



Actividades de clase para trabajar el video **Incels, el lado sombrío del desarrollo adolescente con el Dr. Francisco Delfín Lara**

El pasado 7 de enero tuvimos un webinar que puedes buscar en nuestro canal de Youtube <https://youtu.be/FPxqrYLoLk4>, te proponemos actividades de clase con tus estudiantes para reflexionar el contenido del video.

Objetivos de aprendizaje que alcanzará el estudiantado y el personal docente al ver el video:

1. Identificar qué son los *incels* y cómo se relacionan con experiencias de adolescencia y juventud.
2. Analizar críticamente el impacto de las comunidades en línea en la salud emocional y las relaciones afectivas.
3. Reflexionar sobre normas sociales, emociones y formas saludables de relacionarse.
4. Desarrollar habilidades de pensamiento crítico, comunicación y empatía.

Actividades para secundaria

1) Debate guiado: “Redes sociales y construcción de la identidad”

Objetivo: Comprender cómo las plataformas en línea influyen en emociones, autoestima y sentido de pertenencia.

Procedimiento:

- Divide al grupo en dos equipos.
- Pregunta guía: *¿Las comunidades en línea ayudan o perjudican la forma en que nos vemos a nosotros mismos?*
- Cada equipo argumenta con ejemplos del video y experiencias (sin citar nombres ni contenidos sensibles).

Evaluación: Claridad de argumentos y respeto entre pares.

2) Carteles colaborativos: “Emociones y etiquetas sociales”

Objetivo: Representar gráficamente cómo se sienten los adolescentes frente a prejuicios y estigmas.

Materiales: papel bond, marcadores, notas adhesivas.

Tarea: En equipos, crear un cartel que contenga:

- Una emoción (por ejemplo, frustración, miedo, esperanza).
- Una explicación de cómo esa emoción puede surgir en la adolescencia.
- Una frase de apoyo o recomendación saludable para otros jóvenes.

Exposición: Cada equipo presenta su cartel en clase.



3) Diario reflexivo: “¿Cómo me afecta esto?”

Objetivo: Fomentar la introspección sobre presión social y salud emocional.

Instrucciones:

Los estudiantes escriben una entrada con:

1. Su opinión general del video.
2. Una situación en la que alguna comunidad en línea o grupo social influyó en sus emociones o actitudes.
3. Tres acciones que pueden tomar para cuidarse emocionalmente cuando se sienten rechazados o aislados.

I. RÚBRICAS DE EVALUACIÓN

1. Rúbrica – Debate guiado (Secundaria)

Criterio	Nivel excelente (4)	Nivel satisfactorio (3)	Nivel básico (2)	Nivel insuficiente (1)
Comprensión del tema	Demuestra comprensión profunda del fenómeno y lo explica con claridad	Comprende el tema con algunas imprecisiones menores	Comprensión parcial y superficial	No demuestra comprensión del tema
Argumentación	Argumentos claros, bien estructurados y con ejemplos del video	Argumentos comprensibles, con pocos ejemplos	Argumentos débiles o repetitivos	No presenta argumentos coherentes
Escucha y respeto	Escucha activa, respeta turnos y opiniones diversas	Generalmente respeta turnos y opiniones	Interrumpe ocasionalmente o muestra resistencia	Actitudes de burla, descalificación o irrespeto
Participación	Participa de forma constante y reflexiva	Participa de manera intermitente	Participación mínima	No participa

2. Rúbrica – Diario reflexivo / reflexión escrita

Criterio	Nivel excelente (4)	Nivel satisfactorio (3)	Nivel básico (2)	Nivel insuficiente (1)
Profundidad reflexiva	Análisis personal profundo y crítico	Reflexión clara pero poco profunda	Reflexión descriptiva sin análisis	Respuestas superficiales o incompletas
Vinculación con el video	Integra ideas clave del video con claridad	Menciona el video de forma general	Referencias vagas o confusas	No vincula el contenido
Expresión escrita	Redacción clara, coherente y ordenada	Redacción comprensible con algunos errores	Errores frecuentes que dificultan la lectura	Redacción poco comprensible
Autocuidado y propuestas	Propone acciones concretas y realistas	Propone acciones generales	Acciones poco claras	No propone acciones

3. Rúbrica – Proyecto de investigación / presentación

Criterio	Nivel excelente (4)	Nivel satisfactorio (3)	Nivel básico (2)	Nivel insuficiente (1)
Investigación	Fuentes variadas y confiables	Fuentes suficientes	Pocas fuentes	Investigación insuficiente
Análisis del impacto	Análisis claro del impacto en jóvenes	Análisis general	Análisis superficial	No hay análisis
Propuestas de mejora	Propuestas viables y bien justificadas	Propuestas generales	Propuestas poco claras	No presenta propuestas
Trabajo colaborativo	Excelente coordinación y reparto de tareas	Buena colaboración	Colaboración limitada	Falta de trabajo en equipo



Presentación oral Clara, segura y estructurada Comprensible Poco clara Desorganizada

II. GUÍAS DE DISCUSIÓN

Guía 1 – Secundaria: Identidad, emociones y redes sociales

Objetivo: Identificar cómo influyen las expectativas sociales y las comunidades en línea en las emociones.

Preguntas detonadoras:

- ¿Qué emociones aparecen con más frecuencia en el video?
- ¿Por qué algunas personas buscan pertenecer a comunidades en línea?
- ¿Cómo influyen los comentarios o comparaciones en redes sociales en la autoestima?
- ¿Qué alternativas saludables existen cuando alguien se siente rechazado?

Cierre reflexivo:

¿Qué puedo hacer yo para ser una persona que genere espacios seguros en la escuela?

Guía 2 – Secundaria Discusión transversal: Bienestar socioemocional y comunidad escolar

Objetivo: Promover la empatía y la corresponsabilidad.

Preguntas:

- ¿Cómo sabemos que alguien de nuestro entorno necesita apoyo emocional?
- ¿Qué actitudes normalizadas pueden generar exclusión sin darnos cuenta?
- ¿Cómo podemos intervenir sin juzgar ni violentar?

Actividad de cierre:

- Elaborar acuerdos de aula para una convivencia respetuosa y digitalmente responsable.



III. RECOMENDACIONES DOCENTES

- Establecer reglas claras de diálogo antes de iniciar.
- Evitar personalizar experiencias; hablar desde lo general.
- Validar emociones sin justificar discursos de odio.
- En caso necesario, canalizar a orientación escolar.