E.S.E Hospital San José de Viterbo Caldas

LINEA: SALUD MENTAL

ESTRATEGIA: ESCUCHADEROS – CUIDANDO VIDA.

Nombre del profesional: Maryuri Andrea Zapata Guarín

Profesión: Psicóloga

Fecha de ejecución: 20 de mayo de 2026

Lugar de la capacitación: Institución educativa la Milagrosa Grado 9A

Hora de Inicio: 8:00 a.m. **Hora Final**: 9:00 a.m.

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:
Actividad 10: **Séptimo espacio de Escucha – "Mi color, mi historia, mi valor"**
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
Promover el respeto, la inclusión y la valoración de las diferencias étnicas, culturales y raciales, fortaleciendo la convivencia escolar, la autoestima y el reconocimiento de la diversidad como una riqueza para la comunidad educativa. **Objetivos específicos** • Sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia del respeto por las diferencias étnicas y culturales. • Favorecer la comprensión del enfoque diferencial y el reconocimiento de la población Negra, Afrocolombiana, Raizal y Palenquera (NARP). • Fortalecer habilidades de empatía, tolerancia y convivencia pacífica dentro del entorno escolar. • Prevenir situaciones de discriminación, racismo, exclusión y bullying asociados al color de piel, origen étnico o características físicas.
3. CURSO DE VIDA
ADOLESCENCIA.
4. METODOLOGIA

Se desarrolla un conversatorio participativo denominado “La diversidad nos fortalece”, donde se aborda de manera sencilla y reflexiva la importancia de reconocer y respetar las diferencias relacionadas con:

• La personalidad y forma de pensar.

• La cultura y las costumbres.

• El color de piel y la procedencia.

• La identidad cultural.

• Las tradiciones y expresiones culturales.

• La diversidad étnica presente en Colombia.

• El reconocimiento de la población Negra, Afrocolombiana, Raizal y Palenquera (NARP).

Durante el conversatorio se explican conceptos básicos relacionados con:

• Diversidad humana.

• Diversidad étnica y cultural.

• Identidad cultural.

• Población NARP.

• Derechos humanos.

• Igualdad y no discriminación.

Se enfatiza que todas las personas merecen respeto y protección frente a cualquier forma de discriminación, independientemente de su color de piel, origen étnico, cultura o apariencia física.

Posteriormente se realiza la actividad lúdica denominada “Lo mejor de mí”. Cada estudiante recibe una tarjeta donde escribe:

• Una cualidad que lo caracteriza.

• Algo que lo hace único.

• Algo positivo que aporta a su grupo o comunidad.

Las tarjetas se mezclan y se leen de manera aleatoria, permitiendo reconocer las fortalezas de cada persona y reflexionar sobre el valor de las diferencias.

Durante el ejercicio se promueve la reflexión sobre:

• El impacto de las burlas relacionadas con el color de piel o apariencia física.

• Las consecuencias del racismo y la discriminación en la salud mental.

• La importancia de la empatía y el respeto.

• El reconocimiento de la diversidad cultural como una riqueza social.

• La construcción de ambientes escolares seguros e inclusivos.

Como actividad complementaria se desarrolla “Construyendo respeto”, donde los estudiantes identifican acciones concretas para prevenir el bullying, la discriminación y la exclusión dentro de la institución educativa.

Se fomenta el diálogo abierto, la participación activa y la expresión de experiencias relacionadas con situaciones de discriminación, exclusión o aceptación identificadas en el contexto escolar.

FASE DE CIERRE

Se realiza una retroalimentación grupal donde los estudiantes expresan:

• ¿Qué aprendieron sobre la diversidad cultural y étnica?

• ¿Cómo pueden contribuir a una convivencia más respetuosa?

• ¿Qué compromiso personal asumen para prevenir la discriminación?

Se refuerza el mensaje de que todas las personas tienen el mismo valor, dignidad y derechos.

Finalmente se construye un compromiso grupal orientado a fortalecer la inclusión, el respeto y la convivencia dentro de la institución educativa.

Mensaje final:

"Nuestro color de piel, nuestra historia y nuestra cultura nos hacen únicos. Respetar las diferencias es construir una escuela donde todos tienen un lugar."

6. RECURSOS

Talento humano (psicóloga), tablero, marcadores, tarjetas de participación, cartulinas, material educativo impreso, infografía sobre diversidad étnica y cultural, cinta adhesiva y material didáctico.

7. RESULTADOS ESPERADOS

Se espera que los estudiantes:

• Reconozcan la importancia del respeto por las diferencias étnicas y culturales.

• Comprendan el concepto de población NARP y diversidad cultural.

• Fortalezcan habilidades de empatía y convivencia.

• Identifiquen conductas discriminatorias y sus consecuencias para la salud mental.

• Promuevan acciones de respeto, inclusión y no discriminación dentro de la institución educativa.

8. OBSERVACIONES

Se evidenció participación activa de los estudiantes durante el conversatorio y las actividades propuestas. Los participantes manifestaron interés por la temática y reflexionaron sobre la importancia de respetar las diferencias relacionadas con el color de piel, la cultura, las tradiciones y la identidad étnica. El espacio permitió fortalecer la escucha activa, la empatía y la sensibilización frente a las consecuencias del racismo, la discriminación y el rechazo en la salud mental. Asimismo, se promovió la construcción de entornos escolares más seguros, inclusivos y respetuosos de la diversidad cultural y humana.



_____

Maryuri Andrea Zapata Guarín
Psicóloga
T.P: 222307.