ESCUELA NORMAL DE EDUCACION PREESCOLAR

CICLO 2020-2021



ESTRATEGIAS PARA EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL

Cuadro de doble entrada

2D

Docente: Martha Gabriela Avila Camacho

Alumna: Yenifer Cortez Olguin #3

UNIDAD DE APRENDIZAJE I. BASES TEÓRICAS DEL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES.

* Detecta los procesos de aprendizaje de sus alumnos para favorecer su desarrollo cognitivo y socioemocional.
* Integra recursos de la investigación educativa para enriquecer su práctica profesional, expresando su interés por el conocimiento, la ciencia y la mejora de la educación.

**Saltillo Coahuila 28/03/21**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Autor** | **Perspectiva** | **Principales aportes al desarrollo socioemocional** | | **Etapas o estadios de desarrollo que propone** |
| Eric. Erikson | **Psicoanalítica**  Erikson plantea que la tarea principal del ser humano, a través de toda su vida, es la búsqueda de su identidad, la cual define como una confianza de continuidad interior dirigida a cambios positivos. | El desarrollo psicosocial, los cambios decisivos, elección, son procesos en los que el aprendizaje constituye una dimensión sustantiva pues todos requieren: comprender situaciones, adaptarse creativamente a ellas, transformarlas, reorganizar los datos de la realidad para lograr una interpretación cada vez más integral y completa.  Lo educativo implica un vínculo entre sujetos alumnos docentes, y a los padres en permanente evolución personal, transitando sus crisis vitales o evolutivas de un modo enriquecedor y generativo. | | Confianza versus desconfianza: de 0 a 1 año de edad  En la primera etapa del desarrollo social que describe Erikson (la confianza versus la desconfianza), los bebés necesitan el consuelo de los cuidadores para desarrollar un sentido de confianza hacia los demás y su entorno. Si no se proporciona esta comodidad, se desarrollará desconfianza.  Autonomía versus vergüenza y duda: 2 y 3 años de edad  Los niños pequeños adquieren un sentido de independencia en sus propios entornos en esta etapa.  Iniciativa versus culpabilidad: 4 y 5 años de edad  Según Erikson, si el niño es regañado por tomar una iniciativa, entonces se crea culpa en él. Erikson afirma que estos sentimientos de culpa son los inicios de la formación de la conciencia de un niño.  Industrioso versus inferioridad: de 6 años hasta la pubertad  Se definen en función de sus capacidades. El fracaso en las tareas conducirá a un sentimiento de inferioridad.  Identidad versus confusión de roles: adolescencia  Los adolescentes forman su identidad y la imagen de sí mismos.Las relaciones, aficiones, trabajos y estados socioeconómicos se utilizan para formar las identidades. Según Erikson, los adolescentes tratan de encontrar su verdadera identidad en esta etapa de desarrollo.  Intimidad versus aislamiento: edad de adulto joven  La intimidad se aprende en esta etapa de desarrollo a través de las relaciones. Estas pueden ser relaciones sexuales, de amistad o relaciones familiares. Si no se alcanza la intimidad, el resultado es una sensación de aislamiento.  Generatividad versus estancamiento: la edad adulta  La generatividad se obtiene en esta etapa cuando se es un miembro productivo de la sociedad.  Integridad versus desesperanza: adultez tardía  En esta etapa, la persona mira hacia atrás y evalúa su vida como un todo. La integridad se alcanza cuando una persona está contenta con la vida que llevó |
| Kohlberg | Lawrence Kohlberg expuso una teoría constructivista del desarrollo emocional y moral basada en la obra de Jean Piaget.  **La moralidad convencional**  El nivel convencional se asocia generalmente con la adolescencia y la adultez temprana. La primera etapa tiene que ver con las relaciones interpersonales. En esta etapa, el individuo se preocupa por el comportamiento que le ayudará a integrarse con sus compañeros y la comunidad  . La segunda etapa de la moral convencional hace hincapié en mantener el orden social. En esta etapa, las personas comienzan a apreciar las reglas de la sociedad. La buena conducta se asocia con la aceptación de las reglas sociales y las leyes manteniendo así una sociedad ordenada. En general, la moralidad convencional está asociada con el seguimiento de los acuerdos del grupo.  **La moralidad post convencional**  La primera etapa de este nivel se refiere a los contratos sociales y los derechos individuales. Las personas que operan en este nivel reconocen que las leyes son importantes para una sociedad, pero los derechos individuales y las creencias también debe tenerse en cuenta. La ley puede y debe ser modificada para adaptarse a una sociedad en evolución. La última etapa en la teoría de Kohlberg es impulsada por los principios éticos universales. En esta etapa, el individuo debe actuar según el sentido interno de la conciencia y no de las reglas o leyes de la sociedad. A menudo, esto significa actuar en contra de las leyes cuando una persona siente que está éticamente obligado a actuar de acuerdo a sus creencias. | Sugirió que al lado de cada etapa del desarrollo psicosexual (descripto por Freud), hay etapas Psicosociales del Desarrollo de la Personalidad. Sostuvo que el desarrollo de la personalidad no se acaba en la adolescencia sino que continúa durante todo el ciclo de la vida. Cada etapa tiene un comprobante positivo y otro negativo. | | Kohlberg propone seis etapas de desarrollo que se pueden agrupar en tres niveles. El primer nivel es el nivel preconvencional. La moralidad preconvencional se asocia generalmente con los niños, pero muchos adultos operan en este nivel de desarrollo moral. La primera etapa de este nivel es la obediencia y el castigo de orientación. En esta etapa los individuos asocian el bien y el mal con las consecuencias directas para ellos mismos. Si un comportamiento posiblemente termina en castigo, un niño lo calificará como "mala" conducta. Si el resultado es un elogio o recompensa, el niño lo calificará como "buena" conducta. La segunda etapa de este nivel es el individualismo y el intercambio. En esta etapa los niños juzgan la moralidad basada en el interés individual. El bien y el mal son relativos a la persona involucrada. Estas etapas están unidas a la falta de consideración por la familia o la sociedad y se centra exclusivamente en las acciones y consecuencias para el individuo. |
| Jean Piaget | La perspectiva cognitiva se centra, como su nombre lo indica, en el estudio de los procesos cognitivos del individuo. Esta aproximación teórica parte del considerar a los seres humanos como producto de la evolución de los seres vivos, pero también como producto de su contexto medioambiental. | La cognición es también lo que nos permite tener conciencia de nuestra existencia, y por lo tanto, trata de saber mas acerca de lo que somos , como individuos y como especia.  La cognición es la fuente de nuestras preocupaciones, pero también es lo que nos permite apreciar lo bello y disfrutar de las cosas buenas de la vida. | | Para Piaget el desarrollo intelectual es esencialmente progresivo e irreversible, marcado por estadios y etapas, que son como puntos de referencia presentes a lo largo del camino que el niño recorre, estimulado por la necesidad de adaptación al medio, al tratar de alcanzar un equilibrio en su interacción con ese medio circundante. De acuerdo con Piaget, con objeto de darle sentido al mundo, los humanos elaboramos estructuras mentales llamadas esquemas.  Conforme va madurando el niño va desarrollando operaciones que le permiten ir obteniendo un mayor control de su entorno, primero las operaciones son representaciones concretas de su ambiente y poco a poco se van tornando cada vez más abstractas.  El progreso de las estructuras cognitivas se basa en una tendencia a un equilibrio creciente entre la asimilación y la acomodación.  **Asimilación:**  Incorpora la nueva información en la estructura de lo que ya sabemos.  Consiste en incorporar nuevas experiencias y darles sentido con base en viejas experiencias; un niño puede saber que un caballo es un animal grande, con pelo, cola y cuatro patas. Entonces para el niño eso puede significar que todos los animales grandes, con pelo, cola y de cuatro patas, son caballos.  **Acomodación:**  Sin embargo, algunas veces uno no puede darles sentido a las nuevas experiencias basándonos en lo que ya sabemos. Algunas veces tenemos que cambiar nuestro esquema actual para ajustar y darle sentido a la nueva información o experiencia. Ese proceso se denomina acomodación.  Cuando el mismo niño se da cuenta que una vaca es una vaca y no un caballo, él ha cambiado su estructura de comprensión acomodando el hecho de que no todos los animales grandes, con pelo, cola y de cuatro patas, son caballos.  Piaget dividió el desarrollo cognoscitivo en cuatro estadios, en cada uno de los cuales se generan nuevas cualidades de pensamiento. |
| Florence Goodenough | Perspectiva cognitica  Se trata de los procesos de pensamiento que se consideran esenciales para el desarrollo, en este caso Florence convirtió su perspectiva en un ´experimento¨ en el cual se puede hacer una análisis de resultados y evaluar al niño | El Test de Goodenough-Harris: Denominado también Test de la figura humana, es una prueba realizada en el consultorio donde se le pide al niño que trace una figura humana, bien sea una representación de sí mismo o de su acompañante, con dos únicas condiciones: “Lo mejor que puedas” y “Los que te acompañan no te pueden ayudar”  Este test refleja el nivel evolutivo del niño y sus relaciones interpersonales, es decir, sus actitudes hacía sí mismo y hacia las personas que él considera más significativas en su vida. Radica la sensibilidad para detectar los cambios en el niño. Se contempla como un retrato interior del niño en un momento determinado | | E s conveniente resaltar que el test de psicomotricidad utilizado era, de forma muy probable, excesivamente sencillo para niños tan mayores; se adaptaba mejor a las características psicoevolutivas de los alumnos de primero.  El tamaño de la muestra es aceptable pero no suficiente como para establecer afirmaciones categóricas. Sin embargo, esta investigación sí nos sirve para obtener unos valores promedios en poblaciones de 1º y 3º de primaria que podremos comparar con otros niños en otros contextos y así establecer comparaciones en su desarrollo intelectual y psicomotor.  Con este estudio podemos observar cómo el desarrollo del niño es muy variable en función del test/prueba/balance con el que lo juzguemos, pero en este caso podemos responder a la principal cuestión del trabajo:  El test de Goodenough y el balance de psicomotricidad concuerdan en sus resultados, obteniéndose similares resultados en ambos.  Ello nos permite utilizar uno u otro a la hora de comprobar las aptitudes y disfunciones que comprobemos en el niño.  Sólo cuando comprendamos en qué punto de desarrollo se encuentra el niño, en todos los ámbitos de su personalidad, podremos lograr llevar a cabo una intervención adecuada como docentes y un desarrollo integral (LOE, 2006) de sus capacidades y potencialidades. |
| Sigmund Freud | Teoría psicoanalítica  Sigmund Freud es el padre del psicoanalis,Medico que se dedico a estudiar el área de la neurología y que comienza con técnicas hipnóticas , siendo así que desarrolla la terapia conocida como psicoanalisi. | La educación tiene, funciones sustanciales: por un lado, favorecer las condiciones de latencia de la sexualidad infantil para que derive posteriormente en el desarrollo de la genitalidad propia de la pubertad, y por otro, propiciar salidas adecuadas al resto de las pulsiones para que se desplieguen en actividades intelectuales constructivas y beneficiosas para el sujeto y su comunidad. Con ello, la educación puede tener una función preventiva que salva al individuo de las dos salidas negativas: la neurosis y la perversión.  Considero a la educación la herramienta fundamental a través de la cual, el hombre logró desarrollar la ciencia, la tecnología y las artes; siendo la educación quien posibilitó una imagen de universo coherente y preciso.  Relaciono la educación del niño con una tarea ética -particular del psicoanálisis- que tiene como guía conductora: la verdad.  En “El porvenir de una ilusión” menciono como consiste en que el niño no solo enfrente y se apropie de su realidad exterior sino fundamentalmente, de sus laberintos desconocidos y aunque para algunos pedagogos no lo parezca, estos laberintos están íntimamente conectados con los caminos externos de la educación.  No puedo dejar de advertir que esta comunicación que desconocemos parcialmente; se traba cuando es el educador quien no quiere saber nada de su propia vida infantil, de sus deseos más arcaicos, de sus carencias constitutivas.  El educador no puede arrogarse el derecho de imponer fines y objetos a las pulsiones del educando y le aconseja, que se limite sólo a favorecer las potencialidades propias del alumno. | | El enfoque e clínico sobre la educación concibe a la escuela como un espacio de salud mental e incorpora al quehacer del educador una labor psico-profiláctica. También concibe el ideal del maestro analista, quien debiera estar atento a las dinámicas inconscientes propias y del educando. Posteriormente esta concepción del docente es dejada de lado, aunque autores antes de mi retoman la pertinencia de integrar los conocimientos psicoanalíticos a la formación pedagógica. Al respecto, puedo recordarles que frente a la infancia existe una dificultad al momento de abordar su comprensión producto de la amnesia a nuestro propio mundo infantil por lo que solo puede ser educador quien es capaz de compenetrarse empáticamente con el alma infantil.  Les remarco la importancia de la escuela en el proceso de desarrollo del niño ya que es ahí donde alcanzaría la autonomía respecto a los padres y, por ende, se reforzaría el principio de realidad.  “La educación puede describirse, sin más vacilaciones, como incitación a vencer el principio del placer y a sustituirlo por el principio de realidad; por tanto, quiere acudir en auxilio de aquel proceso de desarrollo en que se ve envuelto el yo, y para este fin se sirve de los premios de amor por parte del educador; por eso fracasa cuando el niño mimado cree poseer ese amor de todos modos, y que no puede perderlo bajo ninguna circunstancia” |
| Melani Klein | la perspectiva psicoanalítica de Melanie Klein, el desarrollo personal se concibe como enriquecimiento de la personalidad que se refiere a la superación de etapas tempranas de la niñez (que pueden volver a surgir en la vida adulta), la superación de los conflictos que estas etapas conllevan, como la ansiedad, culpa, envidia y logro de la gratitud, alcanzar el equilibrio con el mundo psíquico interno y el mundo externo, y desarrollar la capacidad de disfrutar de las cosas y llevar relaciones gratificantes de amor con los otros. | El desarrollo personal estaría estrechamente vinculado con la gratitud, pues ésta permite desarrollar la generosidad que según Klein es la base para el enriquecimiento personal "la riqueza interna deriva de hacer asimilado el objeto bueno, de modo que el individuo se hace capaz de compartir sus dones con otros. Así es posible introyectar un mundo externo más propicio y como consecuencia se crea una sensación de enriquecimiento". (Klein, 1988. 194 pp). Sin esta gratitud el sentimiento de envidia, o sea haber dañado el objeto amado, destruye la confianza del individuo y la sinceridad de las relaciones y su propia capacidad de amor y ser bondadoso.  La gratitud es fundamental para gozar no sólo de las relaciones con otros, sino que también de distintos intereses, disfrutar del trabajo, abriendo camino a múltiples fuentes de satisfacciones.  Se puede concluir entonces que para Klein, la base del desarrollo personal es el logro de la superación de la ansiedad, la culpa y envidia y el poder experimentar la gratitud a través del tiempo. | | De estos estadios tempranos, dos son los que mayor importancia tienen en la vida según Klein. El primero es la posición esquizo-paranoide que se desarrolla durante los primeros 3 a 4 meses de vida. Según Klein los seres humanos poseemos dos instintos básicos, el de vida o amor y el de muerte u odio, debido a la lucha que se produce entre estos dos instintos y el sentimiento de ansiedad persecutoria que se produce en el niño, producto del miedo de que este impulso agresivo le cause daño, el niño lleva a cabo procesos de escisión, en que el odio y la ansiedad se proyectan hacia el primer objeto de relación que posee, que es el pecho de la madre, que pasaría a ser el pecho malo, y los sentimientos de amor se proyectan en el pecho gratificador bueno (Klein, M. 1988). Luego de esta proyección, el pecho bueno y el malo son introyectados en la psiquis del niño, por lo que el yo está muy poco integrado, pues posee contenidos separados. De esta intereacción entre los 4 - 6 meses se van integrando los impulsos, y la madre ya no es vista en forma escindida, sino que se incorpora como un objeto total, pasándose a la posición que Klein denomina depresiva, en la que debido a esta integración del objeto y el yo se experimenta culpa, pues el niño siente que el objeto amado ha sido dañado por sus propios impulsos agresivos; y por lo cual trata de reparar el objeto dañado. "El sentimiento de que el daño hecho al objeto amado tiene por causa los impulsos agresivos del sujeto, es para mí la esencia de la culpa. En relación con la posición depresiva, según Klein, se establece el complejo de Edipo alrededor de los 2 años. La angustia y la culpa incrementarían la necesidad de la externalizar (proyectar) figuras malas y de internalizar (introyectar) figuras buenas; de lograr los deseos, el amor, los sentimientos de culpa y tendencias reparatorias a ciertos objetos y el odio y la angustia a otros, de encontrar en el mundo exterior representantes de las figuras internas, hechos que ocurren en el complejo edípico. (Klein, 1971) |
| Karen Horney | Control interpersonal y adaptacion La respuesta de Karen al origen de la neurosis es la llamada indiferencia paterna o como ella le llamaba “la maldad básica” o una falta de calidez y afecto durante la infancia. Hay que saber que incluso un trauma de niñez puede ser superado, siempre que el niño se sienta aceptado y querido. La clave para entender la indiferencia parental es que constituye una forma de percepción del niño y no de las intenciones de los padres. Recordemos que “El camino al infierno está lleno de buenas intenciones”. Un padre con buenas intenciones puede transmitir a sus hijos una comunicación distorsionada, contradicción entre mensaje verbal y mensaje en acción, menosprecio, indiferencia ,preferencias de un hijo sobre otro, no cumplir la palabra dada y las promesas, dificultando las relaciones de sus hijos, burlarse de sus ideas, etc..  Muchos padres, también buenos padres, hacen est | | Horney describe 10 necesidades neuróticas:  ● Necesidad neurótica de afecto y aprobación: Necesidad indiscriminada de complacer a los demás y ser querido por ellos.  ● Necesidad neurótica de pareja: de alguien que lleve las riendas de nuestra vida. Esta necesidad incluye la idea de que el amor resolverá todos nuestros problemas..  ● El neurótico necesita restringir la vida de uno a límites muy estrechos, a no ser demandantes, a satisfacernos con muy poco. Incluso esta postura tiene su contrapartida normal.  ● Necesidad neurótica de poder: de control sobre los demás, de omnipotencia.  ● Necesidad neurótica de explotar: a los demás y sacar lo mejor de éstos. En la persona común podríamos entender esto como la necesidad de tener un efecto, de provocar impacto, de ser escuchado.  ● Necesidad neurótica de reconocimiento o prestigio social: Somos criaturas sociales, así como sexuales, y nos gusta ser apreciados por los demás.  ● Necesidad de admiración personal: Todos necesitamos ser admirados por nuestras cualidades tanto internas como externas. Necesitamos sentirnos importantes y valorados.  ● Necesidad neurótica de logro personal: Una vez más diremos que no hay nada malo en aspirar a logros, ni mucho menos. Pero algunas personas están obsesionadas con ello. Deben ser los número uno en todo y dado que esto es, desde luego, una tarea muy difícil, vemos a estas personas constantemente devaluando aquello en lo que no pueden ser los primeros. Si, por ejemplo, son buenos corredores, el lanzamiento de disco y las pesas son "deportes secundarios". Si su fuerte es lo académico, las habilidades físicas no son de importancia, y demás.  ● Necesidad neurótica de autosuficiencia e independencia: Todos nosotros debemos cultivar cierta autonomía, pero algunas gentes sienten que no deberían necesitar de nadie nunca.  ● Necesidad de perfección e inexpugnabilidad: Muchas veces para ser cada vez mejores en nuestra vida, tenemos un impulso que puede de hecho ser de consideración neurótica,  Las necesidades neuróticas podían agruparse en tres amplias estrategias de adaptación:  ● Complianza (cumplimiento), que incluye las necesidades 1, 2 y 3.  ● Agresión, incluyendo las necesidades desde la 4 hasta la 8.  ● Alejamiento, incluyendo las necesidades 9, 10 y 3. Esta última fue añadida porque es crucial para lograr la ilusión de independencia y perfección total | Maldad básica: aquella que surge ante la falta de cariño y actitudes frías por parte de los padres hacia los hijos.  Ansiedad o angustia básica: sentimiento de frustración e incompetencia frente al mundo causada por la maldad básica.  Hostilidad básica: actitud de resentimiento y agresividad hacia el otro causada por la ansiedad básica. Es el medio por el cual demuestra su frustración |
| Henri Wallon | Estudioso de la historia genética de cada individuo, fue uno de los grandes psicólogos modernos. La perspectiva genética es uno de los rasgos esenciales que definen la psicología de Henri Wallon. Podemos decir que es el fundador de la psicología genética, una original forma de entender la mente del individuo a través de su historia. | ¿Qué entendemos exactamente por Psicología Genética? El propio Henri Wallon la definió con la siguiente aseveración: “la psicología genética es la que estudia el psiquismo en su formación y en sus transformaciones”.  La psicología genética de Wallon es un método de análisis original. De igual forma que su contemporáneo Piaget, criticó el enfoque ahistórico de los psicólogos gestálticos. Wallon fue muy consciente de la necesidad de estudiar la mente y su desarrollo desde que nace para entenderla tal como se presenta en la adultez, como el resultado de una historia de transformaciones. Aquí dibuja un paralelismo con Vygotsky, que también pone énfasis en el descubrimiento de la génesis de la conducta para explicar su desarrollo.  Entonces, ¿es Wallon es un psicólogo infantil? Aunque habló de la mente humana a través de las características del niño, lo hizo porque afirmaba que sólo a través de la comprensión de la psique infantil y su evolución podría conocerse la mente adulta. Que no tenía sentido estudiar la psicología del hombre adulto una vez formada y consolidada, sería como intentar aprender cómo se pinta un cuadro contemplándolo una vez terminado. | | Wallon se da cuenta de que el desarrollo no es una línea contínua; las actividades características de una etapa no siempre continúan en la siguiente, con frecuencia surgen otras que las sustituyen o se convierten en contrarias. Propone que el desarrollo es oscilante: cada etapa está marcada por una orientación hacia dentro o hacia fuera, y esta característica va alternándose en cada estadio.  1. Etapa de impulsividad motriz (0-6 meses)  La etapa recibe el nombre de la principal actividad que el niño lleva a cabo: responder a impulsos externos e internos y ejecutar movimientos como una forma de descarga de energía. Es una etapa orientada hacia dentro, o centrípeta como Wallon dice.  2. Etapa de desarrollo emocional (7-12 meses)  En esta etapa centrípeta, el niño desarrolla las respuestas emocionales que le permitirán interactuar con su entorno social en la forma más primitiva. Los niños, a través de la expresión emocional, establecen contacto con los demás y empiezan a formar parte, gradualmente, de un mundo de significados compartidos.  Para Wallon las emociones tienen su origen en las sensaciones internas que experimenta el recién nacido, o incluso el feto. Estos estados afectivos globales se ven reflejados en actividades motoras (por ejemplo, en el niño sacudiendo los brazos cuando está contento) que los demás interpretan como una representación de un estado interno, enfatizando la función social. Es a través de esta socialización que las emociones pasan de ser simples reacciones fisiológicas a expresiones comunicativas.  3. Etapa sensoriomotriz y proyectiva (2-3 años)  En esta etapa el niño empieza a explorar el mundo físico que lo rodea gracias a las nuevas habilidades lingüísticas y de locomoción. Es, por lo tanto, una etapa centrífuga. Según Wallon, el infante siente la necesidad de investigar su entorno. Dado que la sensibilidad ya está bien desarrollada, lo hará a través de los sentidos. Cogerá objetos y se los llevará a la boca para explorarlos mejor.  Es en esta etapa, además, que participa en lo que Wallon llama “juegos de alternancia”. Son juegos por turnos donde el niño alterna entre dos polos de la misma situación: la posición activa y la pasiva. Por ejemplo, jugar a pillar y después jugar a ser pillado, esconderse y después buscar al escondido, lanzar una pelota y recibirla. Esto refleja la capacidad del niño de separar su existencia de la de los demás. De reconocerse como un “yo” y empezar a cristalizar su ego diferente a los otros.  4. Etapa del personalismo (3-6 años)  Es una etapa centrípeta marcada por el individualismo. El uso de la primera persona, la apropiación de todos los objetos que ve y el oposicionismo son un reflejo de la cristalización del ego del niño. El infante empieza a exhibir características narcisistas y busca la aprobación de los demás. En último término, no contento con su propia conducta, empieza a buscar modelos de conducta en los demás y adquiere un nuevo repertorio a través de la imitación.  5. Etapa categorial (6-11 años)  La última etapa de la infancia se caracteriza por el uso de lo intelectual en lugar de lo afectivo. La escolarización permite que tomen protagonismo las habilidades intelectuales como la memoria, y la atención. Al desarrollarse la inteligencia, es capaz de crear categorías y, más adelante, pensar de forma abstracta |