciones de la vida personal y colectiva de los participantes;
- Identificar en qué medida y qué habilidades se incorporan para el cambio personal de los participantes;
- Comprender, desde la perspectiva del grupo participante, los aportes del curso y lo que se puede mejorar a nivel de metodologías.

Preguntas para entrevista de profundización con estudiantes participantes del curso *Con otros ojos*, 7ª versión, 2022

- 1 ¿Qué sintieron y cómo vivieron los distintos momentos del curso (invitación, inicio, formulario de entrada, desarrollo del curso, cierre, cuestionario de salida)? ¿Con cuál sintieron más satisfacción y con cuál menos?
- 2 ¿Qué recomendaciones harían sobre el diseño del curso (claridad y flexibilidad de navegación, diseño web, secuenciación del aprendizaje, dinamismo en el contenido y utilidad de los materiales de apoyo al aprendizaje, maneras de integrar al conjunto de participantes)?
- 3 ¿Cuáles de las distintas metodologías (foros de participación e intercambios, charlas de personas expertas, lecturas, materiales audiovisuales, experimentos-retos) aprovecharon más? ¿Con

cuál(es) se sintieron más a gusto? ¿Cuáles aportaron más para generar una comunidad de aprendizaje?

- 4 ¿Qué les gustaría que se incluyera, agregara o eliminara en el curso?
- 5 ¿Qué es lo más importante de la participación de las/los tutores del curso y qué les hizo falta en el acompañamiento recibido?
- 6 ¿Qué dificultades se les han presentado para aplicar los aprendizajes de las HpV en su vida cotidiana? ¿Qué aprendizajes logrados con el curso *Con otros ojos* les están ayudando a superarlas?
- 7 ¿De qué manera les ha servido el curso en su proceso de adaptación a la universidad?
- 8 ¿Qué recomendaciones les harían a otras/os estudiantes que quisieran participar en una nueva edición del curso por internet *Con otros ojos*?

Las entrevistas en profundidad fueron grabadas en su literalidad para su posterior transcripción. Se entrevistó a 15 estudiantes de las siguientes universidades:

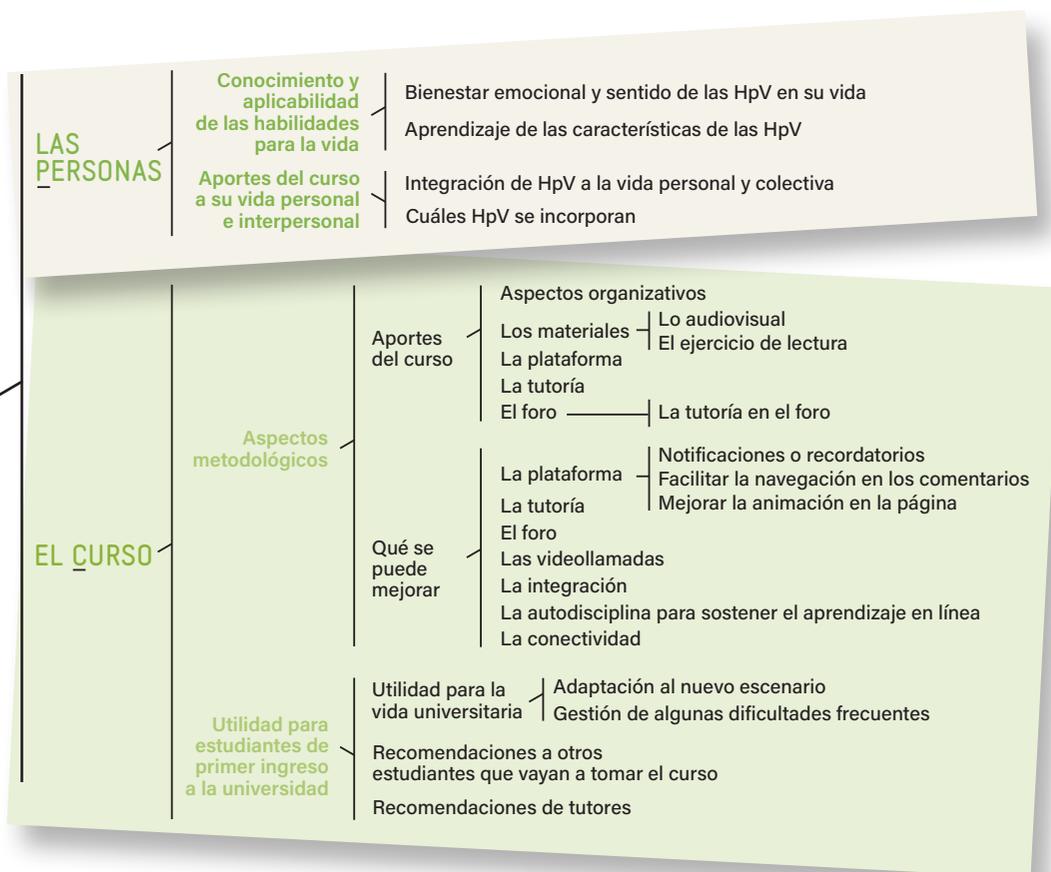
- UG (Universitat de Girona): 5 participantes;
- UADY (Universidad Autónoma de Yucatán): 4 participantes;
- UJAV (Pontificia Universidad Javeriana de Cali): 2 participantes;
- UCR (Universidad de Costa Rica): 2 participantes.



RESULTADOS

Toda la información recogida por medio de los instrumentos mencionados se procesó a través de la matriz que presentamos a continuación, consensuada con el equipo de representantes de las universidades participantes. El sentido de esta categorización pone en relación a las-los estudiantes, sus vivencias y apreciaciones con el curso y su diseño metodológico, así como con la tutoría realizada. En la mayoría de respuestas o expresiones extraídas de las fuentes escritas, los distintos aspectos vertidos se entremezclan. La organización de dicha información, que se presenta a continuación, se apoyó en la categorización descrita para atender los fines de la evaluación.

EVALUACIÓN DEL CURSO
CON OTROS OJOS,
7ª EDICIÓN, 2022,
PARA ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE
PRIMER INGRESO.
PROCESAMIENTO
DE PREGUNTAS
ABIERTAS,
CUESTIONARIO DE
PROFUNDIZACIÓN
Y CUESTIONARIO A
TUTORAS/ES
DEL CURSO



1 LAS PERSONAS

1.1. CONOCIMIENTO Y APLICABILIDAD DE LAS HABILIDADES PARA LA VIDA

En esta sección se revisan las respuestas de las-los participantes que señalan los impactos producidos en sus conocimientos, actitudes y prácticas a partir de su experiencia en el curso *Con otros ojos*.

1.1.1. Bienestar emocional y sentido de las HpV en su vida

El conjunto de participantes ha tenido expresiones de gratitud y bienestar por los resultados de crecimiento personal que han apreciado en su vida a partir de su experiencia en el curso *Con otros ojos*.

En las preguntas del cuestionario final las-los estudiantes manifiestan el gusto por los temas abordados y por lo interesante de la información que se les ha brindado. Ilustrativo de este aspecto es la siguiente afirmación:

"Siempre es motivador aprender cosas nuevas, y aún más cuando se trata de conocimientos que van a suponer una mejora en tu cotidianidad".

En las entrevistas de profundización hubo mayores expresiones en este sentido, referentes a apreciar el provecho personal, haber vivido un equilibrio entre teoría y práctica, haber tenido la oportunidad de conectarse en el tiempo que deseaban y la ausencia de presión de notas. Asimismo, manifestaron gran satisfacción por

los experimentos-retos que se les plantearon, valorados como buenos e interesantes, por la posibilidad de compartir experiencias y por haber leído otras vivencias que les permitieron comprender que no eran las únicas personas experimentando incertidumbres y dificultades personales e interpersonales.

El curso les ha ayudado a valorar y a querer más a las personas cercanas, lo cual les resulta satisfactorio. En cuanto a las-los tutores, todos manifestaron que el acompañamiento que realizaron fue una importante fuente de satisfacción.

Para las-los estudiantes, la experiencia cobró sentido al vivirse como un tránsito de menos a más, y la consciencia de ese cambio paulatino permitió el sostenimiento de la automotivación. En este aspecto, las-los estudiantes manifestaron en un 50 % que su motivación se mantuvo a lo largo del curso; el otro 50 % indicó que aumentó a lo largo de las sesiones (pregunta 8 del cuestionario).

Expresan que con el curso han profundizado en la consciencia de sí, de los propios actos, de saber qué sí y qué no tienen que cambiar. Han reconocido la importancia de invertir tiempo de calidad para sí y darse cuenta de la saturación del tiempo personal dedicado a asuntos externos. *Con otros ojos* fue la oportunidad para "ocupar su tiempo en algo productivo" y aprender a darse tiempo para los "experimentos-retos" que les propusieron, valorados como "entretenidos".

Igualmente, han tomado conciencia del cambio personal y de las relaciones interpersonales,

especialmente con amistades y familiares, conciencia de la necesidad de establecer lazos sociales fuertes con la intención de ayudar a las demás personas y la identificación de aspectos a valorar de las-los demás, apertura a nuevas relaciones interpersonales y a preocuparse por las-los otros.

Algo que llamó la atención de una persona en América Latina es que el curso no era "local", sino de España, y quiso conocer qué ofrecían de distinto. También hay manifestaciones de proyección para seguir practicando lo aprendido y el deseo de profundizar en las habilidades de manejo de estrés, manejo de emociones y sentimientos y toma de decisiones.

Por el lado de las personas que ejercieron como tutoras, esta edición del curso les permitió el enriquecimiento profesional, el diálogo permanente con la diversidad propia y ajena, así como revisar sus propias prácticas de las habilidades a partir del intercambio con estudiantes, lo cual ha significado una ayuda para el crecimiento personal. Manifiestan, además, un reconocimiento de la autenticidad de la gente joven contemporánea, distinta de las generaciones adultas. Destacan, así mismo, que siempre hay cambios, y que esto implica la revisión de las mismas actividades con diferentes cursos.

1.1.2. Aprendizaje de las características de las HpV

De acuerdo con las respuestas obtenidas, *Con otros ojos* proporcionó aclaraciones y

precisiones conceptuales útiles para la práctica, permitió conocer diferentes perspectivas de una misma habilidad y mostró el vínculo razón-emoción en la toma de decisiones, que es algo mencionado varias veces, y por distintas personas (especialmente en las entrevistas en profundidad).

A partir de las respuestas a la pregunta 4 del cuestionario, las-los estudiantes identifican valores presentes en las habilidades a lo largo del curso, como respeto, honestidad, seguridad, compromiso, responsabilidad, solidaridad, firmeza-no daño, sinceridad, transparencia (ser "claro"), autonomía y cuidado de las relaciones. Parece haber cierta confusión entre valores como los mencionados, que son criterios para la acción, y las habilidades en tanto que "haceres". En sus respuestas, algunas personas mencionan directamente empatía, manejo emocional y de estrés, comunicación, pensamiento crítico y pensamiento creativo, entre otros. Un ejemplo de esta confusión nos lo dan las siguientes afirmaciones:

- *"Creo que los principales son el valor de la honestidad, de la responsabilidad y la empatía".*
- *"El respeto y la empatía son los valores que más me han marcado durante mi transcurso en este curso".*

Como se podrá apreciar en los comentarios anteriores, quedan en el mismo marco un valor como el respeto y una habilidad como la empatía. No obstante, valdría la pena precisar que, aunque la empatía es considerada más una habilidad que un valor, desde el punto de vista conceptual es clara la importancia que tiene hacer de ella

un asunto que se debe valorar y cultivar en las relaciones humanas más amplias, en lo social global, que es el aspecto para el cual más se recomienda. Y esto es, quizá, lo que más valdría la pena resaltar de acuerdo con los objetivos del curso: el “valor” que las personas otorgan a estos conceptos para aplicarlos a su vida.

Una estudiante expresa lo siguiente:

“En general, de todo lo aprendido para aportar bienestar propio y social he aprendido cosas nuevas, tanto puntos de vista nuevos para pensar sobre lo que me enseñaban como la propia aplicación del valor que estábamos tratando. Usualmente pensamos que sabemos cómo aplicar los valores necesarios para convivir en armonía, pero muchas veces no sabemos realmente cómo aplicarlos para que nos beneficien personalmente y a la sociedad.”

1.2. APORTES DEL CURSO A LA VIDA PERSONAL E INTERPERSONAL

La propuesta del curso busca mostrar la utilidad de las habilidades para la vida en lo personal, en las relaciones y en la relación con la sociedad. En este sentido, en las respuestas a las preguntas en el cuestionario a estudiantes se encuentra que la totalidad de ellas-os dice que el curso les ayudó a revisar aspectos tanto de su vida personal como de sus relaciones, y en la pregunta sobre la revisión de aspectos sociales, una respuesta dice que no le ayudó en ese sentido, pues se centró principalmente en lo personal e interpersonal. En las siguientes secciones se profundiza en el análisis de estos aspectos.

1.2.1. Integración de HpV a la vida personal y colectiva

La manera de integrar las habilidades para la vida presenta dos aspectos importantes. En primer lugar, hacerlo “de manera inconsciente”, lo cual implica haberlas asimilado muy rápidamente y saber cuándo aplicar las recomendaciones del curso, como lo expresan estas estudiantes:

- *“Entonces siempre como que consciente o inconscientemente uno lo puede aplicar a la vida diaria.”*
- *“Fue lo que me marcó más y lo que en realidad del curso sí me ayudó: a pensar lo que estoy haciendo.”*

En segundo lugar, estar alerta y recordar las claves ofrecidas para afrontar las situaciones asociadas al uso de las habilidades, como muestran las siguientes afirmaciones:

- *“Ahora también tiene ese momento, estoy como muy estresada, como que recuerdo ese de ‘date un tiempo, respira’.”*
- *“Siento que de pronto también en las relaciones, cuando de pronto se presenta un conflicto o algo que no me gusta, siempre como que uno se detiene a pensar (...), cómo lo voy a expresar, qué hago para que la otra persona no se sienta atacada y cómo hago para cuidar el vínculo que tengo (...).”*

También es posible apreciar la percepción del alcance de aplicación de las HpV, aunque las mayores frecuencias de aplicación se

encuentran en sí mismas-os y en sus relaciones interpersonales inmediatas, como por ejemplo:

- *“Llegué a mencionar (...) que me cuesta tomar decisiones por mi cuenta, y también mantener la calma ante el estrés. En esta oportunidad de tomar el curso he sido capaz de identificar cuándo ocurren estas situaciones, y he podido expandir mi panorama sin cerrarme a opciones que a lo mejor no hubiera considerado antes.”*
- *“Me costaba bastante tener una conversación sana con una persona que me hubiera hecho algo ofensivo, pero gracias a este curso sé cómo gestionar la situación y mejorar este tipo de conversaciones.”*
- *“Pienso que es más que nada eso; después del curso he sido capaz de identificar situaciones en las que se pueden usar las habilidades para la vida tanto en mi casa, como en la escuela y los grupos sociales a los que acudo.”*

Esta integración no se ha dado sin dificultades, mencionándose en primer término las condiciones personales:

- *“La manera de ser también cuesta más, porque tienes una manera de ser o tu vida cotidiana es diferente y decides aplicarlo a tu vida.”*
- *“(...) el ir cambiando las cosas que uno iba haciendo, la forma de interpretar las cosas a veces es muy complicado porque (...) uno se llena de tantas cosas; (...) es como una oportunidad, pero es complicada; es difícil de llevarse a cabo; por lo menos para mí ha sido complicado, porque pues uno siempre tiene como una perspectiva, y ya cambiarla es un poco difícil.”*

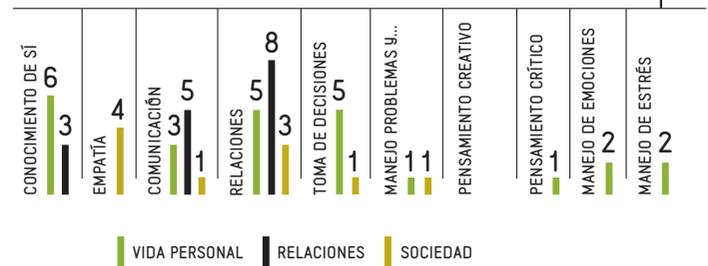
En segundo término, se menciona lo difícil que es ser diferente en un medio que no favorece el cambio:

- *“Es verdad que cuando alguien está aprendiendo a aplicar esas habilidades la gente externa no ayuda. (...) y no sé, a la gente le parece raro y por eso la gente del exterior no ayuda a que la gente aprenda las habilidades porque la propia gente se cierra a que las aprenda.”*

1.2.2. Qué habilidades para la vida se incorporan

El impacto de su abordaje, como era de esperar, fue diferente acorde con los antecedentes y necesidades de cada estudiante. Ello se ve reflejado en el siguiente gráfico, que muestra cuáles habilidades fueron las de mayor incidencia en la revisión de aspectos personales, de sus relaciones y de la sociedad en que viven.

HABILIDADES QUE AYUDARON A REVISAR LA VIDA PERSONAL, LAS RELACIONES Y LA SOCIEDAD



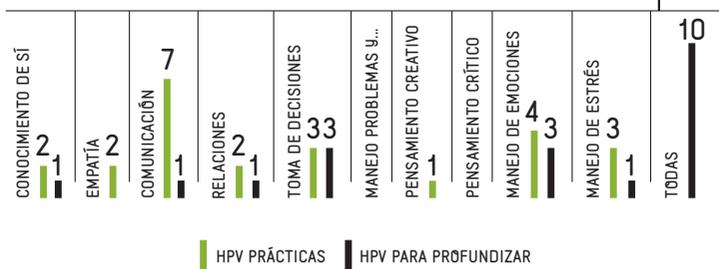
Como se puede observar, hay una mayor agrupación de respuestas en la revisión de la vida personal y de las relaciones que en la de

sociedad. En la primera están el conocimiento de sí misma-o, las relaciones interpersonales, la toma de decisiones y la comunicación (asertiva, según mencionan en la mayoría de respuestas). En la segunda están las relaciones interpersonales (que muestra una alta preferencia), la comunicación asertiva y el conocimiento de sí misma-o.

Aunque en diferente orden, estas tres habilidades concentran el mayor número de comentarios de aporte del curso. Para la revisión de la vinculación con la sociedad, se mencionan la empatía y las relaciones interpersonales.

En el cuestionario se solicitó al grupo participante indicar qué habilidades prácticas habían desarrollado para afrontar situaciones psicosociales y mencionar en cuáles tendrían interés de profundizar. El siguiente gráfico muestra las frecuencias de respuesta.

HABILIDADES PRÁCTICAS ADQUIRIDAS E INTERÉS DE PROFUNDIZACIÓN EN LAS HPV



De acuerdo con estos resultados, la percepción de habilidades prácticas adquiridas se concentra en las de comunicación y manejo de emociones,

seguidas de toma de decisiones y manejo del estrés. El mayor interés de profundización se muestra en todas las habilidades para la vida (10 menciones). Algunas-os estudiantes señalaron, además, que les interesaba profundizar en toma de decisiones y manejo emocional.

A continuación, se muestran algunas expresiones significativas respecto del uso de las habilidades que más aportaron en la vida de las-los participantes:

- **Conocimiento de sí misma-o:** *"Me hizo darme cuenta de muchas cualidades que tengo como persona y que realmente no notaba antes, pude conocerme más, mis habilidades, debilidades y dificultades".*
- **Relaciones interpersonales:** *"Definitivamente, al momento de relacionarme me [ha] ayudado sin duda alguna, cuando hicimos lo de las metas puse a (...) como una persona con la que me gustaría mejorar mi relación, y con las actividades y todos los textos que me han ayudado a poder controlar mis emociones a manejar diversas situaciones, sin duda me ha ayudado en ese aspecto".*
- **Comunicación:** *"A mí lo de la comunicación asertiva me ha ayudado mucho porque yo no soy de comunicar mucho lo que pienso, lo que siento y lo que hay para mí, y voy pensando, pensando y pensando, y luego se me hace un lío y eso me ayudó a estar más atenta a lo que me quieren decir primero, intentar escuchar lo que me dicen y luego pararme a pensar y luego responder acorde a lo que me dicen. Es una habilidad que me ayuda a superar mis dificultades".*

- **Toma de decisiones:** *"(...) otro que me gustó fue sobre la toma de decisiones, dijeron sobre eso que también se tenían que tener en cuenta las emociones que generaba una decisión porque pues a uno siempre le han dicho que uno debe pensar con la razón y no con el corazón, entonces que dijeron que para tomar mejores decisiones, según las neurociencias, era de vincular las emociones también, entonces me gustó que validaran eso, porque muchas veces a uno le tienden a decir que "no, que, o sea, piense con esto, después ya se va a sentir mejor o los sentimientos que vienen", entonces me gustó eso de la parte de la toma de decisiones porque pues era la primera vez que escuché que en estas se pueden tomar los sentimientos como algo válido".*
- **Empatía:** *"Sobre todo, en la falta de empatía de ciertos aspectos de la vida, ya que en alguna ocasión me he dado cuenta que la sociedad sigue siendo muy egoísta".*
- **Manejo de emociones:** *"El manejo de mis emociones, soy una persona extremadamente sensible y complaciente hacia los demás, y me ha ayudado a pararme a pensar sobre ellos y encontrar un equilibrio para que yo me sienta bien con lo que siento y los que estén a mi alrededor también".*
- **Manejo de estrés:** *"Antes me desesperaba muy rápido por cosas que a lo mejor no estaban ni en mi poder, ni en el poder de la otra persona. Con este curso pude empezar a entender esto, y así me he evitado muchos problemas que pudieron ser innecesarios".*

- **Pensamiento creativo:** *"El pensamiento creativo, creo que me ayudó mucho a reflexionar acerca de [aquel], ya que pensaba que yo no lo tenía, pero me di cuenta que todos lo tenemos en mayor o menor medida y que podemos desarrollarlo".*
- **Pensamiento crítico:** *"Toda la información fue muy nueva para mí, pero entre los elementos más significativos diría que la comunicación asertiva y el pensamiento crítico asertivo."*
- **Solución de problemas y conflictos:** *"Me ha permitido el ser más consciente en los conflictos o diferencias que me ocurren con las personas con las que me relaciono (...)".*

Como se ha podido observar, los beneficios a partir de la experiencia en el curso son múltiples, y se podría resumir en la siguiente afirmación de una estudiante que abarca varios de ellos:

"Me ayudó a ser más consciente de mis sentimientos y emociones, a validarme y a tomar un respiro, me ayudó a defender mis ideas, a reforzar mi autonomía y a entender que no hay buenas o malas decisiones y que va a pasar lo que pueda pasar, no debo irme por lo más seguro si realmente lo 'seguro' no es lo que quiero."

2 EL CURSO

En este apartado se abordan los comentarios, aportes y percepciones sobre el curso en sí mismo, a partir de las observaciones de las-los participantes, tanto estudiantes como tutoras-es.

2.1. ASPECTOS METODOLÓGICOS

La mirada que se hace de estos aspectos es en perspectiva de su mejora y de revisar, desde un público específico, como son las-los estudiantes de primer ingreso a la universidad (entre 17 y 23 años), qué sugerencias tienen para que el curso sea más atractivo y puedan sintonizar mejor con su desarrollo en línea.

2.1.1. Aportes del curso

Algunos aspectos que apreciaron las-los estudiantes fueron los siguientes:

2.1.1.1. Aspectos organizativos

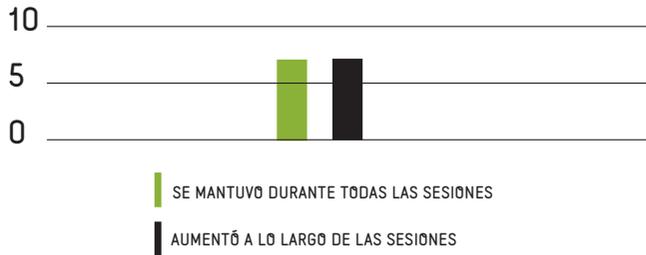
- **Los cuestionarios de entrada y salida:**
“... entendimos del primero y el segundo [cuestionario], porque te das cuenta de lo que realmente te quería enseñar este curso y que traerlo a la práctica da resultados. Y claro, el primer cuestionario con el segundo, pues ver las cosas diferente, realmente. Te das cuenta de que la práctica que hemos puesto, da resultado..”
- **La flexibilidad del curso:** *“...para poder realizar las actividades, cuando tú pudieses. Hablando*

de la plataforma en sí. De que no estaba impuesto un tiempo para que tu invirtieses, ni estuvieses obligado a, no sé, hacer algo en una determinada forma, sino que el patrón era libre y la flexibilidad de horario también. Entonces, eso está muy bien, la libertad para hacer las actividades a tu propia manera.”

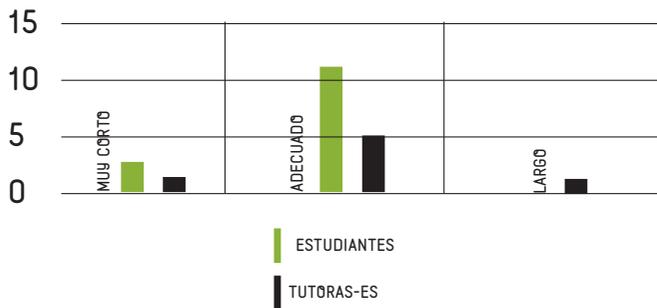
- **Los experimentos-retos:** *“...siento que fueron los que más me gustaron, ya que te hacían reconocer en algunos casos aspectos que tienes en la vida cotidiana.”*
- **El foro:** *“Muy bien [para integrarse]. Sí, porque uno iba escribiendo y bien. Y cuando leías, decía: huy esto no se me había ocurrido a mí. Sí. Entonces, tú decías: no lo había visto de esa forma. Y después cuando te respondían en los tuyos, pues, veías otras maneras de ver tu punto de vista.”*
- **Las retroalimentaciones de las-los tutores:**
“Me pareció muy bonito que estuvieran atentos a lo que sucedía, a lo que hacíamos y comentábamos en los foros, los mensajes de respuesta por parte de los encargados se me hicieron super útiles y necesarios. Yo personalmente no hablo de estas cosas que mencionaba en los foros y recibir como esos consejos, imágenes y videos que compartían con nosotros, me ayudó mucho para tratar de mejorar.”



- Interés a lo largo del curso:



- Sobre la duración del curso:



2.1.1.2. Los materiales

Lo audiovisual

- “Siento que aproveché más los materiales audiovisuales, las lecturas y los experimentos semanales. Sin duda, los materiales audiovisuales sirven mucho para tener una comprensión más profunda de las lecturas, que en realidad son muy completas.”
- (...) aproveché mejor lo de los discursos de TED, o sea, las conferencias, porque (...) [en] ese canal de YouTube, en específico, dan muy

buenas conferencias. También creo que los retos, pues ya que uno los hace, entonces (...) no toca leer, (...) lo hace cada día, porque a veces (...) como toca leer puede gastarse más tiempo, (...), entonces era chévere porque usted la practicaba y (...) más se le quedaba en la cabeza, (...) aprovechaba mucho (...) los videos (...) así como los memes chistosos que salían de ahí.”

- “Disfruté más lo audiovisual, todo fue nuevo para mí, venía la descripción, disfrutaba las imágenes, las charlas y conferencias, fue de mucho provecho, gratificante. Ellos describían de una forma que llegaba.”

El ejercicio de la lectura

- “Me gustó mucho la metodología de poner cuentos, de poner canciones, creo que es algo como [que] las personas piensan que un cuento o una canción (...) va a distraer o no deja enseñanzas, pero realmente creo que es (...) descansar un poquito de la lectura y contextualizar lo que te están enseñando, (...) [eso] colaboró mucho en que (...) terminara de leer el documento de las actividades.
- (...) a veces es como mucho tiempo leer un artículo solamente para sacar una relación de algo, entonces, por ejemplo, en ese libro [de EDEX] ya tenía habilidades, ya tenía la empatía, ya tenía relaciones interpersonales y ya tenía comunicación asertiva y ya tenía unas actividades que podía realizar.”

2.1.1.3. La plataforma

- *“Al inicio para registrarme, fue sencillo, los videos, no se me dificultó para nada, no tuve duda al respecto, la interacción, me llamó la atención, (...) y el diseño de la página super claro, todo claro, específico.”*
- *“La plataforma muy intuitiva. Hay veces que tú entras a una página web y no sabes ni por dónde cogerla, pero en este caso sabías guiarte muy bien. Bien organizada y todo bien.”*
- *“... la estructura estaba bien porque ibas leyendo la teórica y tenías los vídeos, los artículos, ir metiéndonos con lo que estabas leyendo, muy bien organizado. No aquello que tienes la teórica y luego aparte todos los vídeos. Lo que vas leyendo era con el video que se relacionaba.”*
- *“Siempre lo aproveché, (...) al ser virtual, me fijo en el horario, de la semana uno a la seis (...)”*
- *“La página es llamativa, se accede fácil a los materiales de apoyo y tiene una buena cantidad de estos, además de que resulta sencillo conversar con los demás compañeros.”*
- *“El diseño web (...) se parece mucho a las plataformas educativas, que a pesar de eso siento que el contenido es entretenido.”*

2.1.1.4. La tutoría

- *“Para mí fue muy bonito recibir palabras de ellos como guía para algunas de las unidades; sin embargo, no recuerdo que todos lo hayan hecho. Tal vez no sea gran cosa, pero en mi*

caso me sirvió como motivación para no dejar de lado el curso.”

- *“(...) eran muy atentos de eso. Durante la semana iban mandando mensajes y si veían alguna cosa; y al final de cada semana hacían el resumen de todo lo que habíamos expuesto todas.”*
- *“(...) si, por ejemplo, por cualquier motivo no podías hacerlo justo a tiempo [(las actividades)], se preocupaban por si estabas bien, si te había pasado algo, como que te daban esa oportunidad (...)”*
- *“Lo que me gustó de los tutores es que ayudaban a generar un espacio de confianza y respeto sobre los distintos resultados que podrían generarse por las actividades.”*
- *“Creo que la pequeña retroalimentación que dan es buena para darle un cierre a cada experimento.”*
- *“Es la cercanía respetuosa. Al final, si te agobian tampoco gusta. Que te estén escribiendo a cada rato. Te gusta esto que se haga en un momento concreto y ya, creo. Que tengas tu tiempo.”*
- *“Al tener esa interacción virtual fue bueno porque en mi caso uno siente que no participa; si no hubiera habido esa interacción, el señor le dejaba a uno un comentario positivo y lo hacía conocer a uno en esos temas. No les hizo falta nada en el acompañamiento.”*



En las siguientes frases, se resumen **los aportes brindados por las-los tutores del curso** desde su rol:

- *“Aporté calidez, aceptación y cohesión grupal.”*
- *“Me centré en promover interacciones.”*
- *“Aporto motivación a explorar otros puntos de vista, a dialogar y construir con ellos; a tener encendido ese radar, ponerse en movimiento, usando las HpV como herramientas para lograrlo.”*
- *“Motivación para descubrir el poder “relativo” para intervenir en la vida personal y colectiva y para descubrir cómo dicho poder aumenta cuando nos juntamos con personas y grupos.”*
- *“Incentivo para interactuar e intercambiar con los otros participantes del curso.”*
- *“Proporcione (en las metas retadoras) una devolución clara, concreta y en algunos casos incluí preguntas o pedidos de aclaración focalizando en los desafíos que cada persona se planteaba.”*
- *“Oportunidad para expresar y compartir los aprendizajes generales.”*
- *“Apoyo, una base a un diálogo abierto, sano, libre de juicios.”*

2.1.1.5. El foro

- *“[Me sentí más a gusto en el foro]. Yo creo que porque tienes más tiempo de pensar lo que quieres decir. Porque en las videollamadas te preguntan, tienes que hablar, o sea, puedes*

pensar, pero en los foros como tenías que escribir, pues es diferente, tienes tiempo de pensar, de reflexionar más, de leer lo que dicen y de responder a eso. También, no tienes la presión del público que en las videollamadas está siempre.”

- *“(…) la parte de los foros de participación fue la que más me gustó y la que más aproveché. El hecho de que en este caso se puedan leer las experiencias de los demás sirve mucho para aprender de ellos y ellas.”*
- *“(…) del foro obtuve bastante beneficio, porque podías ver todas las opiniones, todo lo que escribía toda la gente y, además, lo que opinaban sobre lo que escribías tú. Yo creo que es lo más grande del curso, lo que te aporta bastante.”*

La tutoría en el foro

- *“Siempre hubo un buen acompañamiento; en los foros también ellos escribían, entonces, pues la verdad me pareció que estuvo muy bien de parte de los tutores.”*
- *“(…) ‘oye (…), como que te extrañamos, no olvides entrar al curso, continúa que ya empezaste’, (…) esos ánimos son importantes y también en los foros se veía, (…) que (…) dejaban mensajes de ese tipo y que les alegraba que estuviéramos de verdad aportando y participando en los foros para continuar y (…) siento que el hecho de que se manifieste la necesidad con un mensaje*

(...) es muy importante porque (...) es como "ay, leyeron lo que escribí, sí están ahí" y entonces sí sientes que eso es importante."

- "Y lo que los organizadores también ponían. Sí te comentaban. Te podían comentar que no solo es entre ellos, que (...) también los organizadores participaban en ello. Eso también es un punto a favor."

2.1.2. Qué se puede mejorar

2.1.2.1. La plataforma

Notificaciones o recordatorios

- Desarrollar un sistema de notificaciones que envíe recordatorios cuando hay que hacer alguna tarea.
- Igualmente, que haya notificaciones para avisar de que tiene alguna respuesta de sus pares (no solo de su tutor-a) a sus contribuciones en los foros.

Facilitar la navegación en los comentarios

- "En la sesión de comentarios ingresaba y no me dejaba ir a donde se podían ver todos los comentarios, sino mostraba uno por uno y a veces me tardaba mucho."

Mejorar la animación en la página

- "Están las lecturas, aquí las imágenes, los videos."

- "Que se hagan jueguitos, como de conectar palabras de acuerdo a lo que se está aprendiendo."
- "La presentación en donde estaban los documentos de la unidad se veía muy larga y daba la sensación de que 'me falta mucho'."
- "Se puede colocar los documentos en casillas, con imágenes, con espacios, el que se vean más pequeños, hace que sea más fácil terminar de leer y más rápido."

2.1.2.2. La tutoría

- Sería bueno más acercamiento de los tutores para dialogar con los jóvenes.
- Incluir más espacios como conferencias pequeñas, asesoramientos, para indagar en temas de interés.
- Evidenciar que son varios tutores y no solo uno para todo el curso.

2.1.2.3. El foro

- "No sentí muy necesario el foro de comunicación, no lo usé puesto que las interacciones siempre eran en los foros de cada unidad."
- "Tal vez foros de participación, pero en el que se puede hablar directamente en alguna plataforma para hacer conferencias."

2.1.2.4. Las videollamadas

- *“Creo que es el punto más flojo.”*
- *“Las videollamadas son menos accesibles por cuestión de tiempo. La participación de las videollamadas no era muy buena.”*
- *“Es que no había mucha cara. Solo las dos y la profesora. Es lo que decíamos, no había participación. Estaban en otro lado. La gente estaría ocupada.”*
- *“Te sientes obligada. Esto no te hace estar dispuesto o disponible, sino que a esa hora tienes que estar. No me llama mucho la atención conferencias por videollamada.”*
- *“Cuesta más expresarte allí, es más frío o te da vergüenza participar.”*
- *“La franja horaria era fines de semana, que a lo mejor no cuadraba con tu horario, o no estabas, o, pues era más difícil.”*

2.1.2.5. La integración

- *“Reuniones presenciales estaría bien, pero claro, como son diferentes países es difícil, lo entiendo, pero estaría bien.”*
- *“No sentí que con las actividades se conectara mucho con los demás participantes, habría que hacer algo al respecto.”*
- *“Sería bueno incluir maneras de integrar a los participantes, más que solo leernos y todo eso. Sería bueno hacer dinámicas para ir interactuando con los demás compañeros.”*
- *“Sería bueno incluir dinámicas de integración.”*

2.1.2.6. La autodisciplina para sostener el aprendizaje en línea

Las estudiantes entrevistadas que lograron terminar el curso hacen referencia al tiempo y el cúmulo de compromisos académicos como una de las dificultades para participar fluidamente en la formación, y refieren que una de las claves para concluir este proceso de manera exitosa fue la organización de tiempos y el compromiso:

- *“(…) personalmente, en algunas actividades claro era dedicar bastante tiempo, por ejemplo, el de las alarmas, entonces uno decía como que ay no voy a tener el tiempo para hacer todo de la universidad, tal cosa; entonces como que sí llegué a desesperarme, pero (…) continué; sí había como momentos bajos, pero se terminó.”*
- *“(…) si dedicas bastante tiempo, media hora al día, si lo dedicas por 3 días o si lo haces de corrido una hora, una hora y pedazo, porque siempre es bastante contenido, y si no pues utiliza todo lo que proporcionan, siempre es un tiempo.”*
- *“(…) admito que fue un poco difícil, porque pues yo, a veces, (…) tenía que dejar un tiempo para lo de las habilidades, entonces a veces se me cruzaba con lo otro y me tocó aprender a dejarle (…) el espacio solo para eso, porque pues a mí me gustaba mucho que dejaban como actividades aledañas.”*

2.1.2.7. La conectividad

- *Desde la experiencia del grupo de una de las universidades, sería bueno prever dificultades*

de conectividad en las ciudades, así como los calendarios de inicio, terminación y vacaciones de los grupos que solo pueden conectarse desde las sedes universitarias a las que asisten.

2.2. UTILIDAD PARA ESTUDIANTES DE PRIMER INGRESO A LA UNIVERSIDAD

A continuación, se transcriben fragmentos de los comentarios de las-los estudiantes sobre este asunto.

2.2.1. Utilidad para la vida universitaria

2.2.1.1. Adaptación al nuevo escenario

- *“Tú llegas en setiembre y no conoces a nadie, una universidad nueva, una carrera nueva, no sabes si te va a gustar o no te va a gustar, los métodos que tienen de evaluación, pues eso conlleva un estrés o una presión demás. Entonces esto también me ha servido para gestionar estos inicios.”*
- *“Me ha servido mucho, ya que me llegó en un momento en el que aún me andaba adaptando no solo a este nuevo espacio sino a nuevas personas, y me ayudó mucho a relacionarme con mis nuevos amigos.”*
- *“Te brinda muchas ayudas, muchas herramientas, (...) como aceptar los cambios porque el colegio es algo muy distinto a la universidad (...).”*
- *“(...) sobre todo, el cambio de vida (...), la idea de tener que volver a pensar en hacer amigos y*

hacer grupos de trabajo en equipo, todas esas cosas, (...) me ayudó a identificar que tal vez una de las cosas por las que todavía no me he acomodado del todo es justamente por los que me rodeo, entonces (...) creo que eso fue un aporte.”

- *“(...) como es entendible, uno recién llega a la universidad y puede sentir que es el único que se siente perdido y no, les pasa a muchos (...), es como estar así en grupo, por lo menos ya no es solo uno, hay varios, entonces (...) nos podemos hacer compañía entre varios (...) [y] sí me ayudaban en estas partes (...)”*

2.2.1.2. Gestión de algunas dificultades frecuentes

- *“A mí me agradó mucho (...) [que trabajáramos] lo de los prejuicios, porque como acabo de entrar en la universidad, todo es nuevo, entonces, claro, si ya vas con prejuicios en un sitio nuevo, (...) no vas a ir bien. Entonces ayudó bastante quitar todos los prejuicios y estar dispuesto a conocer a gente por cómo es y no como yo pienso que es.”*
- *“(...) me han servido para identificar situaciones que podrían significar un problema para mí o para los demás, y así pensar en soluciones útiles para evitarlos, sin perjudicarme a mí o a alguien más.”*
- *“Ha sido beneficioso (...), sobre todo el manejo del estrés, ya que soy una persona que suele estresarse mucho, me ha ayudado en eso.”*

- *“Y, además, respecto a (...) la forma de socializar, que a veces (...) no entendemos a las demás personas y solo estamos centrados (...) en lo que nosotros pensamos, entonces también saber que (...) en la universidad uno se encuentra personas de muchos lados, con los pensamientos totalmente diferentes, (...) todo es muy universal, (...) entonces sí, aprender a comprender a los demás, también aprender a comprendernos a nosotros mismos y a entender todo lo que está pasando (...), [es] un cambio bastante significativo (...)”*
- *“(...) el enseñar habilidades para la vida le da a uno (...) esa capacidad de desenvolverse mejor, porque (...) fortaleció en mí, (...) esa manera en la que puedo expresarme y puedo controlar los sentimientos para afrontar la situación (...) y algo que se resaltó en el curso fue que también es importante el tiempo para uno.”*
- *“(...) siento que es importante y que sí sirve en este proceso de la universidad porque en nuestra carrera, por ejemplo, Enfermería es eso, contacto con las personas y hay que saber cómo conocerse porque también hablamos de autoconocimiento, cómo conocerse y enfrentar las cosas y las situaciones de la mejor manera para (...) tener un bienestar para uno mismo y con el entorno, respetando a las personas y a uno mismo con dignidad.”*

2.2.2. Recomendaciones a otros estudiantes que vayan a tomar el curso

- *“Es un curso en el que te tomas un tiempo para reflexionar sobre ti, que normalmente no haces*

o te cuesta mucho hacer y lo recomendaría. Ya por, cómo es el curso, cómo es la metodología, cómo te afecta a ti, que ves que realmente hay un cambio que no lo haces por hacer, que percibes un cambio y que va bien.”

- *“Me gustó mucho porque te paras a pensar en ti. Yo no lo hacía muy a menudo, pero me paré a pensar en mi personalidad, no como me definen las personas, sino como yo soy.”*
- *“(...) un curso muy dinámico y que puede cambiar perspectiva, puede no cambiar perspectiva, y puede responder a muchas otras cosas también. Al final estamos hablando cosas positivas, pero también habrá alguien que difiera en algo. O sea, que todo es aprendizaje.”*
- *“Que lo tomen como un espacio de confianza y aprendizaje, que vengan preparados para cuestionarse, reconocer y aprender no solo sobre ustedes sino sobre los que nos rodean.”*
- *“Les recomendaría mucho ver todos los videos y lecturas extras que brindan en cada cápsula, además de establecer un momento específico en cada semana para dedicarlo al 100 al curso. Realmente vale mucho la pena.”*
- *“Principalmente, que no se pierdan la oportunidad, realmente el curso no es para nada pesado y es una gran oportunidad que te deja grandes aprendizajes para tu vida, y el conocer las experiencias de otras personas que son muy diferentes a ti también es muy bueno.”*
- *“(...) pensar que esto es una oportunidad para nosotros, no como una responsabilidad con*

la universidad o que es una materia más o un compromiso más académico, sino con nosotros mismos porque al fin y al cabo te va ayudar a ti; la universidad va a adquirir mejores personas formadas, pero la ganancia es propia, es lo que a mí me impulsó y lo que me mantuvo allí.”

- *“(…) el primer semestre (….) sí es el ideal para tomar el curso, porque apenas estamos empezando. De igual manera va a haber un poquito más de disponibilidad de tiempo que después, entonces sí, que lo hagan porque ayuda mucho a la relación con uno mismo que es tan importante para relacionarse con los demás ”*
- *“(…) el curso te brinda ayudas que siempre vas a necesitar, herramientas que siempre vas a necesitar para todo, somos seres sociales y, al fin y al cabo, siempre vamos a estar en relación con el resto y con nosotros mismos, entonces toma el curso porque desde primer semestre te va ayudar bastante, y ya que puedes, adquiérelas de una vez.”*
- *“(…) yo también lo recomendaría para las próximas primíparas porque creo que en primer semestre es más la cuestión de uno mismo, (….) la lucha de uno mismo con uno mismo y de la mente, de lo que piensa, de lo que pasa, entonces las herramientas que da el curso, la verdad, sí son súper para eso (…); el comprender lo que pasa, lo que pensamos, que a veces nos juega a nosotros mismos en contra (…), [y] sí ofrece (….) los espacios de reflexión, que son tan importantes (….)”*
- *“(…) sí lo recomiendo, es tiempo de calidad consigo mismo, son herramientas y son cosas que vas a necesitar en cualquier momento y al tener el conocimiento y tenerlo desde tan temprano es*

fundamental con una ventaja, porque saber cómo enfrentarlo, el sentirte comprendido, el intercambio con otras personas, el saber que uno no es el único que pasa por esas cosas, tener tantas herramientas es fundamental y desde primer semestre (….)”

- *“(…) es una experiencia distinta y no se preocupen porque no va a haber notas, no va a ser una sobrecarga (….)”*
- *“(…) que le saquen el tiempo, no es mucho y pueden aprender una visión distinta de las cosas, todo lo que uno aprende nunca va a sobrar, siempre uno va aplicar esas cosas en alguna iniciativa”*
- *“Que se lo tomen en serio, no es que sea fácil ni difícil, que se lo tomen en serio, es de mucha ayuda.”*
- *“(…) yo les diría que la experiencia (….) es muy grata y (….) de un compromiso con uno mismo y es de responsabilidad; (….) que el material que se proporciona realmente ayuda (…), el hecho de cumplir, el hecho de disfrutar, el hecho de darse un tiempo, buscar el material (….) para reflexionar e interiorizarlo (….) realmente deja (….) experiencias o recuerdos bonitos con uno mismo y fue muy grato también poder decir de que “ay, estoy en el curso de habilidades para la vida y aprendí esto y nos puede servir (…), porque (….) acá en Enfermería también hablamos mucho (….) de eso, (….) todo el material es aprovechable y (….) puede ser una experiencia grata si la persona se lo permite y si se abre a que pueda aprender.”*

2.2.3. Recomendaciones de tutores/as

- *Mezclar grupos de edades, experiencias y contextos distintos hace mucho más rico y productivo el aprendizaje, aumenta la interacción entre participantes.*
- *Si se va a trabajar con jóvenes universitarios, hay que tener en cuenta que el tiempo que dura el curso no coincida con la época de exámenes, tareas y pendientes.*
- *Considerar la posibilidad que tienen los universitarios en cuanto a tecnologías y conexión; al ser un curso en línea esto es clave.*
- *Que previamente tengan un conocimiento sobre las particularidades de la dinámica del curso.*
- *Se siente que el curso es un compromiso o un pendiente más para cumplir con contenidos, y no da tiempo para hacer proceso.*
- *El tutor no envía comentarios personalizados, así el acompañamiento resulta "liviano", en especial cuando los participantes no interactúan en el foro y se limitan a cumplir con las tareas.*
- *Es necesario garantizar una mejor convocatoria al interior de las universidades participantes. Desde el curso no llegamos hasta allá.*
- *"He notado que estudiantes de 18 a 21 años suelen procrastinar algunas actividades y, al mismo tiempo, muchos tienen ansiedad social."*
- *Revisar de qué forma la metodología puede contribuir a una comunicación más fluida entre ellos.*
- *"La participación del grupo en los foros fue disminuyendo a medida que avanzamos. No tengo claro el porqué. No suele ser así."*
- *Tener instancias de intercambio sobre estas percepciones con colegas tutores y otros técnicos para mejorar este curso*
- *Incorporar el aporte de otras disciplinas a la elaboración de devoluciones o a la participación como acompañantes de foros.*
- *Dentro del reglamento hay que recalcar que no es un análisis, sino que puedan escribir con más soltura para mayor eficacia de aprendizaje.*



CON CLU SIONES



SIGNIFICATIVIDAD DEL CURSO PARA LAS PERSONAS PARTICIPANTES

Conocimiento y aplicabilidad de las HpV

El bienestar emocional y sentido de las HpV en la vida de las-los participantes se pone de manifiesto en la totalidad de las respuestas, expresando gratitud, gusto por los temas, satisfacción con las actividades planteadas y por experimentar cambios personales con repercusiones favorables en su propio bienestar y en la mejora de sus relaciones interpersonales. Por el lado del aprendizaje de las características de las HpV, mencionan haber ganado en aclaraciones y precisiones conceptuales útiles para la práctica; han identificado valores presentes en la práctica de las habilidades, como respeto, honestidad, seguridad, compromiso, responsabilidad, solidaridad, firmeza-no daño, sinceridad, claridad, autonomía, cuidado de las relaciones. Sin embargo, hay una confusión entre las habilidades como "haceres" o destrezas, como la empatía, y que estas prácticas sean un "valor", especialmente como recomendación para su cultivo social más amplio.

Aportes del curso a la vida personal e interpersonal

- La totalidad de estudiantes mencionan haber logrado beneficiarse del curso en lo personal y en sus relaciones sociales más cercanas, en la familia, en el grupo de pares de la universidad y

con las amistades, pero presentan más debilidad en el impacto social más amplio (la comunidad, la sociedad a la pertenecen, por ejemplo).

- Encuentran que la práctica cotidiana de las habilidades se enfrenta con dos dificultades: por un lado, la propia manera de ser, ya establecida, y por otro, el medio social, que no favorece el cambio.
- Las habilidades que reportan con mayor frecuencia que han incidido en este proceso de revisión de su vida son las de conocimiento de sí misma-o, relaciones interpersonales, comunicación asertiva, toma de decisiones y empatía, cinco de diez habilidades.
- Las habilidades prácticas que reportan haber desarrollado para afrontar situaciones psicosociales, son la comunicación asertiva, manejo de emociones, manejo del estrés, y toma de decisiones. Aquellas en las que quisieran profundizar son todas, con alguna mayor preferencia específica en toma de decisiones y manejo de emociones.

Apreciaciones sobre el curso

Aspectos metodológicos del curso

- Las respuestas muestran aprecio por los cuestionarios de inicio y final del curso, la flexibilidad del curso en sí mismo, los experimentos-retos, el foro, las retroalimentaciones de las-los tutores, elementos que en su conjunto han permitido a

las-los participantes mantener el interés durante todas las sesiones o aumentarlo a lo largo de ellas.

- Mencionan también de manera mayoritaria las-los estudiantes y tutoras-es que la duración del curso es adecuada.
- De otro lado, han mencionado también su aprecio por los materiales, en especial todo lo audiovisual, aunque reconocen que el material de lectura también es muy valioso.
- Hay aprecio también por el diseño de la plataforma, que es sencilla, intuitiva y bien estructurada, con contenido entretenido, a pesar de “parecerse mucho a las plataformas educativas”.
- La tutoría recibe muchos elogios, resaltándose especialmente el estar pendientes de sus avances sin agobiarlas-os, y el generar confianza, respeto y dar ánimo. Por su lado, las-los tutores coinciden en haber procurado ese apoyo y motivación al grupo.
- También se han recogido importantes apreciaciones sobre el foro del curso, por el significado de escribir en él y recibir retroalimentación sobre ese escrito, así como el aprendizaje respecto de otros puntos de vista y maneras de ver las mismas situaciones planteadas.
- Como oportunidades de mejora se propone que se incluya en la plataforma un sistema

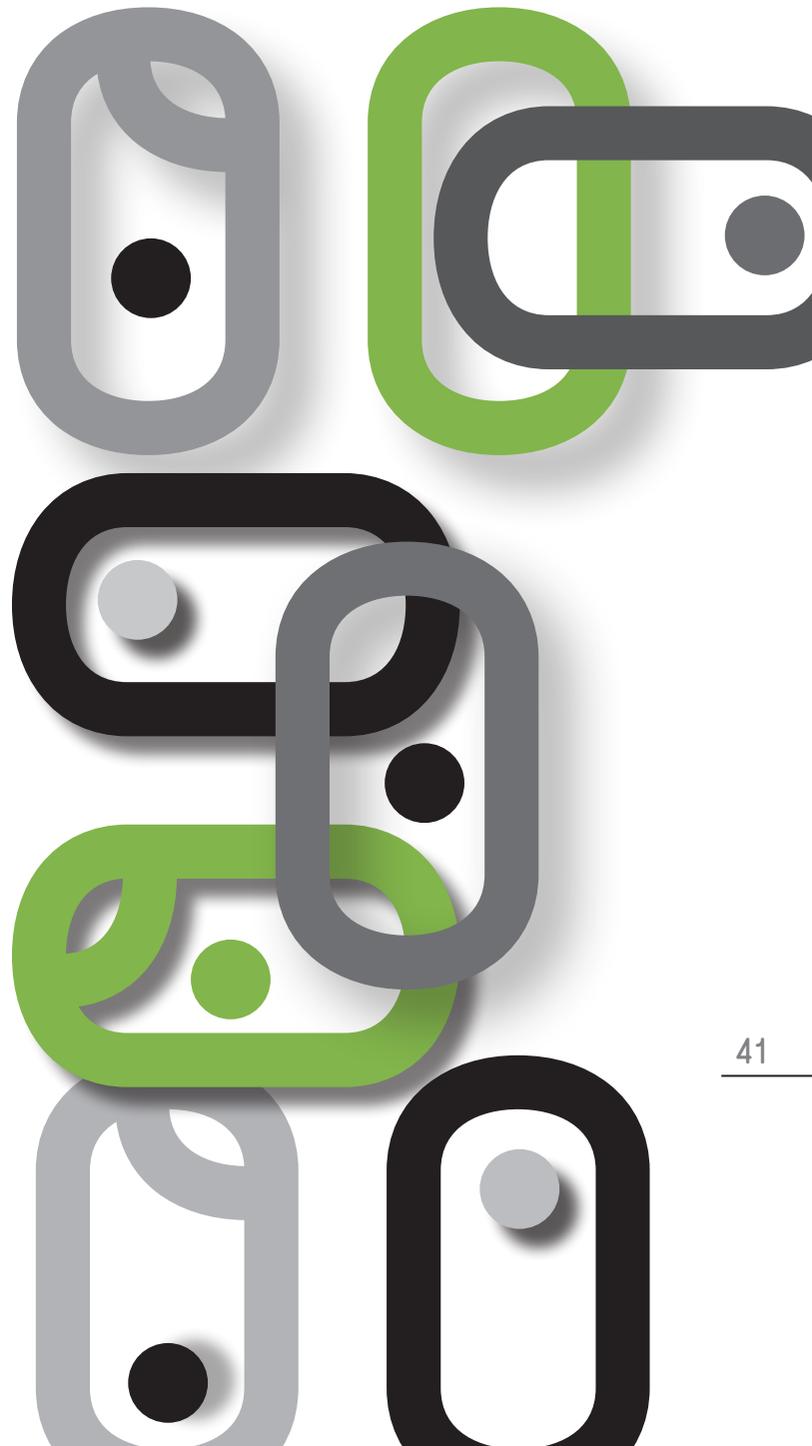
de recordatorios para tareas y notificaciones cuando haya respuestas a las participaciones en los foros. Igualmente, facilitar la manera de visualizar todos los comentarios de manera ágil, en conjunto y no solo de uno en uno, e incluir algunos componentes más lúdicos en el diseño (jueguitos relacionados, entre otros).

- Sobre la tutoría mencionan más espacios de diálogo con las-los tutores, conferencias o encuentros para trabajar temas de interés.
- En cuanto al foro, algunas-os estudiantes mencionan su interés en tener intercambios en tiempo real por videoconferencia. Hay menciones específicas sobre las videollamadas señalando que son lo más débil por la baja participación, en especial por los horarios en que se programaron.
- Otro tema que mencionan es el de la integración entre estudiantes participantes, la generación de “dinámicas de integración” o formas de encontrarse en tiempo real y aun presencial, aunque hay consciencia de las dificultades de horarios y de ubicación territorial.
- También hay referencias al tiempo y las actividades académicas como una de las dificultades para participar fluidamente en la formación, donde quienes lograron superarlas fue por una mejor organización de tiempos y el sostenimiento del compromiso.
- Por último, se propone tener en cuenta posibles dificultades de conectividad (accesibilidad

solo en las instalaciones de la universidad) y los distintos calendarios de inicio, terminación y vacaciones de las universidades en distintos países.

Utilidad para estudiantes de primer ingreso a la universidad.

- Las personas participantes concentran sus apreciaciones en la utilidad para la vida universitaria, en los campos de adaptación al nuevo escenario, y en la gestión de algunas dificultades frecuentes, como el aprender a relacionarse con una gran diversidad de personas, el manejo del estrés, el autoconocimiento, entre otras.
- Igualmente, hay muchos aportes útiles para convocar a nuevas-os estudiantes a tomar el curso *Con otros ojos*, basándose en las experiencias personales y los beneficios logrados.
- Las-los tutores también hacen una serie de recomendaciones, muchas de ellas coincidentes con aquellas que brindan las-los estudiantes de esta edición del curso, pero agregan poder proyectar espacios de intercambio entre colegas de la tutoría y con personal técnico para mejorar el curso.



RECOMENDACIONES

PARA LAS-LOS PARTICIPANTES

- Fortalecer la autonomía que se requiere para comprometerse con un proceso de aprendizaje autodirigido. Teniendo en cuenta las dificultades en el sostenimiento de la participación observada en el abandono de las actividades a lo largo del curso por un buen número de estudiantes matriculados que llevaron a suspenderlos, tomando en consideración que algunas-os participantes mencionaron que les costó esfuerzo encontrar los tiempos para realizar fluidamente el curso, y teniendo en cuenta que son estudiantes jóvenes de 18 a 23 años, de primer ingreso a la universidad, se recomienda incluir una unidad introductoria, donde se faciliten herramientas esenciales sobre organización del tiempo y claves/estrategias para el aprendizaje autodirigido. En este sentido, de acuerdo con Sierra (2011, citado por Rodríguez y Espinoza, 2017), la autorregulación como competencia incluye que el individuo conozca su propio proceso de aprendizaje, programe conscientemente sus estrategias de aprendizaje, de memoria, de solución de problemas y toma de decisiones, y esto se traduzca como autonomía al aprender.
- En esta misma línea y dentro del curso, fortalecer las actividades/experimentos-retos que estén relacionados con tomarse un tiempo para sí mismas-os, asunto reconocido por algunas-os participantes como algo muy importante para sus vidas.

- Crear vínculos entre estudiantes que participan del curso, más allá de los foros o encuentros virtuales previstos como parte del aprendizaje de las HpV. Dentro de las respuestas recogidas en los cuestionarios y entrevistas se percibe la soledad experimentada al llegar al escenario universitario en ese primer ingreso, el observar personas de muy diverso tipo y tener dificultades para comprenderlas y relacionarse con ellas, el significado de encontrar en el espacio del curso otras personas que atraviesan sus mismas dificultades con quienes compartir y sentir su apoyo, y la abierta expresión de algunas de ellas que sugieren encontrarse de otras maneras, permiten respaldar esta recomendación.
- Posibilitar encuentros más personalizados con las-los tutores, en pequeños grupos o como se estime pertinente, con temas de interés de las-los participantes.
- En línea con lo anterior, también han expresado algunas-os estudiantes que sería oportuno tener este tipo de espacios con personas que dominan los temas de las habilidades para la vida y que son parte de ese proceso de acompañamiento.

PARA EL CURSO

- Ampliar los contenidos de tipo audiovisual que se brindan en el curso. Hay varias respuestas que mencionan este comentario, lo que confirma que las-los jóvenes actualmente entre 18 y 23

años están más familiarizados con este tipo de formato y ello implica buscar conferencias que además sean inspiradoras, que comuniquen con intención y con pasión. Así mismo, supone revisar la extensión de las lecturas, ubicando de ser posible textos más cortos.

- De ser posible, realizar algunos ajustes en la plataforma de tipo recordatorios-notificaciones de tareas, y facilitar la visualización de todos los comentarios aportados por las-los participantes de manera global y no de uno en uno.
- Así mismo, revisar la pertinencia de incluir elementos lúdicos de aprendizaje en la plataforma, asociados a las HpV. Una manera alternativa es asociar la plataforma con otras apps o herramientas existentes en la web que pueden ayudar en este sentido.
- Incluir como parte del reporte de las actividades-retos, la producción de informes que no solo sean textos escritos, sino también de tipo audiovisual, y en los formatos que están más cercanos en la actualidad a los contenidos que consumen las-los jóvenes de 18 a 23 años, tipo tiktok u otros.
- Mantener cuestionarios de inicio (punto de partida) y final (qué logró), que permitan al conjunto de participantes del curso ver su propio progreso, y describirlo así dentro del proceso formativo. Esto también significa que las-los tutores tendrían que revisar esta información para brindar ese acompañamiento algo más personalizado. Desde la perspectiva

del aprendizaje significativo, en la enseñanza siempre se debe considerar el conocimiento previo de las-los estudiantes (Moreira, 2010, p. 6). Esto también implica que dentro de las actividades-retos del curso se empleen situaciones más cercanas al ámbito universitario para estudiantes de primer ingreso.

- Revisar la manera cómo se está abordando la noción de valores en habilidades para la vida y establecer acuerdos conceptuales al respecto. Un elemento para discusión puede ser el modelo de capacidades que se trabaja en la versión de HpV de la organización de Fe y Alegría, donde se articula emociones/motivaciones, información/conocimientos, actitudes/valores y habilidades/destrezas (Bravo y Vega, 2022, p. 19).
- Revisar la modalidad de interacción de aprendizaje entre estudiantes solo a partir de los comentarios escritos en los foros y considerar su ampliación a otras formas que incluyan la conversación en tiempo real, el intercambio dialógico, la negociación de saberes y hasta la construcción de una comunidad de aprendizaje en el curso. Las-los estudiantes de esta edición del curso ya han mencionado que prefieren lo audiovisual y las explicaciones orales como medio para incorporar aprendizajes. Igualmente, Gowin (citado por Moreira, 2012, p. 63) señala que la interacción personal, la negociación de significados entre estudiantes y profesorado y entre ellos mismos es fundamental para la captación de significados.

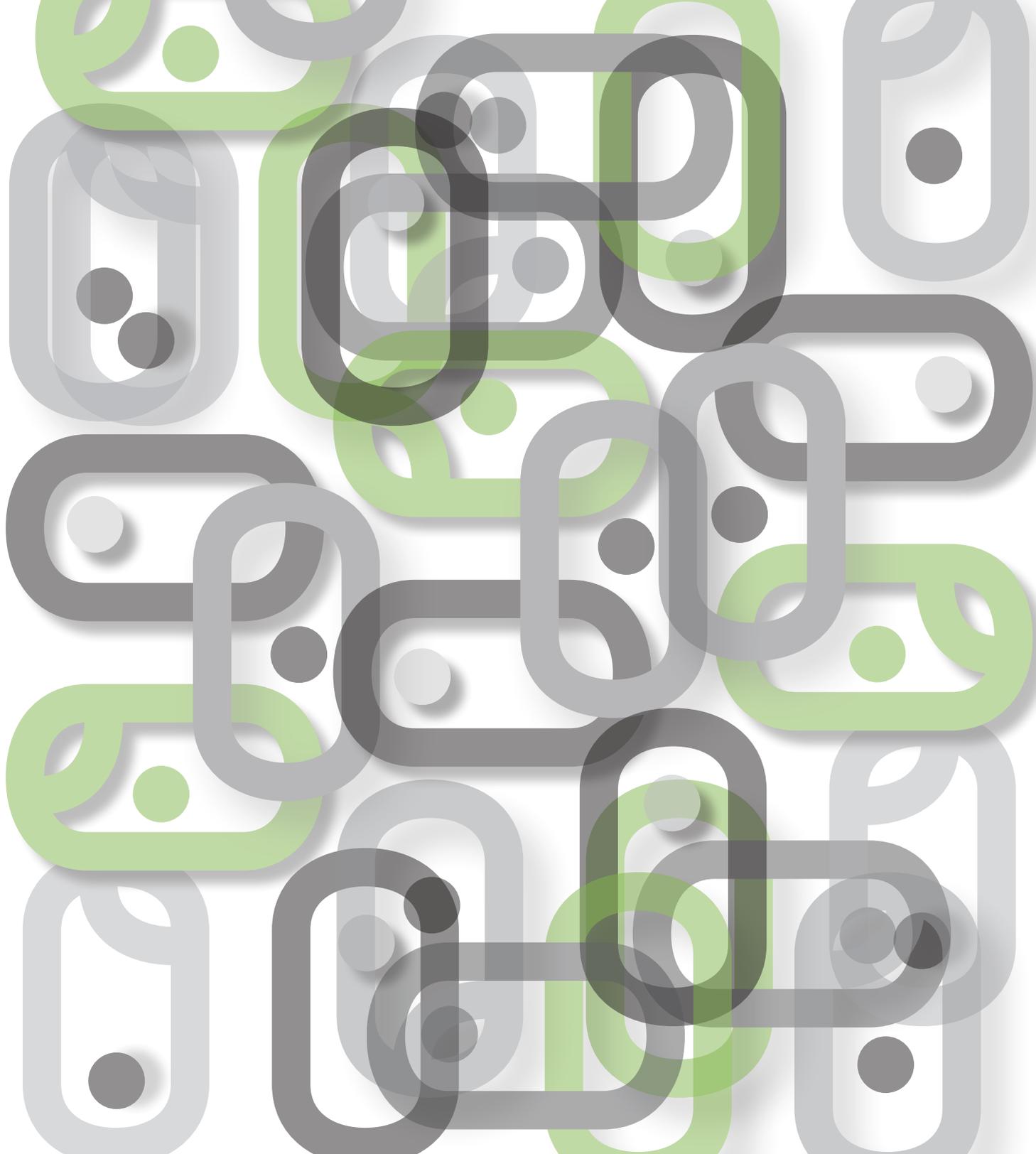
OTRAS RECOMENDACIONES

- Con el grupo de estudiantes participantes en la evaluación realizar una acción de seguimiento (en clave de reconocer los aprendizajes significativos) en la cual logremos indagar en tres meses sobre:
 - » ¿qué cambios/aprendizajes se sostienen?
 - » ¿qué haría falta para que se sostengan?
- Hacer más explícita y extensiva la pedagogía vivencial, con base en la virtualidad, para la enseñanza en otros cursos de HpV. Especialmente, cuando las personas no tengan esta oportunidad o simplemente les parezca más práctico por diferentes razones.
- Tal vez sea posible impulsar la creación de redes de personas que han tomado el curso y quieran establecer, fortalecer o ampliar su vínculo con otras personas que tienen el mismo interés en las HpV.
- A efectos de próximas evaluaciones sería conveniente tener en cuenta si en las universidades colaboradoras disponen de cursos de formación en habilidades para la vida. Esto permitiría controlar el riesgo de contaminación del grupo con influencias directas e inmediatas de formación en este campo.



BIBLI OGR AFÍA

- Bravo, A. y Vega, C. (2022). Herramientas pedagógicas para el apoyo psicosocial en instituciones educativas. Gobernación del Valle del Cauca.
- Moreira, M. (2010). ¿Al final, qué es aprendizaje significativo? Lección Inaugural del Programa de Posgrado en Enseñanza de las Ciencias Naturales, Instituto de Física, Universidad Federal de Mato Grosso, Cuiabá, MT, 23 de abril de 2010. Recuperado de: <https://www.if.ufrgs.br/~moreira/alfinal.pdf>
- Moreira, M. (2012). Aprendizaje significativo, campos conceptuales y pedagogía de la autonomía: implicaciones para la enseñanza Aprendizagem Significativa em Revista, 2(1): 44-45.
- Rodríguez Zamora, R., & Espinoza Núñez, L. A. (2017). Trabajo colaborativo y estrategias de aprendizaje en entornos virtuales en jóvenes universitarios. RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo, 7(14), 86-109. <http://www.ride.org.mx/index.php/RIDE/article/view/274>
- Sierra, I. (2011). Concepciones y Estrategias Docentes en Ambientes Virtuales. Serie Aprender a Educar. Colombia.
- Torres, T. V. (2003). El aprendizaje verbal significativo de Ausubel. Algunas consideraciones desde el enfoque histórico cultural. Universidades, (26), 37-43.





Con otros ojos

Curso en línea para vernos con el lente
de las Habilidades para la Vida



[https://www.habilidadesparalavida.net/
escuela/con-otros-ojos/](https://www.habilidadesparalavida.net/escuela/con-otros-ojos/)

CON OTROS OJOS



Presentamos el informe de la evaluación cualitativa de
*Con otros ojos – Curso en línea para vernos con el lente
de las habilidades para la vida.*

Una evaluación externa con la que pretendíamos conocer la valoración del curso por parte de estudiantes que comenzaban su andadura universitaria, en la que participaron seis universidades de Colombia, Costa Rica, España y México.

Los resultados muestran una significativa valoración positiva del contenido del curso, de su seguimiento a través de internet y del proceso de tutorización en el que basa sus desarrollos.