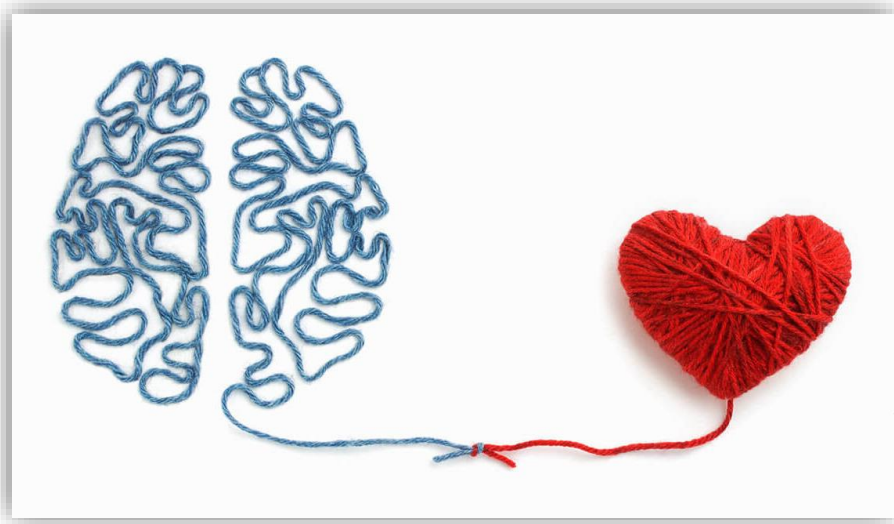


Dirección Regional de Educación de Moquegua

Dirección de Gestión Pedagógica

CARPETA SOCIOAFECTIVA



“Si buscas resultados distintos, no hagas siempre lo mismo”

Desarrollo Socioafectivo y Convivencia Escolar

Nivel Secundaria 1° a 5°

2022

Introducción

Queridas y queridos maestros, la convivencia escolar es un reflejo de la calidad de nuestros vínculos afectivos en las relaciones interpersonales. Cuando nos relacionamos de manera empática, solidaria, respetuosa y responsable, observamos una convivencia positiva, centrada en el buen trato, en la preocupación por el otro y en la búsqueda del bienestar común.

En estos momentos, cuando la coyuntura nos reta a luchar unidos contra el COVID-19 y a esforzarnos por promover una convivencia positiva, saludable y comprometida para el bienestar de nuestros estudiantes, la convivencia se vuelve indispensable.

Ante ello, es importante vivir esta experiencia como una oportunidad para desarrollar lo mejor de nosotros mismos y, sobre todo, para ayudar a los actores educativos a enfrentar la situación actual.

Es muy positivo velar por nuestro propio cuidado, tanto psicológico como físico, pero no dejemos que ello nos distancie de la preocupación o sufrimiento que algunos estudiantes pueden estar experimentando. Seamos comprensivos con el otro, busquemos entender los motivos de su aflicción y brindémosle la ayuda necesaria sin abrumarlo. Estos son elementos claves para el desarrollo de una buena convivencia en la institución educativa.

Mientras nos esforcemos por promover una convivencia positiva y saludable en la institución educativa, estaremos contribuyendo a crear ambientes basados en el diálogo, el respeto, el amor y la solidaridad.

Justificación

La tutoría es el proceso de acompañar a las/los estudiantes, continua y sistemáticamente durante su paso por el sistema educativo, atendiendo a las necesidades afectivas, sociales, cognitivas y pedagógicas que pudieran afectar su desarrollo integral.

Es por ello, que es indispensable iniciar el servicio educativo brindando acogida a las/los estudiantes y poniendo un fuerte énfasis en el recojo de información sobre la situación de las/los mismos(as) y sus familiares para generar acciones que permitan responder a sus necesidades y propicien su bienestar.

El propósito de esta carpeta socioafectiva es asegurar un clima afectivo en el aula presencial, semipresencial o virtual y un adecuado clima institucional, que favorezcan las condiciones para el aprendizaje y el rendimiento escolar.

Este soporte se realiza en base a una relación sustentada en el vínculo afectivo, lo que contribuirá a generar relaciones positivas que ayuden a disminuir los niveles de estrés, ansiedad, frustración, depresión y enojo que se viven frente a las situaciones difíciles y la incertidumbre por la situación actual.

Cumpliendo nuestro rol, con la implementación de la carpeta socioafectiva que contiene las sesiones propuestas, ayudamos a las/los estudiantes a desarrollar habilidades socioafectivas además de lograr:

- Interactuar de manera más segura con la/el tutor y las/lo compañeros.
- Hablar sobre sí mismo, identificando sus necesidades e intereses, familiarizándose con un ambiente de confianza, sintiéndose acogido y confiado.
- Fortalecer y desarrollar sus relaciones interpersonales.
- Mejorar su autoestima.
- Mejorar su trabajo participativo y colaborativo con sus pares.

Durante la primera semana del Buen Retorno del Año Escolar, el soporte socioafectivo deberá ser considerado como un pilar fundamental de la atención educativa.

SESIÓN 1

"CONTROLAMOS Y TRANSFORMAMOS LA CÓLERA"



PARA EL TUTOR (10')

Que las y los estudiantes reflexionen sobre la importancia de manejar sus emociones y practiquen estrategias para controlar o transformarla. Iniciamos la sesión solicitando a las y los estudiantes que individualmente, anoten en un papel: ¿En qué situaciones sienten cólera?, ¿qué hacen?, ¿cómo expresan su cólera? Luego, promovemos que voluntariamente compartan sus respuestas.

PARA LAS Y LOS ESTUDIANTES (25')

Actividad de Aplicación

Las y los estudiantes reflexionan sobre la forma cómo actúan cuando tienen cólera y cómo puede afectar a las personas que están cerca a uno. Señalamos a las y los estudiantes que la cólera es una emoción natural que todos los seres humanos experimentamos. Lo inadecuado es cuando la cólera nos domina y lastimamos a otras personas, por eso es importante saber reconocerla y aprender a controlarla o manejarla.

Preguntamos al grupo: ¿Cuándo sienten cólera qué hacen para tratar de calmarse? Anotamos en la pizarra las palabras claves. En esta parte, es importante promover el diálogo y la participación espontánea de las y los estudiantes.

Luego, sugerimos otras alternativas para que, cuando sintamos cólera o enojo, podamos emplearlas para controlarla y no dañar a los demás, entre las cuales tenemos:

- Respirar lenta y profundamente (repetir varias veces)
- Contar hasta 10
- Leer
- Escuchar música
- Pintar

Mencionamos que se pondrá en práctica el respirar lenta y profundamente. Iniciamos el ejercicio indicando: se inhala lentamente, tratando de llenar todo nuestro cuerpo de oxígeno, se retiene el aire unos segundos y se expulsa suavemente por la boca, repetimos este ejercicio seis veces. Luego libremente, invitamos a las y los estudiantes a comentar sobre los efectos relajantes de la respiración.

Pedimos que elaboren frases que pueden ayudar a calmar la cólera cuando uno la experimenta, por ejemplo: “Piensa antes de actuar”, “ponte en el lugar del otro”, “respira profundamente si te enojas”, etc.

CIERRE (10´)

Concluimos la sesión señalando que la cólera es una emoción que nos permite actuar ante algo que consideramos injusto. Por lo tanto, no es malo sentir cólera, pero si debemos practicar formas adecuadas de expresarla, para no herir a los demás.

Se pueden plantear diversas posibilidades:

- Elaborar afiches para la casa alusivos al control de la cólera, usando mensajes o imágenes.
- Llevar un registro de situaciones en las que sintieron cólera y qué estrategia usaron para manejarla. En la siguiente sesión, pueden compartir sus experiencias.

SESIÓN 2

“Bullying”



PARA EL TUTOR (7')

El acoso escolar es una especie de *tortura*, metódica y sistemática, en la que el agresor sume a la víctima, a menudo con el silencio, la indiferencia o la complicidad de otros compañeros.

Este tipo de violencia escolar se caracteriza, por tanto, por una reiteración encaminada a conseguir la intimidación de la víctima, implicando un abuso de poder en tanto que es ejercida por un agresor más fuerte que aquella. El sujeto maltratado queda, así, expuesto física y emocionalmente ante el sujeto maltratador, generándose como consecuencia una serie de secuelas; es común que el acosado viva aterrizado con la idea de asistir a la escuela y que se muestre muy nervioso, triste y solitario en su vida cotidiana. En algunos casos, la dureza de la situación puede acarrear pensamientos sobre el suicidio.

PARA LAS Y LOS ESTUDIANTES (20')

Relate: “Juan y Esteban siempre son pesados con Francisco y siempre le molestan y no le dejan integrarse al grupo para jugar, conversar, etc. En el recreo. Paula y Jazmín pelearon un día y Jazmín dijo que odiaba a Paula, a pesar de que generalmente ellas eran buenas amigas”.

Pregunte a las y los estudiantes qué es lo que saben acerca del bullying. Escriba las ideas de las y los estudiantes en tres columnas: Qué es el bullying / Ejemplos / Cómo se sienten los afectados.

DINÁMICA “BULLYING”

Las y los estudiantes deben distribuirse en parejas, sería preferible emparejarlos con aquellos compañeros que no se traten con frecuencia o conozcan menos. Durante 1 minuto uno de ellos se auto describirá hacia el otro, pasado este tiempo se realiza a la inversa. Acabado el tiempo cada estudiante describirá a su compañero como en primera persona, es decir, como si él mismo fuera su compañero “Yo soy...”, “Me gusta...” etc.

PARA LAS Y LOS ESTUDIANTES (10’)

Actividad de Aplicación

Trabajo personal: El tutor menciona que cada estudiante deberá escribir en una hoja bond una lista con los sentimientos que debe sentir una persona que experimente bullying.

CIERRE (8’)

El tutor pregunta a las y los estudiantes qué sintieron al describirse con las características de otra persona... Luego el tutor menciona que las y los estudiantes suelen contar con modelos de comunicación muy violentos, y apenas son conscientes de cómo son influidos por la televisión, los videojuegos, la música, etc. Y sería adecuado pensar antes de actuar, para no herir a ningún compañero., dejando de lado algunos comportamientos que son adoptados de manera negativa.

SESIÓN 3

“El Respeto”



PARA EL TUTOR (10')

El respeto es el valor base de la vida de toda sociedad humana, este valor define las relaciones humanas armoniosas en una sociedad y en una comunidad, como por ejemplo en la familia y en la escuela, para las cuales es fundamental para lograr niveles de armonía.

Se dice que el respeto comienza con la misma persona; es decir, para que pueda darse el respeto como valor es necesario que cada individuo se valore así mismo.

El respeto igualmente se manifiesta en la práctica con el afecto demostrado a los otros, en el modelo de diálogo elegido para comunicarnos, en el lenguaje corporal que expresamos para dirigirnos al entorno, en nuestras actitudes hacia las situaciones conflictivas o gratificantes de la vida cotidiana.

PARA LAS Y LOS ESTUDIANTES (15')

DINÁMICA “AMA A TU PRÍJIMO COMO A TI MISMO”

- 1- El tutor solicita papel y lápiz a cada estudiante.
- 2- Cada estudiante escoge en silencio (en su pensamiento) a otro estudiante del grupo.
- 3- Y pensará en una actividad divertida y ridícula que tendrá que hacer su compañero en público.
- 4- Escribe en un papel lo que la otra persona debe hacer y además debe firmarlo (ejemplo: "Yo Matías deseo que Juan haga como perrito).

- 5- Luego que cada estudiante haya escrito su deseo deberá enseñar a la cámara y el tutor tomará un pantallazo o foto de lo que escribieron en la hoja.
- 6- El tutor explicará que el juego se llama "Ama a tu prójimo como a ti mismo"
- 7- El tutor irá leyendo los papeles que están en la foto, y cada estudiante deberá hacer lo que escribió y que supuestamente debía hacer otro.

PARA LAS Y LOS ESTUDIANTES (15')

Actividad de Aplicación

El tutor solicita a las y los estudiantes elaborar una lista sobre cómo se sintieron y cómo se hubieran sentido sus compañeros al realizar la actividad que escribieron en el papel. Luego el tutor motiva la participación de las y los estudiantes preguntando quien puede compartir con sus compañeros lo que escribió, así cada uno puede compartir lo que sintió y hubieran sentido sus compañeros.

CIERRE (5')

Con esta actividad hemos experimentando en carne propia la razón del dicho: "No hagas a otros lo que no quieres que te hagan a ti" Debemos aprender a respetar a los demás considerando en nuestros actos hacia otros como quisiéramos ser tratados nosotros. La burla es una manera de humillar a los otros y no considerar la dignidad que ellos tienen.

SESIÓN 4

“AUTOESTIMA”



PARA EL TUTOR (10')

Es la valoración que cada quien tiene de sí mismo. Se desarrolla progresivamente, desde que nacemos, teniendo particular importancia en este proceso la familia y las personas significativas de nuestro entorno. Relaciones marcadas por el afecto, el respeto y la confianza, contribuyen a la formación de una autoestima positiva.

Las personas con una autoestima positiva tienden a desarrollar más sus potencialidades, establecen mejores relaciones interpersonales y enfrentan mejor situaciones nuevas, así como diversas dificultades que pueden encontrar en la vida. Por su parte, las personas con autoestima negativa, al ser inseguros respecto a sí mismos y sus potencialidades, ven disminuidas las posibilidades de desenvolverse adecuadamente en la vida y tienen un mayor riesgo de caer en diversas problemáticas, como el consumo de drogas, el embarazo adolescente, entre otras.

PARA LAS Y LOS ESTUDIANTES (10')

DINÁMICA “LA PELOTA DE LA AUTOESTIMA”

Se solicita a los estudiantes que activen sus cámaras y solicitará a los estudiantes que realicen dos cosas: primero, ponerse de pie y segundo, en voz alta y bien claro debe decir su nombre y a continuación una cualidad (una característica positiva) y algo que le guste hacer y crea que lo hace bien. Por ejemplo: *“Yo soy Pedro, soy honesto y juego bien el fútbol”*.

Cuando termine el estudiante, invitará a otro compañero y así sucesivamente, hasta que todos opinen.

PARA LAS Y LOS ESTUDIANTES (20')

Actividad de Aplicación

Anuncio publicitario de uno mismo

1) Se le pide a cada estudiante que realice una lista de, por lo menos, **5 cualidades positivas** (corporales, de tu carácter, mentales, culturales, en el terreno de las relaciones personales, como miembro de una familia o un grupo, habilidades, destrezas, deportes...) y **5 logros positivos** (en su vida familiar, académica, social, etc.).

2) A partir de la lista anterior, se indica a los estudiantes que escriban un anuncio intentando mostrarse a los demás de la manera más creativa posible. Se puede usar la siguiente frase para iniciar esta tarea:

“Se trata de que CADA UNO se venda bien y muestre sus cualidades y logros de los que están satisfechos. Sean directos y entusiastas. Si te es más fácil, ayúdate de un dibujo, de un lema. Cada anuncio debe durar aproximadamente 1 minuto”.

Una vez culminada la elaboración cada estudiante tendrá que presentar su comercial.

Nota: es importante que durante la fase de presentación de comerciales se refuerce con aplausos y verbalizaciones (ej. “buen trabajo”, “excelente presentación”, “Que buen comercial”).

CIERRE (5')

El tutor explica que cada uno tiene y siente una valoración de sí mismo. Por ello, es importante cultivar nuestras cualidades o virtudes, así como identificar nuestros defectos, porque nos permite conocernos más y, por consiguiente, aceptar a los demás.

Es necesario subrayar que las personas con una adecuada autoestima, saben decir las cosas de manera asertiva. Entonces, tener una adecuada autoestima es una respuesta positiva, porque permite estar protegido ante situaciones de riesgo que nos afecten.

Para finalizar, se les sugiere a los estudiantes que conserven el contenido de su comercial en su folder de tutoría, lo lean con atención, y que lo tomen en cuenta cuando quieran darse ánimos.

SESIÓN 5

"MI PROYECTO DE VIDA"



PARA EL TUTOR (10')

Que las y los estudiantes se proyecten hacia el futuro e identifiquen elementos que les permitan llegar a sus metas. Explicamos a las y los estudiantes que hoy tendrán la oportunidad de elaborar su plan de vida. Las sesiones de Tutoría desarrolladas hasta el momento, les han permitido reflexionar acerca de sí mismos, sus deseos y entorno, pero que hace falta estar preparados para pensar en cómo construirán su futuro.

PARA LAS Y LOS ESTUDIANTES (25')

Actividad de Aplicación

solicitamos a cada estudiante una hoja bond y les indicamos que la doblen en cuatro partes, formando cuatro recuadros. Les indicamos que imaginen su vida en cinco años más. Luego les planteamos cuatro preguntas para que reflexionen y les damos un tiempo para contestar. Cada pregunta deberá ser desarrollada en un recuadro de la hoja.

¿Qué seré dentro de algunos años?

Pedimos que escriban todo lo que se les viene en mente sobre ellas y ellos en cinco años más.

¿Dónde estaré?

Indicamos que escriban el lugar donde piensan estar, el grupo al que creen que pertenecerán y las personas que los rodearán.

¿Qué deseo más y cómo lo voy a lograr?

Motivamos a las y los estudiantes a pensar en sus nuevos intereses, expectativas, metas y en la manera cómo piensan llegar a ellos.

¿Qué dificultades se me pueden presentar y cómo las voy a superar?

Les pedimos que piensen en los obstáculos que se les puede presentar en cinco años más y en la forma en que piensan superarlos.

CIERRE (10')

Finalizada la sesión se solicita a los estudiantes que expresen cómo se han sentido al tener que responder a cada pregunta.

Los motivamos para que escriban en el siguiente recuadro qué quieren ser en el futuro y qué necesitan para lograrlo.

Yo quiero ser..	Para lograrlo necesito..
1.-	1.-
2.-	2.-
3.-	3.-

CONCEPTOS CLAVE

Para concluir, revisaremos los principales conceptos utilizados:

Acoso/Intimidación/hostigamiento escolar (bullying): El agresor o agresora tiene alguna ventaja sobre la víctima (es más grande, mayor, más fuerte, más popular, etc.), quiere lastimarla (no es casualidad) y lo hace de manera repetida e injusta. Algunas veces, un grupo de estudiantes acosa a otro. Aquella intimidación que es transmitida vía internet o tecnologías afines lleva el nombre de cyber-bullying.

Asertividad: Se refiere a la capacidad para expresar los sentimientos, pensamientos y necesidades de manera apropiada, clara y firme, en un marco en el que se hace respetar nuestros derechos y se respetan los derechos de los demás.

Autorregulación: Alude a la capacidad para manejar eficazmente nuestras emociones, pensamientos y comportamientos para relacionarnos con otros, aprender mejor, lograr metas y adaptarnos al cambio.

Comportamiento prosocial: Hace referencia a la acción voluntaria que beneficia a otras personas o a la sociedad como conjunto.

Discriminación: Es un trato desfavorable hacia un grupo por determinadas características, lo que dificulta que gocen de sus derechos (educación y salud, por ejemplo). Por lo tanto, repercute en la calidad de los servicios asociados.

Empatía: Consiste en la capacidad de ponernos en el lugar del otro, de ponernos en sus zapatos y “caminar con sus zapatos”, para sentir lo que el otro siente.

Escucha activa: Capacidad para escuchar al otro sin interrumpirlo, tomando en cuenta el lenguaje no verbal, parafraseando y haciendo preguntas que permitan entender mejor la perspectiva del otro.

Resiliencia: Se refiere a la capacidad de los seres humanos, sus comunidades e instituciones para recuperarse, salir adelante y experimentar transformaciones positivas ante la adversidad, como desastres naturales, crisis políticas, epidemias o enfermedad, violencia, conflicto armado, pérdida de seres queridos, etc. (Reyes, Liebenberg & Meza, 2013).

Violencia escolar: De acuerdo con el artículo 19° de la Convención de los Derechos del Niño, la violencia escolar sería “cualquier forma de violencia mental o física, lesión y abuso, maltrato o explotación, incluido el abuso sexual” en contra de las y los estudiantes. Los siguientes son los principales tipos de violencia escolar (Plan Internacional, 2008):

— **Violencia verbal:** Implica el empleo de vocabulario ofensivo, tono de voz agresivo, palabras crueles, cortantes y tajantes.

- **Violencia física:** Puede ir desde un jalón de orejas o una bofetada hasta quemaduras, ahogamiento y el empleo de objetos como correas y látigos.
- **Violencia psicológica:** Como insultar, ignorar, amenazar, aislar, humillar, ser indiferente, rechazar, así como otros comportamientos. Estos generan daños en el desarrollo psicológico.
- **Violencia sexual:** Involucra cualquier acto de índole sexual impuesto a una persona a través de la violencia o la amenaza, aprovechándose de la vulnerabilidad o incapacidad de resistir, o empleando cualquier tipo de coerción. Este puede ser propiciado por un(a) adulto(a) o adolescente.

Instituciones y servicios de ayuda

- **Línea 100 - MIMP**

Acceso a orientación especializada sobre violencia familiar, sexual y temas afines desde cualquier teléfono fijo, público o celular de lunes a domingo, las 24 horas. El servicio es gratuito, confidencial y si desea puede solicitarse el anonimato. El servicio opera desde su sede central en la ciudad de Lima y tiene cobertura nacional.

- **WhatsApp SíseVe – 991410000 – MINEDU**

Reporta los casos de violencia escolar desde tu celular. De lunes a viernes de 8 am a 8 pm.

- **Línea SíseVe – 080076888 - MINEDU**

Recibe orientación y reporta los casos de violencia escolar desde tu celular. De lunes a viernes de 8 am a 8 pm.

- **Línea contra la trata de personas 0800-2-3232 - MININTER**

Brinda asistencia telefónica, consejería y orientación especializada gratuita a víctimas y potenciales víctimas, y a todos aquellos que soliciten información sobre la trata de personas, con fines de explotación sexual o laboral. La línea tiene alcance nacional.

- **LUGAR DE ESCUCHA - CEDRO 4475837 – 4456665**

Brinda consejo y entrevistas motivacionales a personas que requieren apoyo por consumo de sustancias psicoactivas o conductas adictivas al juego, sexo, compras, Internet u otras. Está conformado por un equipo de profesionales de la salud mental: psicólogos clínicos psicoterapeutas, médicos psiquiatras y voluntarios especializados en conductas adictivas tradicionales y no tradicionales que proporcionan consultas personalizadas y telefónicas.

- **TELÉFONO ANAR 0800-2-2210**

Brinda orientación y consejería psicológica, jurídica y social a niñas, niños y adolescentes en riesgo.

Referencias bibliográficas

- **Bazán, C. & Kudó, I. (2014).** Estudiantes sanos, seguros y felices: El rol del clima escolar y las habilidades socioemocionales. Lima: Banco Mundial.
- **Bosello, A. (1998).** Escuela y valores. Madrid: CCS.
- **Díaz-Aguado, M.J. (sin año).** Convivencia escolar & Prevención de la Violencia. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Recuperado de http://eoepsabi.educa.aragon.es/descargas/G_Recursos_orientacion/g_2_accion_tutorial/g_2_3.materiales_varios/01.Prevencion_violencia.pdf.
- **Frisancho, S. (2012).** Clima de las instituciones educativas y convivencia escolar democrática. Lima: Sin publicar.
- **Guerrero, G., De Fraine, B., Cueto, S. & León, J. (2012).** El efecto del clima escolar en los resultados cognitivos y socioemocionales de los estudiantes al final de la educación secundaria. El caso de instituciones educativas urbanas en Lima. Ponencia presentada en el III Seminario Nacional de Investigación Educativa realizado del 13 al 15 de Setiembre del 2012 en Lima, Perú. En Frisancho, S. (2012) Clima de las instituciones educativas y convivencia escolar democrática. Lima: Sin publicar.
- **Márquez, A. (2007).** La justicia restaurativa versus la justicia retributiva en el contexto del sistema procesal de tendencia acusatoria. Bogotá: Prolegómenos - Derechos y Valores. Volumen X - Nº 20 - Julio - diciembre 2007 - ISSN 0121-182X. (201-212). Recuperado de <http://www.umng.edu.co/documents/63968/72398/13.JusticiaRestaurativa.pdf>.
- **Ministerio de Educación (2012).** Marco del Buen Desempeño Docente. Lima: Minedu.
- **Plan Internacional. (2008).** Aprender Sin Miedo: La campaña mundial para acabar con la violencia en las escuelas. Woking: Sede Central de Plan Internacional.
- **Resnick M.D., Bearman P.S., Blum R.W., Bauman K.E., Harris K.M., Jones J., Tabor J., Beuhring T., Sieving R.E., Shew M., et al. (1997)** Protecting adolescents from harm. Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health. JAMA 1997 (278), 823-832.
- **Rice, P. (1997).** Desarrollo Humano: Estudio del Ciclo Vital. México DF: Prentice-Hall Hispanoamericana
- **UNESCO-OREALC. (2010).** Factores asociados al logro cognitivo de los estudiantes en América Latina y el Caribe. Santiago, Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe de la UNESCO, Laboratorio Latinoamericano de Evaluación de la Calidad de la Educación. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0019/001902/190213s.pdf>