Acerca de	**O.4 Marco de competencias del estudiante**
Título del Proyecto	Sensibilidad a la diversidad sexual en la formación profesional en el ámbito social (SENSE)
Número de referencia	2018-1-NL01-KA202-038973
Fecha	15-06-2020
Versión / difusión	FINAL
Pareja	DEFOIN
Autores	Juan Escalona Corral

Contenido

Introducción 3
Acerca de este marco 5
Competencias específicas para la promoción de la diversidad LGBTI en el aula 7
Competencias intrapersonales 7
Competencias interpersonales 12
Acercamiento práctico 15
Competencias intrapersonales 16
Competencias interpersonales 22
Referencias 29

Introducción

Este marco de competencias es el 4o Producto Intelectual del proyecto Diversidad Sexual en la Formación Profesional de Sensibilidad en el Dominio Social (SENSE) No. 2018-1-NL01-KA202-038973, y tiene como objetivo proponer un conjunto de competencias que son necesarias tanto para los estudiantes y docentes por la inclusión de la diversidad, tanto entre pares como con futuros clientes en su lugar de trabajo. El proyecto está coordinado por la organización Stitching Global Alliance for LGBTI Education (GALE) con sede en los Países Bajos. El proyecto cuenta además con la colaboración de las siguientes organizaciones europeas:

- Fondazione Centro Studi Villa Montesca (Italia)
- IIS Liceo Città di Pietro
- Formacion Para el Desarrollo e Insercion, Sociedad Limitada - DEFOIN (España)
- Organización Educativa Eurotraining (Grecia)
- ROC Van Amsterdam - ROCVA (Países Bajos)
- Foro Europeo de Educación y Formación Técnica y Profesional - EFVET (Bélgica)
- CESIE, centro europeo de estudios e iniciativas (Italia)
- Associazione Euroform (Italia)

Las sociedades y el mercado laboral están cambiando rápidamente y está claro que los estudiantes de FP necesitan cada vez más habilidades genéricas del siglo XXI para poder tener una oportunidad futura de trabajo en mercados cambiantes. La adquisición de estas competencias transversales clave es una prioridad importante en la estrategia europea de FP (ET2020).

El objetivo del marco es apoyar un diálogo centrado en cómo mejorar la calidad de la educación VET sobre sexualidad y diversidad, y comenzar un debate sobre cómo mejorar los requisitos formales de competencia de los estudiantes VET. Los socios de este proyecto confirman que los requisitos formales de competencia para los estudiantes de FP son diferentes en todos nuestros países y que hay margen de mejora. Además, un debate entre países y a nivel europeo será beneficioso para mejorar la respuesta europea a la intolerancia y promover respuestas constructivas y profesionales a la intolerancia y la polarización.

La discusión sobre el marco sirve para:

1. Crear conciencia sobre las habilidades de diversidad 'profunda', incluida la sensibilidad a la diversidad sexual
2. Crear o fortalecer la necesidad de revisar los requisitos formales de competencia VET institucionales o nacionales para los estudiantes.
3. Apoyar el desarrollo de planes de estudio nuevos o adaptados para mejorar la educación de la diversidad en la EFP.
4. Apoyar el intercambio y profundizar el debate de experiencias, planes de estudio y marcos de competencias a nivel europeo.

La implementación y el trabajo de las habilidades descritas en este marco tiene dos resultados, a corto y largo plazo, y ambos afectan el aula y el entorno laboral donde los estudiantes de FP brindarán servicios a los clientes LGBTI. Los resultados son los siguientes:

1. **Inclusión de estudiantes LGTBI en el aula**: Al plantear el tema de la diversidad sexual e implementar las herramientas propuestas en este marco, el aula se convertirá en un espacio más abierto donde los estudiantes LGBTI puedan sentirse seguros, promoviendo así su inclusión.
2. **Respeto a la diversidad de clientes / usuarios LGTBI de las empresas donde trabajarán los estudiantes de FP.**: Cuando los estudiantes de FP se incorporan al mercado laboral; deberán brindar servicios a diversos clientes, y específicamente a los clientes LGTBI. Por ejemplo, mientras que los estudios sobre "adultos mayores lesbianas, gays, bisexuales y transgénero (LGBTI) en cuidados residenciales señalan su discriminación, invisibilidad y el tabú de los estilos de vida LGBTI" (LEYERZAPF, VISSE, DE BEER & ABMA, 2016), un VET El alumno que cuente con las competencias de diversidad descritas en este marco podrá brindar atención atendiendo las necesidades específicas de los usuarios LGTBI.

Acerca de este marco

Este marco de competencias define las competencias que necesitan los estudiantes de Educación y Formación Profesional para mejorar los servicios y la atención a los clientes y usuarios LGBTI en sus futuros puestos de trabajo. Dichas competencias se dividirán en interpersonales e intrapersonales, y este marco incluye una definición de esas competencias y propuestas de cómo aplicarlas en el aula con actividades prácticas.

Ambos grupos de competencias son necesarios para tener un buen nivel de inclusión. Todas las personas deberían trabajar en ambos grupos de competencias como forma de estar más abiertos a la diversidad.

Mientras que en las competencias intrapersonales el foco está en aquellas personas que desean ser respetadas, en el segundo grupo de competencias interpersonales nos centraremos en cómo podemos ayudar a otras personas promoviendo y aceptando la inclusión en la diversidad sexual.

Es realmente importante promover la diversidad sexual entre las personas que no la aceptan y al mismo tiempo es importante promover entre las personas LGBTI lo que pueden hacer para ser aceptadas e integradas en una comunidad sexual diversa. Esto es esencial cuando las personas comienzan a tomar conciencia de su sexualidad.

Competencias intrapersonales Implican la autogestión y la capacidad de regular el comportamiento y las emociones propias para alcanzar las metas, mientras que las competencias interpersonales implican expresar información a los demás, así como interpretar los mensajes de los demás y responder de manera adecuada.

¿Genérico o específico?

Se podría plantear la pregunta válida de si las competencias formuladas genéricamente no son lo suficientemente adecuadas para cubrir a estudiantes y clientes LGBTI. ¿Existen competencias específicas relacionadas con la diversidad sexual y, si las hay, es necesario hacerlas explícitas en un marco separado?

El proyecto SENSE se propuso iniciar una discusión exactamente sobre estas cuestiones. Debido a que no es común que las instituciones de FP o los profesores presten atención automáticamente a la diversidad sexual, consideramos necesario ser específicos sobre las necesidades de los clientes, los clientes y los estudiantes. Al ser específicos, creamos conciencia sobre los problemas en cuestión.

Cuando hablábamos de competencias, notamos que la mayoría de las competencias genéricas, en principio, deberían cubrir habilidades y comportamientos específicos relacionados con los clientes, clientes y estudiantes LGBTI. Al mismo tiempo, vemos que el reconocimiento de que esto es así no es automático. Por lo tanto, estamos de acuerdo en que las competencias genéricas deberían ser suficientes, pero también observamos que en muchos casos falta la sensibilidad para implementarlas de esta manera inclusiva. Es por eso que hemos intentado formular un marco de competencias de manera general, pero extendiéndolos con punteros. Estos indicadores sirven para iniciar la discusión sobre si los proveedores de EFP están de acuerdo con este tipo de sensibilidad o no, y por qué.

Competencias específicas para la promoción de la diversidad LGBTI en el aula

Estas competencias se relacionan con los conocimientos, las habilidades y el comportamiento que esperamos que los estudiantes tengan después de su formación inicial.

Por supuesto, los profesores deben tener las competencias básicas ellos mismos. Además, se espera que puedan transferir y entrenar estas competencias con los estudiantes.

Competencias intrapersonales

Las competencias intrapersonales son las "habilidades introspectivas que permiten a alguien estar profundamente consciente de los sentimientos y propósitos personales" (Strom & Strom, 2003). En este marco se han incluido seis competencias intrapersonales:

- Habilidades de afrontamiento
- Autoestima
- Auto control
- Conciencia de sí mismo
- Auto confianza
- Aceptar comentarios y críticas

Habilidades de afrontamiento

Un buen nivel de esta competencia significa que los estudiantes son capaces de realizar una serie de acciones, o un proceso de pensamiento utilizado para manejar una situación estresante o desagradable o para modificar la propia reacción ante tal situación. Por lo general, implica un enfoque consciente y directo de los problemas, en contraste con los mecanismos de defensa. Si están molestos por su propia identidad sexual o la diversidad sexual de otra persona, podrán lidiar con esto de manera profesional.

Habiendo alcanzado esta competencia:

- Reconocer los factores estresantes y sus fuentes.
- Aplicar estrategias adecuadas para lidiar con los factores estresantes (por ejemplo, pensamiento positivo, adoptar un punto de vista objetivo en lugar de una perspectiva personal, anticipar el factor estresante y reaccionar de manera mesurada, desarrollar una red de apoyo social, aprender a comunicar sus emociones, ser físicamente activo, etc. .)
- Ser capaz de decidir si abordar directamente el factor estresante o, alternativamente, lidiar con los sentimientos que genera el estresante.

Autoestima

Un buen nivel de esta competencia significa que los estudiantes son conscientes y creen en sus propias habilidades y valores personales. Los estudiantes son conscientes de sus propios valores en cuanto a identidad, diversidad y sexualidad.

Es la capacidad de identificar y ser consciente de sus potenciales, además de ser constructivo sobre sus limitaciones. Si la diversidad sexual hace que el alumno se sienta inseguro sobre su propia identidad, esta competencia le permite volver a enorgullecerse de ella. Si la diversidad sexual de otra persona se siente como una amenaza para el estudiante, esta competencia les asegura que pueden enorgullecerse de su propia identificación sin tener que menospreciar a los demás.

Cualquiera que tenga más autoestima y esté más en paz consigo mismo es menos probable que adopte una conducta defensiva inapropiada contra lo que es diferente a ellos.

Tener esta competencia significa que ellos:

- Son capaces de tener una actitud positiva sobre sí mismos.
- Son capaces de decir que no
- Son capaces de ver las fortalezas y debilidades generales y aceptarlas de manera positiva.

Auto control

Un buen nivel de esta competencia significa que son capaces de gestionar sus propias emociones y acciones de forma consciente. Es la capacidad de estar al mando de la propia conducta (abierta, encubierta, emocional o física) y de restringir o inhibir los propios impulsos.

El miedo a la diversidad sexual a veces toma la forma de una resistencia o respuesta instintiva. El autocontrol significa que los estudiantes no ceden a impulsos negativos que puedan dañarlos psicológicamente o a sus clientes y clientes LGBTI.

Tener esta competencia significa que ellos:

- Son conscientes de los riesgos y consecuencias negativas que pueden derivarse de la realización de conductas nocivas.
- Incrementar su compromiso como persona
- Son capaces de transformar objetivos abstractos en pequeñas etapas o tareas que deben cumplir.
- Son capaces de modificar sus impulsos y actuar de acuerdo con lo que saben que deben hacer.
- Entrena su memoria para repetir acciones.

Conciencia de sí mismo

Un buen nivel de esta competencia puede ayudar a los estudiantes a comprender su lugar / papel en el entorno de vida en comparación con otros, así como a comprender lo que sienten en un momento dado. El estudiante LGBTI puede tener que aprender a superar el dolor o el trauma morir por exclusión o discriminación. Los estudiantes cisgénero heterosexuales pueden necesitar reconocer que nacer como hombre o mujer y haber tenido una orientación sexual es sólo "normal" porque se ve como un privilegio en comparación con "otros".

Tener esta competencia significa que ellos:

- Demostrar la capacidad de identificar claramente sus habilidades, valores, intereses y fortalezas / debilidades / oportunidades centrales;
- Juzgar con precisión su propio desempeño y comportamiento;
- Comprender a otras personas, cómo las perciben, su emoción, actitud e identidad, y sus respuestas a ellas;
- Reconocer sus propias competencias, sentimientos y actitudes incluso sin reconocimiento externo.

Auto confianza

Un buen nivel de esta competencia demuestra a los demás que los estudiantes realmente saben cómo hacer las cosas y aceptan las consecuencias de sus propias decisiones. Los estudiantes LGBTI toman decisiones informadas sobre su declaración, otros estudiantes se sienten seguros de poder apoyar a las personas LGBTI.

Es la confianza en las propias habilidades, capacidades y juicio, así como la creencia de que uno es capaz de cumplir con éxito las demandas de una tarea.

Una persona con poca confianza en sí misma se siente herida con más facilidad y puede reaccionar de forma agresiva.

Tener esta competencia significa que ellos:

- Sentirse cómodo con las nuevas circunstancias de su vida;
- Siéntete feliz con sus propias decisiones;
- Están seguros de sí mismos;
- Aceptar las consecuencias de sus propias decisiones;
- Son capaces de infundir confianza en otras personas en sus decisiones.

Aceptar comentarios y críticas

Es la capacidad de escuchar otras perspectivas y realizar una autoevaluación.

Un buen nivel de esta competencia ayudará a los estudiantes a aprender de experiencias personales anteriores, tanto positivas como negativas, y aumentará sus posibilidades de éxito en la integración en la escuela y en la vida social en general.

Si un joven está acostumbrado a aceptar comentarios y críticas, también puede resultarle más fácil aceptar otras realidades distintas a la suya, incluidas las realidades LGTBI.

Tener esta competencia significa que ellos:

- Comprender que otras personas podrían tener un punto de vista diferente sobre el mismo tema, lo que podría ser beneficioso para ellos;
- Escuchar positivamente la opinión y los comentarios de sus profesores y compañeros y acepta esta retroalimentación;
- Entender que la retroalimentación no es una desaprobación ni un ataque personal, sino que se les da para que puedan mejorar como persona;
- Es capaz de aceptar los consejos que se le han dado y utilizarlos para un mayor desarrollo personal.

Competencias interpersonales

Las competencias interpersonales se relacionan con "la capacidad social que permite trabajar eficazmente con los demás" (Strom & Strom, 2003) lo que conlleva las habilidades para comprender mejor a los demás, como individuos y como grupo; manejar las relaciones afectivas; tener una fuerte empatía; buenas habilidades para escuchar ...

En este marco, hemos delineado las siguientes competencias interpersonales:

- Conciencia de la diversidad
- Conciencia de respeto y dignidad
- Respeto a los demas
- Adaptable
- Empatía

Conciencia de la diversidad

Un buen nivel de esta competencia significa que los estudiantes pueden aceptar (y estar abiertos a discutir) la singularidad de todos los individuos en varias dimensiones, como raza, creencias religiosas, etnia, edad, género, orientación sexual, habilidades físicas, creencias políticas. y el estatus socioeconómico, y el reconocimiento de que los factores culturales (etc.) limitan la expresión de la diversidad de clientes y consumidores.

Tener esta competencia significa que:

- Las habilidades de conciencia de la diversidad se extienden más allá de la mera tolerancia para abarcar la exploración de tales diferencias individuales, respetarlas y, en última instancia, fomentar una relación saludable con el individuo a pesar de las diferencias.
- Un entorno armonioso donde el respeto mutuo y la equidad son intrínsecos, protegiendo la diversidad de la escuela.

Conciencia de respeto y dignidad

Un buen nivel de esta competencia puede ayudar a comprender, respetar y ser tolerante con todas las personas que lo rodean aceptando todo tipo de diversidad. Esta competencia permitirá interactuar eficazmente con todas las personas y apoyar la diversidad (raza, edad, etnia, género, nivel educativo, nivel socioeconómico, capacidades mentales y físicas, creencias religiosas y políticas); Reconocer y aceptar ambas dimensiones de la diversidad - personal y organizativa - en la escuela. También significa ser capaz de reconocer primero a la persona y no actuar en base a estereotipos de diversidad.

Tener esta competencia significa que ellos:

- Son capaces de demostrar una actitud justa, objetiva y abierta hacia aquellos cuyas opiniones, creencias y prácticas son diferentes a ellos;
- Tienen la mente abierta a otras culturas, religiones y formas de vida;
- Son capaces de reconocer y apoyar a las personas con una variedad de situaciones de diversidad y empoderarlas.
- Reconocer y aceptar ambas dimensiones de la diversidad - personal y organizativa - en la escuela.
- Es capaz de reconocer primero a la persona y no a ninguna diversidad,

Respeto a los demas

Un buen nivel de esta competencia significa que los estudiantes tienen una forma respetuosa de tratar o pensar sobre algo o alguien. Respetan a los demás a pesar de las diferencias que puedan existir entre usted y los demás. Esto sigue siendo relevante incluso cuando los aspectos de la diversidad sexual confrontan sus propios valores o normas.

Tener esta competencia significa que ellos:

- Son capaces de respetar el punto de vista de otras personas.
- Son capaces de respetar las acciones de otras personas.
- No sientas superioridad frente a otras personas

Adaptable

Un buen nivel de esta competencia muestra la capacidad de aceptar cambios y nuevas circunstancias en la vida personal; comprender que las cosas cambian y poder adaptarse, además de poder gestionar múltiples tareas y establecer prioridades en la vida. A medida que la diversidad sexual se vuelve más aceptada en la sociedad, las profesiones y los profesionales deben adaptarse a esto. Profesionalmente no es opcional ser tolerante.

Tener esta competencia significa que ellos:

- Comprenda que las cosas cambian a una velocidad mucho mayor que nunca;
- Son capaces de aceptar cambios o nuevas circunstancias en su vida;
- Son capaces de gestionar múltiples tareas y establecer prioridades en su vida;
- Son capaces de adaptarse a las condiciones cambiantes.

Empatía

Un buen nivel de esta competencia significa poder ponerse en la posición del otro y sentir su punto de vista (incluido el de los clientes y clientes LGBTI); acercarse a alguien y comprender mejor a los demás. Ser empático significa permitirse sentir sus emociones, no necesariamente expresándolas de inmediato.

Tener esta competencia significa que ellos:

- Son capaces de ponerse en el lugar de otros
- Son capaces de comprender profundamente las situaciones de los demás.
- Tener la capacidad de no emitir juicios sobre las acciones de otras personas.
- Son capaces de tener el mismo sentimiento que tiene otra persona.

Acercamiento práctico

En este apartado encontrarás propuestas sobre cómo trabajar estas competencias en clase específicamente para promover la inclusión y el respeto hacia la diversidad LGBTI. Si deseas iniciar una conversación en tu clase sobre diversidad sexual, puedes utilizar la Tecnología Trigger que hemos desarrollado en este proyecto y que recopila instrumentos que se utilizan para iniciar una discusión entre los estudiantes.

Si desea obtener más información sobre la diversidad LGTBI +, la asociación del proyecto SENSE también ha creado una Formación de profesores que incluye la discusión de las reglas básicas, un disparador, la exploración de situaciones desafiantes, la explicación de la norma de la heterosexualidad y la discusión de temas pedagógicos, didácticos y escolares. soluciones de política.

Puede acceder a estos recursos a través de los siguientes enlaces:

- Tecnología de gatillo: *insertar enlace aquí*
- Formación de profesores: *insertar enlace aquí*

Las siguientes propuestas pueden ser utilizadas individualmente, solo para trabajar una competencia específica, o complementarias a las herramientas mencionadas anteriormente para brindar una formación más integral sobre diversidad sexual a sus alumnos.

Competencias intrapersonales

Aceptar comentarios y críticas

Tanto en la clase como en el entorno laboral, un joven recibirá retroalimentación en numerosas ocasiones. Ser capaz de aceptar esa retroalimentación sin recibirla como un ataque es una habilidad valiosa para cualquier persona joven que trabaje con diversos clientes / usuarios.

> *En un entorno laboral, inconscientemente puede confundir[1] un cliente. Cuando se corrija, teniendo esta competencia, podrá dirigirse adecuadamente a ese cliente sin entender esa crítica como un ataque a su persona.*

Actividad:

Para trabajar esta competencia en clase, proponemos la siguiente actividad de juego de roles:

1. El grupo se divide en parejas. A cada una de las parejas se le entrega una tarjeta con una situación ficticia donde pueden recibir críticas. Algunos ejemplos de estas situaciones son: "ha llegado tarde a una cita", "no ha respondido un correo electrónico importante del trabajo", etc. Se le anima a utilizar situaciones que puedan afrontar en el ámbito de sus estudios de FP.
2. Una pareja pasa al frente del aula y representa una situación en la que uno está dando retroalimentación sobre la situación dada. El otro participante tendrá que reaccionar a esa retroalimentación.
3. El grupo reflexionará sobre cómo puede reaccionar ante esa crítica de una manera madura y no agresiva. La reflexión y el aprendizaje entre pares es muy importante en esta actividad.
4. Todas las parejas pasarán por esta actividad.

Esta actividad también se puede utilizar para practicar cómo dar retroalimentación y crítica de una manera constructiva.

---

[1] "Usar pronombres incorrectos u otras palabras específicas de género al referirse o hablar con alguien, especialmente una persona transgénero" ("Misgender", sf)

Autoestima

Tener una buena autoestima es muy importante en la clase tanto para el alumno LGTBI + (que probablemente sufra de una baja autoestima) como para el cis-hetero.[2]estudiante, quien si sufre de baja autoestima es más probable que asuma conductas defensivas inapropiadas hacia lo que no es normativo en su entorno. Dado que los estudiantes varones son más propensos tanto a sufrir agresiones homofóbicas en el aula como a ser los agresores (Blais, Gervais & Hébert, 2014), esta competencia es especialmente interesante para grupos con una alta tasa de estudiantes varones.

> *Cuando se encuentra en un entorno laboral, puede encontrarse en una situación en la que interactúa con alguien con una orientación sexual o identidad de género diferente. Incluso si eso puede hacer que se sienta incómodo, debe comportarse de manera adecuada y profesional. Tener una buena autoestima te hará sentir menos incómodo y te permitirá comportarte de manera profesional.*

Actividad:

Para trabajar esta competencia en clase, proponemos que el docente abra una discusión sobre la diversidad sexual y concientice y tome conciencia sobre la orientación. De esta manera, los estudiantes pueden construir un mayor nivel de identidad y conciencia y, como consecuencia, sentirse más seguros de sí mismos y aceptados.
Para realizar la actividad, el aula se divide en grupos más reducidos.
¿Qué sucede si un estudiante hace un comentario LGBTI-fóbico durante la discusión? ¿Y durante una clase regular? ¿Responde a los comentarios fóbicos (primero) o al estudiante (s) herido (LGBTI)?
Un comentario LGBTI-fóbico nunca puede quedar sin respuesta. Si se permite uno de estos comentarios en el aula, los alumnos se sentirán validados para seguir haciendo este tipo de comentarios (por lo tanto, la autoestima del docente también es importante, para poder afrontar estos comentarios fóbicos)

---

[2] Se refiere a un cisgénero ("una persona cuyo sentido de identidad personal y género se corresponde con su sexo de nacimiento " ("cisgénero", nd)) y persona heterosexual.

Auto control

El aspecto clave que se trabajará en esta competencia es superar un impulso y reflexionar antes de actuar. Esto ayudará a los profesores y estudiantes a manejar las emociones personales y racionalizarlas, especialmente cuando son emociones fuertes.

> *La falta de autocontrol puede terminar en conductas agresivas al experimentar emociones fuertes. Los estudiantes deben mejorar su autocontrol después de experimentar emociones fuertes y frustración para garantizar la seguridad (física y emocional) tanto de los compañeros de trabajo como de los clientes / usuarios en el entorno laboral.*

Actividad:

En esta actividad, los estudiantes se enfrentarán a la frustración para que puedan encontrar herramientas para cooperar con sus compañeros en lugar de reaccionar de manera agresiva o fuera de lugar. Para esta actividad necesitará una página de periódico por alumno.

1. Cada participante tiene una página de un periódico (todos deben ser diferentes). Todos empiezan a leer al mismo tiempo. Cuando el maestro diga que pare, dejarán de leer y dejarán la página del periódico en el suelo. Cuando el maestro diga cambiar, irá a una página diferente y comenzará a leer. El objetivo del juego es que**continúan leyendo desde donde lo dejó la última persona.**
2. Una vez que se hayan dado cuenta de que es imposible hacerlo sin una estrategia, tendrán tiempo para discutir una estrategia. Lo prueban, y si funciona, el profesor incluirá una nueva regla que invalida esa estrategia (es decir, si marcan con un bolígrafo la última palabra que leen, el profesor prohibirá el uso de bolígrafos).

Esta actividad puede ser bastante desafiante y frustrante, y después de la actividad, se debe iniciar una discusión sobre cómo reaccionaron cuando se sintieron frustrados y cuáles fueron los resultados de ese comportamiento. Se puede plantear una reflexión sobre cómo controlando nuestras reacciones obtenemos mejores resultados.

Puede utilizar artículos de noticias relacionados con la diversidad sexual en esta actividad.

Auto confianza

Aunque la autoestima y la confianza en uno mismo pueden parecerse mucho, existe una diferencia clave entre ambas. Si bien la autoestima es cómo te sientes contigo mismo en general, la confianza en ti mismo se refiere a situaciones o habilidades específicas y puede cambiar según el contexto. Aunque alguien pueda tener una gran autoestima, puede tener poca confianza en sí mismo en una habilidad específica (es decir, matemáticas). Por ello, estaremos trabajando en esta actividad sobre la autoconfianza relacionada con la diversidad sexual.

> *Cuando los estudiantes se encuentran en una situación en la que son acosados, pero deciden declararse como una persona LGBTI, eso demuestra que tienen un alto nivel de confianza en sí mismos.*

Actividad 1:

Discuta con los estudiantes e infórmeles sobre la diversidad sexual y la identidad de género. Organizar mesas redondas en clase para concienciar sobre sus derechos. Estas mesas redondas podrían ser "centros seguros" donde los estudiantes puedan hacer preguntas, aclarar dudas y discutir sus miedos relacionados con el tema.

"Por ejemplo, centro seguro semanal"

Actividad 2:

Involucrar a especialistas que se identifiquen abiertamente como LGBTI. Muchas organizaciones LGBTI ofrecen actividades para escuelas y las personas que las imparten son abiertamente LGBTI. Al participar en una de estas actividades, sus estudiantes no solo aprenderán sobre la diversidad sexual y la identidad de género, sino que también conocerán a una persona LGBTI segura de sí misma, que puede ser un modelo a seguir para cualquier estudiante LGBTI en su clase que pueda sentir que existe. una falta de referentes LGBTI en su propia vida y normalizará las interacciones con las personas LGBTI entre el alumnado.

Conciencia de sí mismo

Ser consciente de la propia identidad puede ser muy útil cuando se interactúa con personas cuya identidad no es normativa. Cuanto más haya reflexionado sobre su propia identidad, más fácil le resultará relacionarse con los demás.

> *En el campo de la socio-asistencia, el estudiante trabajará en estrecha colaboración con pacientes LGBTI. El alumno es capaz de comprender la diferencia entre su idea de identidad y otras identidades posibles, por lo que prestan mucha atención a cómo los diferentes pacientes preferirían ser tratados, por ejemplo, neutros, femeninos, masculinos, etc.*

Actividad:

En el aula se pueden incluir actividades para reflexionar sobre la propia identidad. Para plantear el tema de la diversidad, se puede utilizar "The Genderbread Person" (Killerman, 2017) (Figura 1).

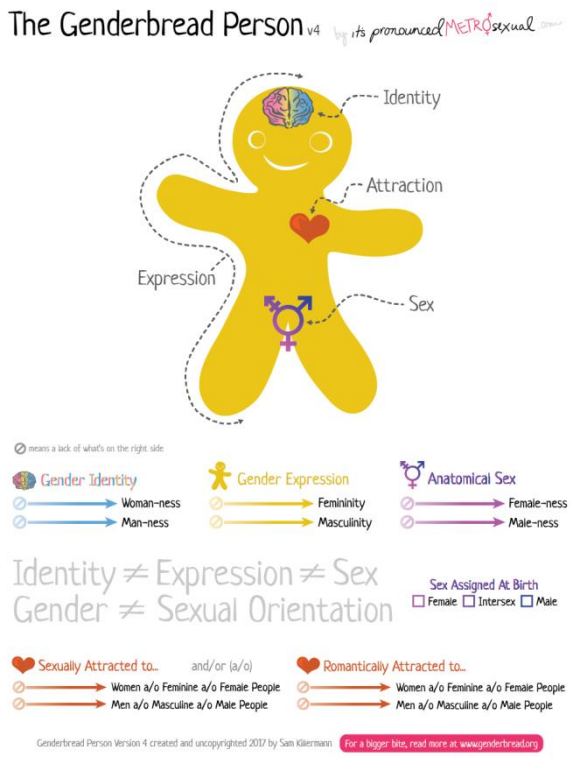

Figura 1: The Genderbread Person v4, Killermann (2017)

Habilidades de afrontamiento

Las habilidades de afrontamiento le ayudarán a usted y a sus estudiantes a tolerar, minimizar y lidiar con situaciones estresantes en la vida. Manejar bien su (su) estrés puede ayudarlo (a ellos) a sentirse mejor física y psicológicamente y puede afectar su (su) capacidad para rendir al máximo.

> *Cuando alguien se encuentra en una situación estresante, existe una mayor probabilidad de que esa persona actúe de forma agresiva, a menudo desviando su ira (Linsky, Bachman & Straus, 1995), lo que puede llevar a comportamientos de odio hacia aquellos que se apartan de la normativa. Ser capaz de usar habilidades de afrontamiento puede evitar situaciones agresivas y tensas que involucren a personas LGBTI.*

Actividad:

Esta actividad tiene como objetivo hacer que los alumnos reflexionen sobre qué mecanismos utilizan para afrontar situaciones estresantes: técnicas de manejo del estrés y habilidades de afrontamiento diario.

El profesor escribirá en la pizarra las siguientes preguntas y pedirá a los alumnos que las respondan en un papel. No tendrán que compartir su trabajo. Esta actividad se puede utilizar como una introducción sobre cómo usar un diario, que también puede ser una habilidad de afrontamiento para un joven.

1. ¿Qué tipo de situaciones me han resultado más estresantes?
2. ¿Cómo me han afectado esos eventos normalmente?
3. ¿Me ha resultado útil buscar ayuda en otras personas? ¿Quién ha sido de ayuda?
4. ¿Qué he aprendido sobre mí y mis interacciones con los demás cuando me estreso?
5. ¿Qué me ha ayudado a sentirme más esperanzado o exitoso? (Capraro, 2012)

Competencias interpersonales

Conciencia de la diversidad

Cuando nos referimos a la conciencia de la diversidad LGBTI en contraposición a otros tipos de conciencia de la diversidad, encontramos algunas características distintivas:

- Identidad desacreditada / desacreditada: si bien algunas formas de diversidad son visibles para todos, las personas LGBTI a veces pueden ocultar su identidad.
- Se permite una intimidad diferente: a las personas LGBTI se les permite socialmente un nivel de intimidad en público diferente al de las parejas heterosexuales. Esto no significa que compartan menos intimidad, sino que no pueden compartirla públicamente.
- Heteronormatividad: GALE (el socio líder del proyecto SENSE) ha desarrollado el modelo OGLO (figura 2). Este modelo explica cómo funcionan las normas sociales y cómo conducen a la discriminación y la exclusión social (Dankmeijer, 2018).
  No asumir que el cliente / usuario sigue la heteronormatividad puede suponer una gran diferencia de calidad que un profesional puede marcar. Esto permite que el trabajador sea más sensible y ofrezca una mejor experiencia al cliente.

Actividad:

Puedes debatir con tus alumnos el modelo OGLO (figura 2). Para ello proponemos dividir el aula en 4 grupos más pequeños y pedir a cada uno de los grupos que debata uno de los dominios de OGLO:

1. Franqueza
2. Género
3. Estilo de vida
4. Orientación y preferencia sexual

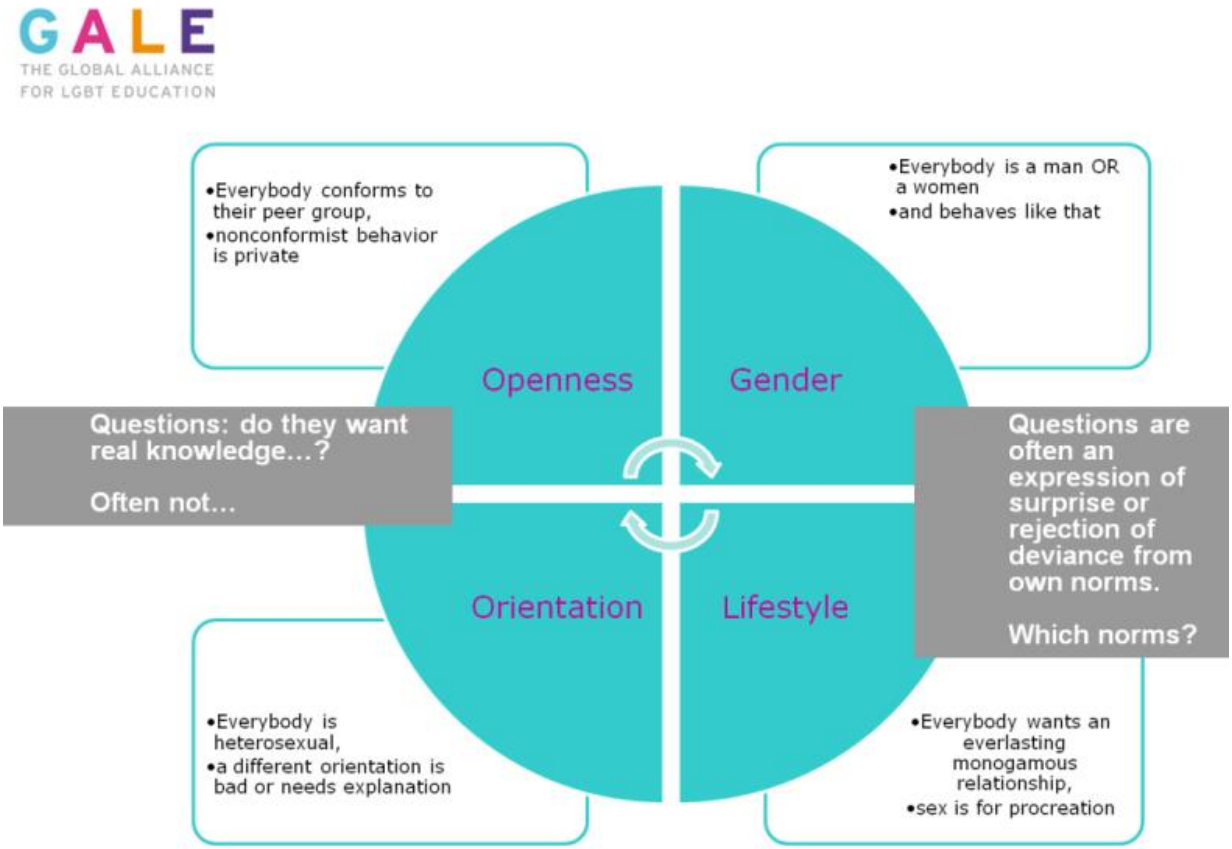

Figura 2: El modelo OGLO, Dankmeijer (2018)

Conciencia de respeto y dignidad

Para poder ser competentes en dignidad y respetar la conciencia, debemos seguir los siguientes pasos (Castleberry-Singleton, nd):

1. Sensibilizar
2. Crear compromiso (tratar al otro con respeto)
3. Propiedad compartida (tanto nosotros como el cliente / usuario tenemos un objetivo común: la dignidad)

La actividad propuesta tiene como objetivo sensibilizar e iniciar un debate como primer paso hacia la mejora de la competencia de concienciación sobre la dignidad y el respeto.

> *Esta competencia es clave para cualquier estudiante de FP, especialmente en el sector socio-sanitario. Las personas con necesidades de cuidados suelen ser más vulnerables y pueden sufrir una falta de dignidad. Trabajar en este campo implica ayudar a los más vulnerables a ser tratados con respeto y dignidad.*

Actividad:

En esta actividad veremos un cortometraje sobre las realidades LGBTI de las personas mayores y luego discutiremos sobre algunos temas y preguntas.

El cortometraje que proponemos es "A long line of Glitter" (Holmes-Elliot, 2017) que tiene como objetivo reducir el aislamiento que tienen las personas mayores LGBTI. El cortometraje se puede ver aquí:**https://www.youtube.com/watch?v=9g_t-lJsPDA**

Después de ver el cortometraje, se pueden utilizar las siguientes preguntas para iniciar una discusión en clase:

- ¿Esperabas las historias que compartieron las personas en la película?
- ¿Cómo puede ayudar a las personas mayores LGBTI a sentirse menos aisladas?
- En nuestro trabajo, ¿cómo podemos asegurarnos de proteger la dignidad de las personas mayores LGBTI?

Otro video, este que aborda las realidades trans en la infancia, que se puede usar para generar una discusión en clase es "Escuchar" (Graf, 2018) y se puede ver aquí: **https://vimeo.com/296667487**

Respeto a los demas

En la comprensión práctica de esta competencia nos estamos enfocando en la comunicación noviolenta como una herramienta para fomentar la cooperación y la comunicación teniendo en todo momento el respeto como brújula moral.

> *En el entorno laboral siempre nos enfrentamos a desafíos y, a veces, nos encontramos bajo una gran cantidad de estrés y las situaciones pueden volverse tensas. El uso de la comunicación no violenta es excelente tanto para respetar a los demás, como para mediar en una situación en la que puede ocurrir discriminación hacia una persona LGBTI si no se interrumpe.*

Actividad:

Esta actividad explorará los conceptos básicos de Observación, Sentimientos, Necesidades y Solicitud (Kashtan & Kashtan, sf), que son básicos para la información no violenta.

1. En primer lugar, empieza esta frase y pide a tus alumnos que la acaben: "Cuando has estado nervioso por un recital de piano y terminas tocando realmente bien, te sientes ..." Te responderán con adjetivos como satisfecho, asombrado ...
2. Ahora pídales que busquen adjetivos que describan cómo se siente cuando las cosas no salen como esperaba. Es importante que aprendan a identificar cómo se sienten.
3. Después, escribe en la pizarra las siguientes frases: "Eres un cerdo" y "Me siento frustrado cuando dejas tus calcetines sucios en el suelo del baño porque necesito poder moverme con más libertad. Me gustaría que empezaras a poner tus calcetines en la canasta de ropa sucia ". y pídales que identifiquen las diferencias.
4. Pídales que ubiquen los aspectos Observación, Sentimientos, Necesidades y soliciten en la segunda oración.
5. Divídalos en grupos pequeños y pídales que piensen en situaciones en las que recibieron un comentario que los hizo sentir mal y que lo reformulen utilizando los cuatro aspectos de la comunicación noviolenta. Pueden compartir los resultados con el resto del grupo.

Adaptable

La adaptabilidad es una habilidad que se vuelve más importante cada año a la hora de buscar trabajo. Los empleadores buscan empleados potenciales que puedan adaptarse a diferentes situaciones. Pero en el contexto de la diversidad LGBTI, la adaptabilidad es clave para comprender que la sociedad cambia, y nosotros también deberíamos hacerlo.

> *Las personas LGBTI han ganado derechos en los últimos años. Aunque todavía quedan muchos por conquistar, se están dando pasos hacia la igualdad y la sociedad necesita crecer con esos cambios. Los estudiantes de FP deben estar preparados para poder aceptar estos cambios. Por ejemplo, lo que estaría "fuera de lo normal" hace unos años, como las personas mayores LGBTI en hogares de ancianos, se está volviendo cada vez más común, y los estudiantes de FP deben tener las habilidades para poder modificar sus prácticas laborales de acuerdo con a los tiempos en los que viven (y vivirán).*

Actividad:

Esta actividad se centrará en eliminar las expectativas. Cuando tenemos ciertas expectativas, nuestro comportamiento está influenciado por los resultados, y si se adhieren a lo que esperábamos. Por lo tanto, para ser adaptables, debemos eliminar nuestras expectativas. En el contexto de la diversidad LGBTI, estas expectativas suelen presentarse en forma de prejuicios.

1. Los estudiantes se dividirán en parejas. Cada uno de los miembros de la pareja tendrá una pegatina pegada en la cabeza (sin ver su contenido). Esa pegatina tendrá un adjetivo escrito (perezoso, ruidoso, afeminado…), pero no sabrán cuál es el artículo en su cabeza.
2. Cada pareja interpretará una situación en la que tendrá que tratar a la otra persona según la característica que se le haya pegado a la frente.
3. Una vez que hayan interpretado la situación, se les preguntará cómo se sintieron al ser tratados de acuerdo con su etiqueta adhesiva (y cómo se sintieron al tratar a la otra persona de la misma manera).
4. Luego, el docente compartirá que tenemos ideas preconcebidas, prejuicios, hacia ciertos grupos como las personas LGBTI, y que esos prejuicios afectan la forma en que interactuamos con ellos ("Prejuicios", 2019).

Empatía

La empatía es un requisito previo para la verdadera comprensión y tolerancia; y es diferente a fingir o tolerancia a distancia. Es muy importante que el grupo establezca reglas básicas antes de discutir temas relacionados con este tema, como no tener que decir nada, no ser negativo con los comentarios de los demás y mantener los comentarios privados en el grupo.

> *Nuestros estudiantes no necesitan tener una comprensión profunda y un conocimiento teórico de las diferentes circunstancias sexuales y de identidad. En muchas ocasiones, tener un buen nivel de empatía les permitirá dar un buen servicio a los clientes / usuarios más vulnerables, especialmente a los LGBTI.*

Actividad:

En esta actividad trabajaremos con el mapa de empatía, que tiene cuatro aspectos: Sentir, Pensar, Decir y Hacer (Paltrow, 2017).

1. Proyecte o dibuje el Mapa de empatía (Figura 3) en la pizarra.
2. Entregue 4 notas adhesivas a cada uno de los estudiantes.
3. Presente una situación en la que en su trabajo futuro (que se aplica al campo del que trata su curso VET), pueden interactuar con una persona LGBTI (por ejemplo, "Estás trabajando en una florería y una pareja gay que se va a casar te pide que te prepares los arreglos florales para la boda ").
4. Pídales que, en cada una de las notas adhesivas, escriban lo que se aplicaría a ellos en cada una de las categorías del Mapa de empatía. Luego se les pide que vayan a la pizarra, peguen las notas adhesivas y compartan con el resto del grupo lo que han escrito.

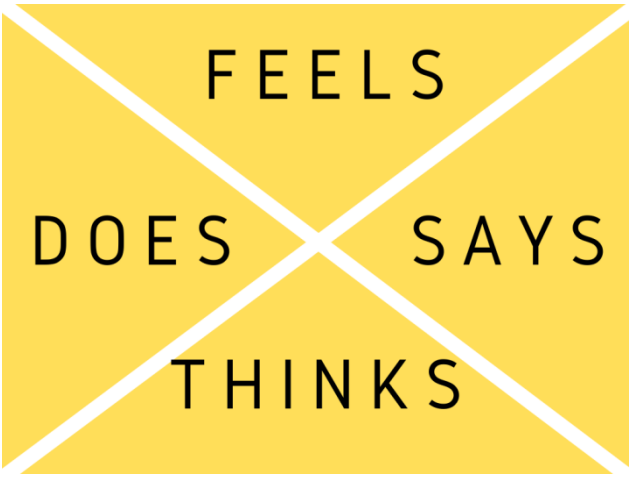

Figura 3: Mapa de empatía

Referencias

Blais, M., Gervais, J., & Hébert, M. (2014). Internalized homophobia as a partial mediator between homophobic bullying and self-esteem among youths of sexual minorities in Quebec (Canada). *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(3), 727-735. doi: 10.1590/1413-81232014193.16082013

Cambridge University Press. Misgender. *Cambridge Advanced Learner's Dictionary & Thesaurus.* Cambridge. Retrieved from https://dictionary.cambridge.org/es/diccionario/ingles/misgender

Capraro, K. (2012). *Break Free from Depression: A 4-Session Curriculum Addressing Adolescent Depression* (pp. 55-56). Boston: Boston Children's Hospital Neighborhood Partnerships.

Castleberry-Singleton, C. The Dignity & Respect Campaign: An Initiative to Build an Inclusive Workplace that Delivers Patient-centered, Culturally Culturally Competent Care. Retrieved 14 July 2020, from https://www.jhsph.edu/research/centers-and-institutes/johns-hopkins-center-for-health-disparities-solutions/Events/CasteleberryFrom_Dignity_Respect_to_Cultural_Awareness.pdf

Dankmeijer, P. (2018). *Sexual Diversity in Schools: Reader*. GALE.

Graf, J. (2018). *Listen* [Short film]. UK.

Holmes-Elliot, A. (2017). *A long line of glitter* [Short film]. Glasgow.

Kashtan, I., & Kashtan, M. Basics of Nonviolent Communication – BayNVC. Retrieved 14 July 2020, from https://baynvc.org/basics-of-nonviolent-communication/#:~:text=Empathy,-.&text=Expressing%20our%20own%20observations%2C%20feelings,guessing%20their%20feelings%20and%20needs.

Killermann, S. (2017). *The Genderbread Person v4* [Image]. Retrieved from https://www.genderbread.org/resource/genderbread-person-v4-0

Leyerzapf, H., Visse, M., De Beer, A., & Abma, T. (2016). Gay-friendly elderly care: creating space for sexual diversity in residential care by challenging the hetero norm. *Ageing And Society*, *38*(2), 352-377. doi: 10.1017/s0144686x16001045

Linsky, A., Bachman, R., & Straus, M. (1995). *Stress, culture & aggression*. New Haven, Conn: Yale University Press.

Merriam-Webster. (2019). Themself. Merriam-Webster. Retrieved from https://www.merriam-webster.com/words-at-play/themself

Oxford University Press. cisgender. *Lexico*. Oxford. Retrieved from https://www.lexico.com/en/definition/cisgender

Paltrow, C. (2017). Empathy Map, *Empathy in Your Classroom* [PDF] (p. 8). The Teachers Guild. Retrieved from https://www.oakland.edu/Assets/Oakland/galileo/files-and-documents/Empathy%20in%20Your%20Classroom%20Teachers%20Guild.pdf

Prejudices. (2019). Retrieved 14 July 2020, from https://dramaforyouthwork.eu/prejudices/

Strom, P., & Strom, R. (2020). *Interpersonal Intelligence Theory*. Retrieved 29 June 2020, from http://www.public.asu.edu/~rdstrom/IIITheory.html