



VINCULANDO Comunidades Educativas para Promover el Bienestar

Denise Oyarzún Gómez
Marcia Salinas Contreras



Dirección de Vinculación
con el Medio (VCM)



Universidad
Central



Facultad de
Ciencias
de la Salud

Registro Propiedad Intelectual: 2020-A-10407
ISBN: 978-956-330-070-3
Diciembre, 2020, Santiago de Chile



Denise Oyarzún Gómez

Doctora en Psicología
Pontificia Universidad Católica
de Valparaíso, Chile
Doctora en Psicología, Salud y Calidad de Vida
Universidad de Girona, España
denise.oyarzun@ucentral.cl



Marcia Salinas Contreras

Magíster en Psicología Clínica
Universidad Adolfo Ibáñez, Chile
Psicóloga Clínica Acreditada
y Especialista en Psicoterapia, Chile
marcia.salinas@ucentral.cl

Esta publicación forma parte del proyecto de vinculación con el medio “Promoviendo el Bienestar de Docentes y Estudiantes en la Enseñanza Media” patrocinado por la Facultad de Ciencias de la Salud y la Dirección de Vinculación con el Medio de la Universidad Central.



**Dirección de Vinculación
con el Medio (VCM)**



ÍNDICE

Presentación

1. Introducción
2. Perspectivas del bienestar
3. Intervención
4. Investigación
5. Recomendaciones
6. Anexo Taller de Bienestar

A modo de cierre

Referencias



Presentación



Comenzamos este año 2020 con todas las ilusiones y las buenas intenciones que significa un año nuevo. Sin embargo, en un momento nos indicaban que debíamos lavarnos muy bien las manos y mantener una “distancia social”. A penas lográbamos comprender esto, cuando se anunciaba la medida de “cuarentena” y aparecían las campañas de confinamiento: “Quédate en casa”.

Fue así como niños, niñas y adolescentes, dejaron el patio de juegos de sus colegios y los secretos y códigos plasmados en sus salas de clases, para transformar el living o sus habitaciones en sus nuevas aulas. Por su parte, profesores(as) tuvieron que adaptar los espacios íntimos del hogar para continuar entregando los saberes a sus estudiantes, y adoptar la tecnología demostrando conocimiento y experiencia, aun cuando íbamos aprendiendo en el camino.

Toda esta realidad en la que nos encontrábamos estudiantes, profesores(as) y asistentes de la educación, trajo sus consecuencias. De pronto, el miedo

y el estrés provocado por el aislamiento y las exigencias de nuestras funciones amenazaron nuestro bienestar y estado socioemocional. Fue entonces, cuando nos dimos cuenta de que el “estar bien” y el “sentirse bien” era muy importante, no solo para re-descubrirnos y valorarnos como personas, sino que también, para brindar contención a nuestras estudiantes, que tanto nos necesitan.

Mediante el trabajo realizado por este Proyecto dirigido a profesores(as) y asistentes de la educación, pudimos expresar nuestras emociones, hablar de nuestras experiencias en educación, recordar los primeros pasos y aquellas personas significativas en nuestros caminos de formación; y lo más importante, nos dimos cuenta de que detrás de cada uno existe una voluntad increíble por enseñar, y que a través del fortalecimiento de nuestros lazos nos sentimos nuevamente como una comunidad educativa.

Edith Marín Vásquez

Orientadora

Equipo de Convivencia Escolar

Colegio Santa Rosa



1. Introducción

La educación tiene una importancia innegable en las sociedades actuales. La pandemia por **coronavirus (COVID-19)** ha provocado una crisis sin precedentes en todos los ámbitos. En la educación, esta crisis ha implicado el cierre de las actividades presenciales de instituciones educativas en más de 190 países para evitar la propagación del virus y mitigar su impacto sociosanitario. Lo anterior, ha dado origen a tres campos de acción: modalidades de aprendizaje a distancia con o sin uso de tecnología; el apoyo del personal y las comunidades educativas, y la atención a la salud y el bienestar integral de las y los estudiantes (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL] y Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2020).

En Chile la **Mesa de Educación COVID-19 (2020)** manifiesta como objetivo el **bienestar socioemocional de estudiantes, docentes y familias**, que está vinculado con las oportunidades de desarrollo de las y los estudiantes enmarcadas en el curricular nacional y el modo como se organiza el sistema educacional. Así también, la estrategia

de “Diagnóstico Integral de Aprendizajes” del Ministro de Educación [MINEDUC] (2020) apoya a los establecimientos en la evaluación del estado socioemocional de sus estudiantes en el contexto actual y en los aprendizajes en Lectura y Matemática, para que equipos directivos y docentes tomen decisiones técnico-pedagógicas basadas en evidencia y generen planes de trabajo.

Las iniciativas de intervención del bienestar en comunidades educativas son escasas en Chile. En este sentido, las universidades tienen un rol en la **vinculación con el medio (VcM)**, generando acciones que incorporan perspectivas de la institución de educación superior y la(s) comunidad(es) en busca de impactos positivos mutuos. En la **Universidad Central de Chile (2019)** la vinculación con el medio se entiende como el conjunto de actividades que se establecen con el entorno y sus actores, desde los ámbitos de docencia, investigación, asistencia técnica y extensión universitaria. Los proyectos de vinculación con el medio son una forma de implementar esta política institucional.



Los proyectos de vinculación con el medio de la [Universidad Central de Chile](#) incentivan acciones de vínculo académico con el medio donde se genere interacción bidireccional con actores del entorno que retroalimentan el quehacer académico-formativo. El propósito de esta publicación es divulgar la experiencia de intervención e investigación del **Proyecto VcM “Promoviendo el Bienestar de Docentes y Estudiantes en la Enseñanza Media”** diseñado, ejecutado y evaluado por académicas y universitarias(os) de la Carrera de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud con dos comunidades educativas en la Región Metropolitana.

La publicación se estructura en seis apartados. El primero conceptualiza tres perspectivas teóricas del bienestar: subjetivo, psicológico y social desde un marco conceptual de la Salud Mental y la Psicología Positiva. El segundo apartado, describe estrategias y acciones del **Taller de Bienestar** implementado en dos establecimientos educacionales de la comuna de San Miguel. El siguiente apartado, caracteriza el proceso de investigación del Proyecto VcM a través de cuestionarios y entrevistas aplicadas a las y los participantes. Las recomendaciones desde las y los participantes del Taller se presentan en el siguiente apartado considerando que esta iniciativa puede ser replicada en otras comunidades educativas. Por último, el apartado anexo presenta la estructura de seis sesiones virtuales del Proyecto VcM.



2. Perspectivas del bienestar

La Organización Mundial de la Salud [OMS] (1948) hizo una apuesta teórica y de repercusiones aplicadas respecto a que: «La salud es un estado de bienestar completo, físico, social y psicológico, y no solamente la ausencia de enfermedad o de invalidez (p.1)». La **salud mental** es el estado de bienestar por medio del cual una persona reconoce sus aptitudes, es capaz de hacer frente a las presiones de su cotidianidad, se inserta en el mundo laboral y contribuye a su comunidad (OMS, 2004). En ambas definiciones la OMS no considera que la salud sea la ausencia de la enfermedad, sino un proceso continuo donde ambos dialogan para lograr un estado de bienestar.

La **Psicología Positiva** se define como el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que faci-

tan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos, mientras previene o reduce la incidencia de la psicopatología. Seligman (2011) señala que es necesario estudiar el bienestar porque es un concepto más amplio que felicidad y en la literatura de Psicología no se asocia exclusivamente a la alegría y el estado de ánimo.

El término “**bienestar**” es el equivalente al concepto inglés “**well-being**”, es decir, estar bien o sentirse bien. El hecho de que las personas se sientan o no globalmente bien a lo largo del tiempo vital como consecuencia de la interinfluencia entre aspectos internos (psicológicos) y sus interacciones externas (psicosociales) con otras personas y con el entorno (Casas, 2010). Se distinguen tres perspectivas del bienestar:

BIENESTAR SUBJETIVO

Son las evaluaciones cognitivas y afectivas que una persona hace en torno a su vida. Estas evaluaciones incluyen tanto reacciones emocionales a acontecimientos, así como juicios sobre satisfacción y logro (Diener, 1984).

BIENESTAR PSICOLÓGICO

Se sitúa en el proceso y consecución de aquellos valores que hacen sentirse vivos y auténticos, que hacen crecer como persona, y además se centra en las actividades que dan placer y alejan del dolor (Ryff, 1989).

BIENESTAR SOCIAL

Es la valoración que hacen las personas de las circunstancias y el funcionamiento dentro de la sociedad dentro de un entorno del que forman parte a título individual (contacto social), grupal (familia y grupo de amigos), institucional, laboral y de ocio (Keyes, 1998).

3. Intervención

En el contexto del COVID-19, la evidencia internacional y nacional ha destacado la emergencia de sintomatología como ansiedad, angustia, trastornos del sueño y del apetito, sumado a cansancio de las personas (Banco Mundial, 2020). Elige Educar (2020) señaló que el 63% de las y los profesores(as) consideraba que estaba trabajando más o mucho más que antes, y más de la mitad estimaba que tenía menos condiciones que antes de la pandemia para compatibilizar los tiempos de trabajo doméstico y pedagógico.

El Instituto de Informática Educativa de la Universidad de La Frontera [IIE] (2020), informó que más del 80% de profesores(as) necesitaba recibir formación en estrategias para apoyar socioemocionalmente a sus estudiantes, el uso de estrategias pedagógicas para enseñar a distancia, y recibir orientación para realizar adecuaciones curriculares.

Los antecedentes recién referidos fueron el diagnóstico del Proyecto. Este apartado de intervención se presenta la implementación del **Proyecto VcM “Promoviendo el Bienestar de Docentes y Estudiantes en la Enseñanza Media”**. A continuación, se describen sus principales componentes:

OBJETIVO

Promover el bienestar de profesores(as), a través de metodologías de intervención e investigación psicosocial implementadas por académicas y universitarios(as) UCEN, para fortalecer la educación integral de estudiantes del establecimiento educacional.

METODOLOGÍA

Taller de Bienestar grupal y virtual. La intervención se desarrolló en seis sesiones en la plataforma Meet de 120 minutos quincenales durante tres meses. La investigación se desarrolló en una o dos sesiones (cuestionario y entrevista).

PARTICIPANTES

Diez profesores(as) y asistentes de la educación del Liceo Andrés Bello (público) y diez profesores(as) y asistentes de la educación del Colegio Santa Rosa (subvencionado). Ambos establecimientos están ubicados en la comuna de San Miguel de la Región Metropolitana.

RESPONSABLES

Dos Académicas y 65 universitarios(as) de las asignaturas Análisis de Datos Cuantitativos (2° año) y Metodología Cualitativa II (3° año) de la Carrera de Psicología de la Universidad Central de Chile.

El Taller de Bienestar se estructuró en sesiones sincrónicas y asincrónicas (ver Anexo). En las sesiones sincrónicas se abordaron las perspectivas del bienestar, a través de actividades como pancarta (CAEIE, 2020), línea de tiempo (Marshall, 2017), técnica de incidentes críticos en el aula (Nail et al., 2012), técnica de reflexión activa (Greenaway, 2002), entre otras. Las sesiones asincrónicas se destinaron tanto a la aplicación de la entrevista semiestructurada (Ortí, 2000) como al cuestionario del bienestar (Oyarzún, 2017; Schnettler, et al., 2014; Véliz, 2012; Vera-Villarroel, 2019). Cada sesión de intervención o investigación fue registrada por escrito por las y los universitarios(as), quienes acompañaron y/o realizaron las actividades del Proyecto VcM, siguiendo las orientaciones de la académica responsable.

El proyecto VcM declaró entre sus beneficios: acompañamiento psicosocial a profesores(as) y asistentes de la educación considerando las actuales condiciones de vida; orientaciones a las y los participantes en virtud de las nuevas modalidades de teletrabajo y articulación de redes institucionales entre el Colegio o Liceo y la Universidad Central. Además, el Proyecto VcM fue sin costo económico para las y los participantes, es decir, 100% gratuito en cada comunidad educativa.



4. Investigación

La etapa de investigación se guió según protocolos para producir datos cuantitativos (cuestionarios) y cualitativos (entrevistas) aplicados a profesores(as) y asistentes de la educación de ambos establecimientos. En la asignatura Análisis de Datos Cuantitativos cada estudiante elaboró un cuestionario con preguntas cerradas del bienestar y sociodemográficas. En la asignatura Metodología Cualitativa II cada estudiante elaboró un guion de entrevista con preguntas abiertas del bienestar y sociodemográficas. Ambas actividades fueron evaluadas y retroalimentadas por la académica responsable del Proyecto.

**CUESTIONARIO
CUANTITATIVO** + **ENTREVISTA
CUALITATIVA**

Durante una sesión sincrónica o asincrónica se aplicó un cuestionario que incluyó escalas de bienestar subjetivo, psicológico y social entendidas como una medida objetiva y estandarizada de una muestra de comportamiento. Estas escalas se refieren a características del comportamiento humano e incluye la determinación del “cuánto”, es decir, la cantidad de aquellas en una persona (Asún, 2006). El Cuestionario online incluyó datos de identificación o sociodemográficos del participante y las siguientes escalas:

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (RYFF, 1989)

Instrumento validado en población adulta chilena por Veliz (2012). La escala incluye las sub-escalas: autoaceptación (6 ítems), relaciones positivas (6 ítems), autonomía (8 ítems), dominio del entorno (6 ítems), propósito en la vida (7 ítems) y crecimiento personal (6 ítems). El total de ítems de la Escala es 39, su formato de respuesta está compuesto por puntuaciones que van de 1 a 7, donde 1=Totalmente en Desacuerdo y 7=Totalmente de Acuerdo.

ESCALA DE BIENESTAR SOCIAL (KEYES, 1998)

Medida validada en población adulta chilena por Oyarzún (2017). Es una escala de 15 ítems que se compone de cinco dimensiones integración social, contribución social, aceptación social, coherencia social, y actualización social (3 ítems en cada dimensión). El formato de respuesta es una escala de 1 a 7, donde 1=Totalmente en Desacuerdo y 7=Totalmente de acuerdo.



ESCALA DE SATISFACCIÓN CON LA VIDA (DIENER ET AL., 1985)

Instrumento validado en población adulta chilena por Schnettler et al. (2014). La escala que evalúa juicios cognitivos generales acerca de la propia vida consta de cinco ítems con alternativas de respuesta que van desde 1=Completamente en desacuerdo hasta 7=Completamente de acuerdo.

ESCALA DE AFECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS (WATSON ET AL., 1988)

Medida validada en población chilena adulta por Vera-Villaruel et al. (2019). La escala consta de 20 ítem que se dividen en dos dimensiones de diez ítems cada una, sobre afectos positivos y afectos negativos sentidos durante el último mes. El rango de respuesta de 5 puntos, donde 1=Nada o ligeramente a 5=Mucho.

Durante una sesión asincrónica del Proyecto VcM se aplicó una entrevista semiestructurada a algunos(as) participantes. La entrevista consistió en un diálogo cara a cara, directo y espontáneo entre entrevistado(a) y entrevistador(a), que orientó el discurso lógico y afectivo de la entrevista (Ortí, 2000). Las entrevistas cualitativas tienen por objeto curar histórica y culturalmente las percepciones sobre la experiencia subjetiva de un mundo social único y cómo esas perspectivas llegan a ser conocibles de maneras particulares (Davies 2007 citado en Nathan et al., 2018).

ENTREVISTA CUÉNTEME DE SU TRAYECTORIA COMO PROFESOR(A) DEL COLEGIO O LICEO

¿Qué le parece el ambiente social que rodea la comunidad educativa del Colegio/Liceo?
 ¿Cuáles son sus metas a corto y largo plazo como profesor/a dentro del Colegio/Liceo?
 Desde que comenzó a ejercer su labor como profesor/a, ¿se ha sentido satisfecho/a con lo que ha logrado como persona y profesional de la educación?
 ¿Qué es lo que más le gusta de su labor como profesor/a?
 ¿Qué es lo que más le disgusta de su labor como profesor/a?

Nathan et al. (2018) señalan que aprender a elaborar una pregunta de entrevista para evitar permitir una respuesta de sí/no puede llevar bastante trabajo y también requiere dirigir al entrevistado(a) hacia los temas que interesa explorar. En el Proyecto VcM se construyó un único guion de entrevista semiestructurada que abordó a través de 15 preguntas abiertas las perspectivas del bienestar subjetivo, psicológico y social, además de preguntas que facilitarían contextualizar su quehacer educativo. Luego se analizaron los datos asistidos por software para describir características de datos numéricos y verbales y generar conclusiones relativas al bienestar.



5. Recomendaciones

Las siguientes recomendaciones fueron elaboradas por las y los participantes del Proyecto VcM con el propósito de que iniciativas de vinculación con el medio como esta puedan ser implementadas durante el 2020 y el 2021. A continuación, se presenta un **decálogo** con diez principales recomendaciones:

1. Incorporar la educación socioemocional (bienestar) como un eje del proyecto educativo desde el equipo directivo del colegio o liceo.
2. Apoyar las estrategias y acciones generadas por el Equipo de Convivencia Escolar del colegio o liceo para fortalecer la educación socioemocional.
3. Realizar un diagnóstico de la educación socioemocional (bienestar) con toda la comunidad educativa del colegio o liceo.
4. Replicar el Taller de Bienestar con sus modalidades de intervención e investigación con toda la comunidad educativa.
5. Cautelar una participación directa y permanente de estudiantes, profesores(as), asistentes de la educación y directivos, vale decir, abordar el bienestar del colegio o liceo entero.

6. Disponer de espacios como las reuniones del consejo de profesores(as), reuniones de departamento, jornadas escolares, para articular conversaciones como las que se dieron en las sesiones virtuales.

7. Combinar acciones virtuales y presenciales para abordar el bienestar de las comunidades educativas, a través de taller o jornadas con periodicidad semanal o quincenal.

8. Articular redes de vinculación institucional entre el establecimiento educacional y carreras de ciencias de la salud o sociales como Psicología en la Universidad Central de Chile.

9. Derivar a miembros de la comunidad educativa que requieran atención psicosocial a Centros de Atención Psicológica como el de Universidad Central de Chile que proporcionan atención gratuita.

10. Revisar otras iniciativas nacionales que promueven el bienestar de la población como guías prácticas publicadas por organizaciones gubernamentales y no gubernamentales.

Finalmente, el Proyecto VcM cerró con un seminario virtual que permitió compartir experiencias y aprendizajes vivenciados por ambas comunidades educativas durante tres meses.

6. Anexo Taller de Bienestar

SESIÓN N°1: DEL BIENESTAR SOCIAL Y COMUNITARIO AL BIENESTAR PERSONAL

Inicio

Bienvenida y presentación de las y los participantes: Solicitar que indiquen su nombre, asignatura que imparte y desde que año trabaja en el Colegio o Liceo. Así también, señalar sus expectativas con el Taller.

Encuadre: Acordar con las y los participantes el día, fecha, hora y periodicidad de las sesiones. Registro en fotografías, lista de asistencia, y anotaciones de las sesiones. Además de enviar por correo electrónico el Consentimiento Informado.

Exposición breve: El/la facilitador/a refiere a las perspectivas del bienestar (Casas, 2010) y como estas se pueden abordar en las comunidades educativas.

Desarrollo

Conversación grupal: El/la facilitador/a invita a las y los participantes a dialogar en torno a las siguientes preguntas guía: 1) ¿Cómo funciona una sesión online y/o presencial? 2) ¿Quiénes son las y los profesores/as, estudiantes, apoderados/as y otros miembros de la comunidad educativa? y 3) ¿Qué es el bienestar?

Cierre

Realizar una síntesis de contenidos y actividades de la sesión. Invitar a las y los participantes subir registros de la sesión en redes sociales #tallerbienestarcomunidadeducativa. Agradecer la disposición en la sesión virtual.

SESIÓN N°2: PERSPECTIVAS DE BIENESTAR SOCIAL A NIVEL NACIONAL, REGIONAL/PROVINCIAL Y LOCAL

Inicio

Ecos de la sesión anterior: El/la facilitador/a realiza un resumen de contenidos, actividades y conclusiones del grupo respecto de la sesión anterior. Se sugiere que el/la facilitador/a inicie los ecos y pregunte a las y los participantes que se acuerdan de la sesión, además de presentar registros escritos o fotos de la sesión anterior.

Exposición breve: El/la facilitador/a refiere a las perspectivas del bienestar social (Keyes, 1998) y como este se pueden abordar en las comunidades educativas.

Desarrollo

Conversación grupal: El/la facilitador/a invita a las y los participantes a dialogar en torno a las

siguientes preguntas guía: 1) ¿Qué es bienestar social?, 2) ¿Cómo promueven el bienestar social desde MINEDUC?, 3) ¿Cómo instituciones a nivel intermedio promueven el bienestar social? Y 4) ¿Cómo el propio establecimiento educacional promueve el bienestar social?

Pancarta: El/la facilitador/a solicita a las y los participantes imaginar que se preparan para participar a una marcha por la educación en Chile. En cinco minutos tienen que elaborar una pancarta (CAEIE, 2020) con un mensaje claro, preciso y directo sobre un tema que se ha abordado la sesión. Luego cada participante presenta el significado de su pancarta. Materiales: lápices y block.

Cierre

Realizar una síntesis de contenidos y actividades de la sesión. Invitar a las y los participantes subir registros de la sesión en redes sociales [#tallerbienestarcomunidadeducativa](#). Agradecer la disposición en la sesión virtual.

SESIÓN N°3:

PERSPECTIVAS DEL BIENESTAR PERSONAL-PSICOLÓGICO

Inicio

Ecos de la sesión anterior: El/la facilitador/a realiza un resumen de contenidos, actividades y conclusiones del grupo respecto de la sesión anterior. Se sugiere que el/la facilitador/a inicie los ecos y pregunte a las y los participantes que se acuerdan de la sesión, además de presentar registros escritos o fotos de la sesión anterior.

Exposición breve: El/la facilitador/a refiere a las perspectivas del bienestar psicológico (Ryff, 1989) y como estas se pueden abordar en las comunidades educativas.

Desarrollo

Línea de tiempo: Es una representación visual de eventos seleccionados de una persona que pueden abarcar años o meses (Marshall, 2017). Se solicita a las y los participantes elaborar un dibujo de línea de tiempo (recta, circular, espiral, etc.) con cinco eventos positivos (bienestar) o negativos (malestar) durante los últimos cinco años relacionados con su quehacer educativo. También pueden incluir texto como una descripción del evento, una explicación del significado del evento, sentimientos y pensamientos asociados con el evento, dibujos, marcas de flechas, entre otros. Tiempo 15 minutos de actividad individual. Luego cada participante presenta su línea de tiempo en 5 minutos. Materiales: lápices y block.

Conversación grupal: El/la facilitador/a invita a las y los participantes a dialogar en torno a las siguientes preguntas guía: 1) ¿Qué es para ustedes el bienestar psicológico?, 2) ¿Cuál de las dimensiones del bienestar psicológico puede ser más importante en sus vidas? y 3) ¿Cómo se ha visto impactado mi bienestar psicológico en tiempos actuales?

Cierre

Realizar una síntesis de contenidos y actividades de la sesión. Invitar a las y los participantes subir registros de la sesión en redes sociales [#tallerbienestarcomunidadeducativa](#). Agradecer la disposición en la sesión virtual.

SESIÓN N°4: PERSPECTIVAS DEL BIENESTAR PERSONAL-SUBJETIVO

Inicio

Ecos de la sesión anterior: El/la facilitador/a realiza un resumen de contenidos, actividades y conclusiones del grupo respecto de la sesión anterior. Se sugiere que el/la facilitador/a inicie los ecos y pregunte a las y los participantes que se acuerdan de la sesión, además de presentar registros escritos o fotos de la sesión anterior.

Exposición breve: El/la facilitador/a refiere a las perspectivas del bienestar subjetivo (Diener et al., 1989) y como estas se pueden abordar en las comunidades educativas.

Desarrollo

Cuestionario bienestar (Parte 1): El/la facilitador/a solicita a las y los participantes que completen el cuestionario con preguntas de su bienestar subjetivo. Tiempo 5 a 7 minutos. El/la facilitador/a analiza los resultados calculando la frecuencia y el promedio de cada pregunta con las respuestas de las y los participantes. Luego se completa el Cuestionario Bienestar (Parte 2) con preguntas de su bienestar psicológico y social.

Conversación grupal: El/la facilitador/a invita a las y los participantes a dialogar en torno a las preguntas guía: 1) ¿Quién había respondido un cuestionario sobre salud mental? 2) ¿Para qué sirve o que usos tiene responder un cuestionario sobre salud mental en nuestro colegio o liceo? 3) ¿Qué experiencias tienen los estudiantes respondiendo cuestionarios de salud mental? y 4) ¿Cómo podemos incentivarlos a participar o responder iniciativas de este tipo?

Cierre

Realizar una síntesis de contenidos y actividades de la sesión. Invitar a las y los participantes subir registros de la sesión en redes sociales [#tallerbienestarcomunidadeducativa](#). Agradecer la disposición en la sesión virtual.

SESIÓN N°5: TÉCNICA DE INCIDENTES CRÍTICOS EN EL AULA

Inicio

Ecos de la sesión anterior: El/la facilitador/a realiza un resumen de contenidos, actividades y conclusiones del grupo respecto de la sesión anterior. Se sugiere que el/la facilitador/a inicie los ecos y pregunte a las y los participantes que se acuerdan de la sesión, además de presentar registros escritos o fotos de la sesión anterior.

Exposición breve: El/la facilitador/a refiere a la técnica de incidentes críticos en el aula (Nail et al., 2012) y como esta se pueden abordar en las comunidades educativas.

Desarrollo

Técnica de incidentes críticos en el aula: El/la facilitador/a explica que la técnica que permite reflexionar sobre el quehacer educativo. Se solicita el registro a cada participante: 1) Incidente: señalar de la secuencial temporal de las acciones del estudiante y profesor(a), 2) Emociones: describir las emociones positivas y negativas del profesor(a) presentes en el incidente, 3) Acción/ Reacción: caracterizar las acciones del profesor(a) para atender o manejar al incidente, 4) Acciones/ Consecuencias: enumerar las consecuencias de las



acciones del profesor(a) transcurrido el incidente, 5) Dilemas: plantear las problemáticas del incidente y dar respuestas a ellas, 6) Aprendizaje: detectar necesidades de aprendizaje de las personas involucradas en el incidente. Materiales: lápices y block. **Conversación grupal:** El/la facilitador/a invita a las y los participantes a dialogar presentando sus respuestas de la técnica de incidentes críticos en el aula. Se presenta una infografía que resume las principales características de la técnica de incidentes críticos en el aula.

Cierre

Realizar una síntesis de contenidos y actividades de la sesión. Invitar a las y los participantes subir registros de la sesión en redes sociales [#tallerbienestarcomunidadeducativa](#). Agradecer la disposición en la sesión virtual.

SESIÓN N°6:

INTEGRACIÓN DE PERSPECTIVAS DEL BIENESTAR EN LA COMUNIDAD EDUCATIVA

Inicio

Ecos de la sesión anterior: El/la facilitador/a realiza un resumen de contenidos, actividades y conclusiones del grupo respecto de la sesión anterior. Se sugiere que el/la facilitador/a inicie los ecos y pregunte a las y los participantes que se acuerdan de la sesión, además de presentar registros escritos o fotos de la sesión anterior.

Desarrollo

Técnica de revisión activa: El/la facilitador/a explica que esta técnica (Greenaway, 2002) permite reflexionar sobre lo ocurrido en las sesiones del taller. Se solicita que se discuta sobre los Hechos: diamante es duro y sólido y representa los hechos o “datos duros”. ¿Qué ocurrió en el taller?, ¿qué vimos?, ¿qué escuchamos?, ¿quién hizo qué? Emociones: corazón representa tanto las emociones como las sensaciones intuitivas ¿cómo te sentiste en las sesiones?, ¿cuáles fueron tus emociones predominantes?, ¿en qué momento? Descubrimientos: picas para excavar e investigar ¿Qué descubriste desde la reflexión realizada?, ¿De qué te diste cuenta?, ¿qué descubriste escuchando a los profesores(as)? Futuro: trébol representa el crecimiento futuro ¿qué harían una próxima vez en un taller online?, ¿qué podrían cambiar/mejorar?, ¿qué posibilidades u oportunidades ven? Libertad: esta carta (joker) es de uso opcional.

Cierre

Realizar una síntesis de contenidos y actividades de la sesión. Invitar a las y los participantes subir registros de la sesión en redes sociales [#tallerbienestarcomunidadeducativa](#). Finalmente, se solicita a las y los participantes responder una encuesta de vinculación con el medio referida por la Universidad Central para valorar el Proyecto VcM.

A modo de cierre



Trabajar mancomunadamente con diversas instituciones es fundamental para nuestra comunidad educativa, debido a que nuestra institucionalidad nos permite trabajar bajo ciertos márgenes. Sin embargo, con nuestras redes externas aquello se amplía considerablemente. Una de ellas es la Universidad Central de Chile con quienes comenzamos a trabajar desde el año pasado junto a la Carrera de Psicología, la experiencia ha sido maravillosa porque las acciones fueron enfocadas al bienestar de nuestros profesores(as) y asistentes de la educación, departamento poco intervenido por el establecimiento.

Desde una mirada profesional como parte de la dupla psicosocial del Liceo Andrés Bello señalo que este Proyecto fue una experiencia enriquecedora en lo humano y profesional, dado que en las sesiones se dieron instancias muy sensibles entre

los y las participantes y que además supieron llevar las facilitadoras de la Universidad Central de Chile. Se debe tener en cuenta que, las sesiones fueron realizadas en pleno auge sanitario por el COVID-19 donde el encierro total causó diferentes estados emocionales en las personas y que se vieron reflejados en las sesiones del Taller.

Trabajar el bienestar personal y social en las comunidades educativas es fundamental para mantener una sana convivencia y un trabajo mentalmente saludable. Sin embargo, desde el nivel central las políticas públicas enfocadas a los establecimientos tienen otro foco. Es por ello por lo que, es importante gestionar entre las redes del Liceo acciones que permitan más participación de la comunidad educativa como fue el caso de este Proyecto.

Julio Soto Jara
Trabajador Social
Equipo de Convivencia Escolar
Liceo Andrés Bello



Referencias

- Asún, R. (2006). Construcción de cuestionarios y escalas: El proceso de la producción de información cuantitativa. En M. Canales Metodologías de la Investigación Social (pp. 63-113). LOM.
- Banco Mundial (2020). COVID-19: Impacto en la educación y respuestas de política pública.
- Casas, F. (2010). El bienestar personal: Su investigación en la infancia y la adolescencia. Encuentros en Psicología Social, 5(1), 85-101.
- Centro de Apoyo y Entrenamiento Integral para Educadores de hoy [CAEIE] (2020). Manifestación de pancartas
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL] y Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO] (2020). La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. Psychological Bulletin, 95(3), 542-575.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. Journal of Personality Assessment, 49(1), 71-75.
- Elige Educar (2020). Situación de docentes y educadores en contexto de pandemia: Reporte de resultados.
- Instituto de Informática Educativa de la Universidad de La Frontera (2020). Informe de resultados. Docencia durante la crisis sanitaria: la mirada de los docentes.
- Greenaway, R. (2002). The art of reviewing. The Journal of the Institute of Training and Occupational Learning, 3(1), 47-53.
- Keyes, C. (1998). Social well-being. Social Psychology Quarterly, 121-140.
- Nathan, S., Newman, C., & Lancaster, K. (2019). Qualitative interviewing. En P. Liamputtong (Ed.), Handbook of Research Methods in Health Social Sciences (pp. 1-20). Springer.
- Nail, O., Gajardo, J., & Muñoz, M. (2012). La técnica de análisis de incidentes críticos: Una herramienta para la reflexión sobre prácticas docentes en convivencia escolar. Psicoperspectivas, 11(2), 56-76.
- Marshall, A. (2017). Timeline Drawing Methods. En P. Liamputtong (Ed.), Handbook of Research Methods in Health Social Sciences (pp. 1-17). Springer.
- Ministerio de Educación [MINEDUC] (2020). Diagnóstico Integral de Aprendizajes.



Organización Mundial de la Salud [OMS] (1948). Constitución de la Organización Mundial de la Salud.

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2004). Promoción de la salud mental.

Ortí, A. (2000). La apertura y el enfoque cualitativo o estructural: la entrevista abierta semidirectiva y la discusión de grupo. En M. García, J. Ibáñez, y F. Alvira. El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación (pp. 219 - 282). Alianza.

Oyarzún, D. (2017). Bitácora Social. Bienestar Social en Chile: Percepciones sobre Individuos, Grupos y Sociedad. Universidad Autónoma de Chile.

Oyarzún, D. & Salinas, M. (2020). Proyecto de Vinculación con el Medio: Promoviendo el Bienestar de Docentes y Estudiantes en la Enseñanza Media. Fondo Concursable de la Dirección de Vinculación con el Medio. Universidad Central de Chile.

Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069-1081

Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. American Psychologist, 55 (1), 5-14.

Schnettler, B., Miranda, H., Sepúlveda, J., Orellana, L., Denegri, M., Mora, M., & Lobos, G. (2014). Variables que influyen en la satisfacción con la vida de personas de distinto nivel socioeconómico en el sur de Chile. Suma Psicológica, 21(1), 54-62.

Universidad Central de Chile (2019). Manual de procedimientos de Vinculación con el medio. Dirección de Comunicaciones Corporativas.

Pontificia Universidad Católica de Chile y Universidad de Chile (2020). Propuestas educación trabajo interuniversitario mesa social COVID 19.

Véliz, A. (2012). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico y su estructura factorial en universitarios chilenos. Psicoperspectivas, 11(2), 143-163.

Vera-Villarroel, P., Urzua, A., Jaime, D., Contreras, D., Zych, I., Celis-Atenas, K., ... & Lillo, S. (2019). Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Psychometric properties and discriminative capacity in several Chilean samples. Evaluation & the Health Professions, 42(4), 473-497.

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. Journal of Personality and Social Psychology, 54, 1063-1070.



¿CÓMO CITAR?

Oyarzún, D. & Salinas, M. (2020).
Vinculando Comunidades
Educativas para Promover
el Bienestar.
Dirección de Vinculación
con el Medio.
Universidad Central de Chile.



**Dirección de Vinculación
con el Medio (VCM)**



**Universidad
Central**