



Gobierno de Reconciliación  
y Unidad Nacional

*El Pueblo, Presidente!*

**MINED**  
Un Ministerio en la Comunidad

**World Vision**

Por los niños

Dirección General de Consejerías de  
las Comunidades Educativas

Guía de  
**ACOMPañAMIENTO  
SOCIOEMOCIONAL**



## **Dirección y Coordinación Técnica MINED**

<b>Mendy del Socorro Arauz Silva</b>	Directora General de Consejería de las Comunidades Educativas
<b>Gloria Esperanza Moncada López</b>	Responsable de Dirección de Acompañamiento Técnico y Psicosocial
<b>Verónica Vanessa Osorio Mayorga</b>	Responsable de Dirección de Prevención, Promoción de Valores y Desarrollo de Capacidades
<b>Mildred José Castillo Chavarría</b>	Coordinadora Metodológica de Consejería de las Comunidades Educativas
<b>Karen Vanessa Martínez Vargas</b>	Asesora de Consejería de las Comunidades Educativas
<b>Dominga del Socorro Zeledón López</b>	Asesora de Consejería de las Comunidades Educativas
<b>Karla Vanessa Angulo López</b>	Asesora de Consejería de las Comunidades Educativas

## **Coordinación general World Vision**

<b>Claudia López Meneses</b>	Gerente del Programa Técnico Niñas, Niños y Adolescentes Libres de Violencia
<b>Rolando Flores Acosta</b>	Gerente de Comunicaciones
<b>Lizeth Espinoza</b>	Gerente del Programa Técnico de Educación
<b>Liliam Cárdenas</b>	Coordinadora Programa Técnico de Educación

## **Diagramación e ilustración**

Margine del R. Bonilla Ojeda

Diciembre 2020, MINED / World Vision Nicaragua

Se prohíbe la reproducción total o parcial de este documento sin la autorización expresa del Ministerio de Educación

<b>I.</b>	<b>Presentación</b>	<b>1</b>
<b>II.</b>	<b>Objetivo</b>	<b>2</b>
<b>III.</b>	<b>¿A quién va dirigida esta guía?</b>	<b>2</b>
<b>IV.</b>	<b>Acompañamiento socioemocional</b>	<b>3</b>
	¿Qué es acompañamiento socioemocional?	3
	¿Cómo brindar acompañamiento socioemocional?	3
	Pautas para acompañar oportunamente	4
	¿Cuáles son los tipos de acompañamiento que podemos brindar?	5
	¿Por qué es importante brindar acompañamiento?	6
	Habilidades socioemocionales en los procesos de acompañamiento	7
	¿Cuándo brindar acompañamiento?	7
<b>V.</b>	<b>Primeros auxilios psicológicos</b>	<b>9</b>
	¿Qué son los primeros auxilios psicológicos?	9
	Acciones que se pueden aplicar cuando brindamos primeros auxilios psicológicos	9
<b>VI.</b>	<b>Acompañamiento socioemocional en situaciones de violencia sexual</b>	<b>10</b>
	¿Qué es violencia sexual?	10
	Pautas para el acompañamiento en situaciones de violencia sexual	11
	¿Qué debemos evitar cuando brindamos acompañamiento socioemocional en situaciones de violencia sexual?	13
<b>VII.</b>	<b>Acompañamiento socioemocional en situaciones de acoso escolar</b>	<b>13</b>
	¿Qué es acoso escolar?	13
	Tipos de acoso escolar	14
	Pautas para el acompañamiento en situaciones de acoso escolar	15
	¿Qué debemos evitar cuando acompañamos socioemocionalmente una situación de acoso escolar?	19
<b>VIII.</b>	<b>Acompañamiento socioemocional en situaciones de embarazo en adolescentes</b>	<b>20</b>
	¿Qué es la adolescencia?	20

Pautas para el acompañamiento socioemocional en situaciones de embarazo en adolescentes	21
¿Qué debemos evitar cuando brindamos acompañamiento socioemocional en situaciones de embarazo en adolescente?	23
<b>IX. Acompañamiento socioemocional en situaciones de adicciones</b>	<b>24</b>
¿Qué son las adicciones?	24
¿Qué es una adicción a las drogas?	24
Pautas para el acompañamiento en situaciones de adicciones	24
¿Qué debemos evitar cuando brindamos acompañamiento socioemocional en situaciones de adicción?	27
<b>X. Acompañamiento socioemocional en situaciones de ideas e intentos suicidas y suicidio</b>	<b>28</b>
Pautas para el acompañamiento en situaciones de Ideas e intentos suicidas y suicidio	29
¿Qué debemos evitar cuando brindamos acompañamiento socioemocional en situaciones de ideas e intentos suicidas y suicidio?	30
<b>XI. Acompañamiento socioemocional en situaciones de duelo</b>	<b>31</b>
¿Qué es el duelo?	31
Fases del duelo	31
Pautas para el acompañamiento socioemocional en situaciones de duelo	32
¿Qué debemos evitar cuando brindamos acompañamiento socioemocional en situaciones de duelo?	34
<b>XII. Acompañamiento socioemocional en situaciones de violencia</b>	<b>35</b>
¿Qué es la violencia?	35
Tipos de violencia	35
Pautas para el acompañamiento en situaciones de violencia	36
¿Qué debemos evitar cuando acompañamos socioemocionalmente situaciones de violencia?	38
<b>XIII. Plan de acción para el acompañamiento socioemocional</b>	<b>39</b>
Instructivo para el llenado del formato del plan de acción para el acompañamiento socioemocional	41
<b>XIV. Actividades sugeridas</b>	<b>43</b>
<b>XV. Glosario</b>	<b>56</b>
<b>XVI. Bibliografía</b>	<b>57</b>

# I. Presentación

El Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional, a través del Ministerio de Educación (MINED), con el objetivo de continuar avanzando en la restitución del derecho a una educación comprometida y de calidad para las niñas, niños, adolescentes y jóvenes, dentro del contexto del Plan de Educación 2017-2021, asume la tarea de construir un nuevo modelo educativo que tiene como centro al estudiante y como ejes transversales, el rol protagónico de la familia, el fortalecimiento de competencias orientadas a elevar la calidad del trabajo docente y el compromiso de la comunidad educativa en su conjunto.

Una de estas acciones para avanzar en la calidad y calidez del sistema educativo nicaragüense es la puesta en práctica de la “Guía de Acompañamiento Socioemocional” como una herramienta que facilite el acompañamiento amoroso, respetuoso y con ternura a niñas, niños, adolescentes, jóvenes, sus familias o cualquier integrante de la comunidad educativa que pueden estar viviendo una situación de riesgo o que afecte su bienestar emocional.

El propósito de esta guía es dotar al personal docente, directores, subdirectores, asesores y enlaces de consejería y comunidad educativa, de una herramienta básica que oriente el acompañamiento sensible, amoroso, respetuoso y con ternura para la comunidad educativa.

En dependencia de la vivencia emocional que vive la niña, el niño, adolescente, joven, su familia o cualquier integrante de la comunidad educativa, se puede brindar primeros auxilios psicológicos, acompañamiento socioemocional permanente hasta contribuir al bienestar emocional y derivación a la atención especializada.

Esta guía, ha sido diseñada a partir de la reflexión y la experiencia acumulada desde las Consejerías de las Comunidades Educativas, principalmente a partir del trabajo que realizan directores, docentes y las familias quienes a diario conviven e interactúan con niñas, niños, adolescentes y jóvenes, desarrollando capacidades para detectar, percibir sus cambios de conducta e identificar necesidades de acompañamiento socioemocional.

## II. Objetivo

Facilitar a docentes, directores, subdirectores, asesores, enlaces de Consejería y comunidad educativa herramientas que, contenga conceptos claves, pautas y recursos de apoyo que guíen el proceso de acompañamiento socioemocional a niñas, niños, adolescentes, jóvenes, sus familias o cualquier integrante de la comunidad educativa que viven una situación de riesgo o que afecte su bienestar emocional, orientando el acompañamiento oportuno y derivando a la atención especializada en caso que se requiera.

## III. ¿A quién va dirigida esta guía?

Esta guía está dirigida a docentes, directores, subdirectores de centros educativos, delegados, enlaces y asesores de consejería de las comunidades educativas que brindan acompañamiento a niñas, niños, adolescentes, jóvenes y sus familias o cualquier otro integrante de la comunidad educativa que están viviendo situaciones de riesgo.

## IV. Acompañamiento socioemocional

### ¿Qué es acompañamiento socioemocional?

Es ayudar a niñas, niños, adolescentes, jóvenes, sus familias o algún integrante de la comunidad educativa a que puedan expresar sus emociones de forma saludable, en especial aquellas relacionadas al miedo, preocupación o frustración.

Recordemos que desde el Acompañamiento Socioemocional que brindamos desde las Consejerías de las Comunidades Educativas, acompañamos desde un enfoque de valores y protagonismo de la comunidad educativa, por lo que no se requiere ser especialistas en salud mental y no está orientado a brindar atención terapéutica o atención psicológica.



### ¿Cómo brindar acompañamiento socioemocional?



Para brindar acompañamiento socioemocional, es necesario motivar a niñas, niños, adolescentes, jóvenes y sus familias o algún integrante de la comunidad educativa a que expresen lo que sienten, escuchándolos con respeto y expresándoles que comprendemos lo que nos están compartiendo.

También, es importante brindarles seguridad y confianza, de esta manera aportaremos a su bienestar emocional, calma y tranquilidad. Para esto, es necesario que les ayudemos a identificar sus fortalezas, los recursos positivos de su entorno que le pueden ayudar a superar el momento vivido y avanzar con mayor seguridad, fe y confianza.

Acompañamos, cuando aseguramos una derivación oportuna y seguimiento cercano a la atención especializada de calidad, de acuerdo a sus necesidades.



## **Pautas para acompañar oportunamente**

**Escuchemos con ternura:** es fundamental que estemos dispuestos a escuchar atentamente, con respeto y ternura, mediante una comunicación clara y respetuosa, de tal forma que se sientan cuidados, atendidos, respetados y aceptados, para esto:

- ✦ Guiémosles para que comparta lo que sienten, realizando preguntas abiertas para que se puedan expresar, por ejemplo: ¿qué sucedió? ¿cómo te hizo sentir? Permitamos la expresión de pensamientos, emociones y sentimientos, sin bloquearlos.
- ✦ Mantengamos contacto visual, esto ayudará a hacerles sentir importantes.
- ✦ No juzguemos, ni expresemos nuestros puntos de vista.

**Hablemos con cariño:** es importante que les hablemos con cariño y respeto, reconociendo sus fortalezas para afianzar su amor propio, sin herir, revictimizar o dañar. De igual manera, es importante que:


- ✦ Brindemos respuestas positivas: ¡Yo estoy con vos!, ¡no estás solo!, ¡no estás sola!, ¡puedes contar conmigo!
- ✦ Evitemos comentarios que minimicen la situación y las emociones vividas: “no exageres”, “no es para tanto”.
- ✦ Ayudémosles a identificar sus emociones, con frases como: ¿Estás triste?, ¿qué sientes?, ¿qué te gustaría hacer para sentirte mejor?
- ✦ Compartamos que expresar las emociones de manera adecuada es bueno para que se sienta mejor.
- ✦ Motivémosles a hablar o escribir sobre lo que sienten y piensan.

**Brindemos ternura:** es fundamental tratar con cariño y ternura, esto nos permitirá generar calma, tranquilidad y paz, recordemos siempre cuidar nuestro lenguaje corporal, ya que es tan importante como lo que decimos.


**Apoyemos solidariamente:** estemos presente en las distintas etapas del proceso de acompañamiento con ternura, de forma que sientan que estaremos ahí para apoyarles a salir adelante. Siempre, tenemos que estar convencidas y convencidos que nuestro apoyo es importante.

**Practiquemos la empatía:** pongámonos en el lugar de la otra persona, siendo sensibles a sus necesidades, pensamientos, emociones y sentimientos, manteniendo una actitud serena, amable, de aceptación y respeto hacia los demás.

**Establezcamos acciones:** implementemos acciones que nos permitan aportar al bienestar emocional, actuando con seguridad, serenidad y coherencia, coordinándonos con las instituciones especializadas para un acompañamiento oportuno.



## ¿Cuáles son los tipos de acompañamiento que podemos brindar?



Brindamos tres tipos de acompañamiento ante una situación difícil o que afecte su bienestar emocional.

### **Acompañamiento individual:**

Es el que se realiza a una sola persona cuando está experimentando emociones que afectan su bienestar, las que son ocasionadas por alguna situación como pérdidas de personas amadas y queridas, objetos y espacios apreciados o valorados u otras situaciones que le causen miedo, enojo, dolor, sufrimiento o cualquier otra que no está en su control, este acompañamiento está orientado para que la persona identifique sus emociones, las nombren y las gestionen de la manera

más adecuada, no se trata de hacer que deje de experimentar lo que está sintiendo,

sino que logre avanzar en su proceso de aprendizaje y vida cotidiana a pesar de la

experiencia vivida, logrando ser resiliente. Al brindar

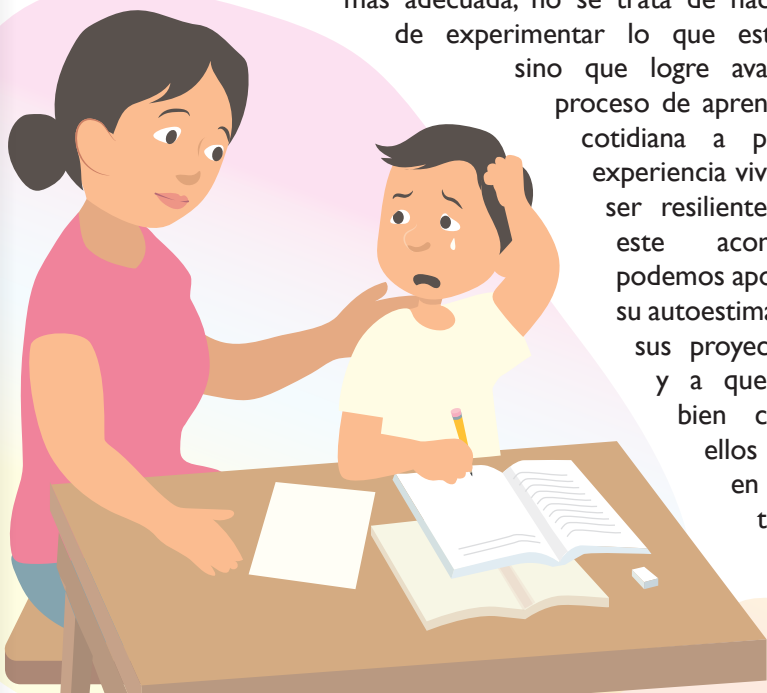
este acompañamiento podemos aportar a elevar

su autoestima, restablecer

sus proyectos de vida y a que se sientan

bien con ellas y ellos mismos,

en armonía y tranquilidad.





## Acompañamiento grupal y/o familiar:

Es el acompañamiento que se brinda a un grupo de estudiantes, docentes, madres o padres de familia, dentro del centro educativo para mantener la armonía, la gestión adecuada de las emociones y la búsqueda de pautas para resolver pacíficamente algún desentendimiento o situación que ponga en riesgo la estabilidad y tranquilidad.



Para realizar este acompañamiento se requiere buscar el lugar y el momento adecuado que facilite las condiciones para fortalecer las relaciones armoniosas, la protección, estabilidad emocional y acciones para enfrentar los desentendimientos que se presenten, permitiéndoles el reconocimiento de sus fortalezas y sus aspectos de mejora en su comportamiento a nivel escolar o familiar.

## Acompañamiento social y comunitario:



Se refiere a la identificación de recursos positivos del entorno cercano a las escuelas u hogares de la persona que acompañamos, estas pueden ser amistades, vecinas, vecinos, líderes comunitarios, religiosos u organizaciones comunitarias o sociales (gabinetes de la familia, comunidad y vida, otras), que contribuyan a que pueden ayudar a superar el momento vivido, mantener un entorno de seguridad y armonía personal o familiar.

### *¿Por qué es importante brindar acompañamiento?*

Es importante, ya que ante cualquier situación difícil o de riesgo que se esté experimentando, la persona afectada identifique sus fortalezas y oportunidades, recursos positivos que estén a su alrededor y que le brinden seguridad, esperanza y cierto sentido de recuperación para ayudarse a sí mismo, además de gestionar adecuadamente sus emociones, la persona puede evitar el estrés y avanzar en su vida cotidiana.



## Habilidades socioemocionales en los procesos de acompañamiento



Desde las Consejerías de las Comunidades Educativas, hemos venido trabajando las habilidades socioemocionales con el marco referencial de CASEL (BID, 2019), donde se definen como herramientas que nos permiten, entender y manejar nuestras emociones, establecer y alcanzar metas positivas, solidarizarnos, establecer y mantener relaciones armoniosas con los demás, estas habilidades son autoconciencia, autorregulación conciencia del entorno social, relaciones sociales y toma de decisiones.

Si desarrollamos las Habilidades Socioemocionales podremos comprender a los demás, ya que nos hace más flexibles y capaces de sentir empatía por el otro y generar distintos puntos de vista; tomar otras perspectivas para comprenderles y apoyarles de manera solidaria y respetuosa.

### ¿Cuándo brindar acompañamiento?

Cuando se presenta una situación de riesgo o que afecte el bienestar emocional:

- ✦ Representa algún tipo de peligro a la integridad física, corporal o emocional.
- ✦ En una situación desagradable, que afecta el bienestar emocional y la capacidad de recibir y brindar afectos, tales como; violencia, acoso, maltrato, abuso físico o psicológico.

- ✦ Situación de pérdida física o ausencia temporal de un ser querido o de otros elementos cercanos de su entorno afectivo (casa, amistades, comunidad).
- ✦ Una situación nueva, no deseada, que le asusta, le provoca incertidumbre, altera o rebasa sus capacidades físicas y emocionales de acuerdo a su edad y nivel de desarrollo.

**Estas situaciones de riesgo se pueden identificar mediante señales de alerta, tales como:**

- ✦ Golpes, torceduras, malestares físicos frecuentes.
- ✦ Disminución o bajo desempeño académico.
- ✦ Tristeza, aislamiento.
- ✦ Descuido de higiene personal.
- ✦ Ausentismo escolar.
- ✦ Deserción escolar.
- ✦ Agresividad o Retraimiento.
- ✦ Conductas sexualizadas no acordes a la edad.
- ✦ Llanto fácil o cambio de humor repentino.
- ✦ Heridas, cortaduras, cicatrices.
- ✦ Expresiones de soledad, desvalimiento que denotan una pobre estima: “yo soy mala, malo”, “no sirvo para eso”, “soy inútil”.



Podemos hacer uso de la Cartilla **“Capacitación de Alerta Temprana en las Consejerías de las Comunidades Educativas y Consejerías Familiares”** para la identificación de las señales en situación de acoso escolar, adicciones, embarazo en adolescentes, amor a la vida (intento suicida y suicidio), cuando una caricia es más que cariño (abuso sexual) y desentendimientos familiares (violencia).

## V. Primeros auxilios psicológicos



### ¿Qué son los primeros auxilios psicológicos?

Consiste en un apoyo inmediato y de corto plazo que se puede brindar a niñas, niños, adolescentes, jóvenes y sus familias o cualquier integrante de la comunidad educativa que vive una situación repentina que afecta su bienestar emocional. De preferencia este apoyo se deberá realizar en las primeras 72 horas, luego de ocurrida la situación.

#### Acciones que se pueden aplicar cuando brindamos primeros auxilios psicológicos



**Contener:** tratemos que exista un equilibrio en la expresión de las emociones; brindándoles pautas para que respiren calmadamente y ayudándoles a ordenar sus ideas y emociones con el propósito de reducir el riesgo de afectación emocional.

**Calmar:** escuchemos lo que está sintiendo, tratemos de hablarle en voz baja, suavemente, procuremos ofrecerles motivos y razones para que se tranquilice.

**Normalizar:** hagámosles ver que sus nervios, sustos y confusiones son normales en una situación de mucho estrés, digámosle que es bueno expresar nuestras emociones y sentimientos, en caso que no sepan lo que están sintiendo, podemos ayudarles poniendo nombre a sus emociones (¿te sientes triste?, ¿estas preocupado?, ¿tienes miedo?), recordemos no forzar a que expresen lo que sienten.

**Informar:** expliquémosles con mensaje simple lo que está pasando y siendo honesto con la información que brindamos, hablemos con un lenguaje sencillo y adecuado a la edad, y expliquemos lo que se hará a continuación (si se sabe). Tratemos de responder las preguntas que sean posibles. Es muy importante averiguar qué otras palabras o explicaciones han escuchado para corregir o complementar lo necesario.

**Consolar:** motivémosles a que realicen actividades que les hagan sentir mejor, procurando que mantengan al máximo las rutinas familiares, ayudándoles a buscar un buen equilibrio entre momentos de distracción y otros en los que afronte lo que ocurre.

En la medida de lo posible, motivémosles a realizar tareas de su interés y apropiadas a su edad.

Ante una situación difícil o de emergencia no todas las personas presentan dificultades emocionales, muchas tienen la capacidad de hacer frente a las dificultades que se les presentan por lo que no es necesario brindarles primeros auxilios psicológicos.

Recordemos que todas y todos podemos brindar los primeros auxilios psicológicos siempre y cuando tengamos la disposición de apoyar a las demás personas mediante la práctica de valores como: la solidaridad, empatía, respeto, tolerancia y responsabilidad compartida.



## VI. Acompañamiento socioemocional en situaciones de violencia sexual

### ¿Qué es violencia sexual?

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la violencia sexual como: “todo acto sexual, la tentativa de consumarlo, los comentarios o insinuaciones agresivas y degradantes, así como las acciones para utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona, mediante la coacción y la fuerza. Independientemente de la relación que se tenga y del ámbito en que presente el hecho. (Estudio multi país de la OMS sobre salud de la mujer y violencia doméstica contra la mujer).

La violencia sexual abarca actos que van desde el acoso verbal, hasta la consumación forzada y violenta del acto sexual. Incluye otras formas como la coacción, insinuaciones sin consentimiento, no deseadas, la intimidación y la fuerza física con ventaja.



## Pautas para el acompañamiento en situaciones de violencia sexual

- ✦ Brindemos el espacio y tiempo necesario para escucharle atentamente, propiciando un ambiente de confianza y serenidad. Acerquémonos con una actitud amigable.
- ✦ Respetemos el ritmo de sus palabras, sus momentos de desahogo, sus silencios y las pausas que puedan darse en el momento. Mantengamos una actitud cordial, respetuosa, sin presionar.
- ✦ Evitemos gestos impacientes, de desaprobación o incomodidad. Hagámosles sentir que puede expresar en libertad y sin presiones sus sentimientos y emociones. Dispongamos nuestro cuerpo, gestos y movimientos con un lenguaje de escucha paciente y comprensivo.
- ✦ Reiteremos, que creemos lo que nos ha relatado acerca de la situación vivida y que estamos dispuestos a brindarle nuestra solidaridad y apoyo.
- ✦ Motivemos a continuar la conversación hacia un dialogo sereno, protector, sensible, que logre calmarle. Podemos hacerles preguntas abiertas, dando el espacio para que, si lo desea, pueda continuar expresándose. Ejemplo: "¿Hay algo más que quisieras compartir?", "Si quieres contarme algo más, estoy aquí para escucharte", entre otras.

- ✦ Evitemos palabras de reproche, ante los cambios y contradicciones que pueda expresar en el relato. Recordemos que ante una situación de violencia es comprensible que se pueda sentir temor luego de expresar la situación vivida.
- ✦ Aseguremos la confidencialidad en el manejo de la información proporcionada. Procurar un manejo discreto de la información, velemos por el interés superior de la niña, niño, adolescente o joven.
- ✦ Permitamos que al acompañar nos perciban como alguien que les brindará protección en este momento difícil.



- ✦ Identifiquemos aquellos recursos positivos presentes en su familia y comunidad que pueden ayudarles a salir adelante ante esta situación. Elaboremos en conjunto un listado sobre todas aquellas personas, cosas o situaciones que han sido positivas a lo largo de su vida, incluyendo sus creencias culturales y religiosas.
- ✦ Mantengamos en todo momento una conducta corporal y gestual de aprobación a lo que expresa.
- ✦ Realicemos las gestiones necesarias para brindarles las condiciones para su permanencia y continuidad educativa.
- ✦ Evitemos expresiones de reproche en la comunicación con la familia. Recordemos que lo más importante para todos es el bienestar emocional.
- ✦ Brindemos a la madre, padre de familia o tutor los pasos a seguir al interponer la denuncia ante la Policía Nacional, a fin de garantizar la restitución de los derechos de su hija o hijo. Acompañémoslos en caso de ser necesario. Podemos hacer uso del Protocolo de acompañamiento de las Consejerías de las Comunidades Educativas en situaciones de Abuso Sexual.
- ✦ Orientemos a la familia la ruta y procedimientos a seguir para la atención especializada con el Ministerio de la Familia y Ministerio de Salud (Ministerio de Educación, 2018).
- ✦ Tomemos en cuenta las emociones y sentimientos de la familia al momento de abordarlos. Recordemos que la situación también les afecta, hablemos de manera cálida y fraterna, mostrándole solidaridad y empatía.
- ✦ Motivemos a la madre, padre o tutor a establecer una mejor comunicación con su hija, hijo, la importancia de expresarle afecto, cariño, protección, realizando visitas a la familia e invitándoles a participar en los encuentros con madres y padres de familia desarrollados desde las Consejerías de las Comunidades Educativas.
- ✦ Fortalecer las coordinaciones del Sistema de Bienestar Social (Policía Nacional, Ministerio de la Familia, Ministerio de Salud) con el propósito de brindar un acompañamiento integral.

- ✦ Elabore un plan de acción que contenga actividades orientadas a fortalecer el amor propio, el bienestar emocional y las relaciones armoniosas (ver Capítulo XIII. Plan de acción para el acompañamiento socioemocional).

### **¿Qué debemos evitar cuando brindamos acompañamiento socioemocional en situaciones de violencia sexual?**

- ✦ Reaccionar exageradamente durante el relato.
- ✦ Minimizar o subvalorar sus afirmaciones.
- ✦ Preguntar directamente sobre el agresor.
- ✦ Preguntar detalles innecesarios que pueden agravar la situación de estrés de la persona.
- ✦ Sobre involucrarnos y asumir un comportamiento sobre protector.
- ✦ Establecer contacto físico con la niña, niño, adolescente y joven.



## **VII. Acompañamiento socioemocional en situaciones de acoso escolar**

### **¿Qué es acoso escolar?**

Es un tipo de violencia entre estudiantes y desde el ambiente escolar. Caracterizado por el uso repetido y deliberado de agresiones verbales, psicológicas o físicas para lastimar y dominar a otra niña, niño, adolescente o joven con la certeza de que no podrá defenderse... (Loredo-Abdala, 2008).



Se caracteriza por ser frecuente, en muchos casos trasciende el horario escolar llevándolo hasta otros espacios. Al igual que otras formas de violencia es un proceso entre quien ejerce y quien recibe la acción. Sin embargo, en el caso del acoso, se puede distinguir también una tercera persona y es quien observa el acoso sin poder, o querer evitarlo (Navas, s.).

Tengamos presente los tres actores que intervienen en la situación de acoso: **quién vive el acoso; quién agrede y quién observa.**

### **Tipos de acoso escolar:**

- ♦ **Físico:** se distingue por el empleo de la violencia física; Acciones que limitan el libre desplazamiento por los distintos espacios del centro educativo, encierros, o robo de pertenencias (Cabo y Tello; 2010; IIDH, 2014).
- ♦ **Verbal:** el empleo de apodos, ridiculizaciones o cualquier sobrenombre que genere malestar, comentarios racistas o de contenido sexual, bromas insultantes.
- ♦ **Psicológico:** agresiones verbales y no verbales dirigidas a dañar la autoestima, fomentando sensaciones de temor y de aislamiento. El uso de gestos denigrantes, falsos rumores, notas ofensivas, exposición a burlas.
- ♦ **Virtual o Ciber acoso:** a través del uso de la tecnología, principalmente las redes sociales. Mensajes intencionados denigrantes, agraviantes. Tiene la particularidad que los contenidos se hacen virales y permanecen expuestos por más tiempo, lo que muchas veces agrava sus consecuencias.
- ♦ **Social o indirecto:** prácticas de aislamiento, exclusión o discriminación por lo general en formas muy sutiles, obstaculizando los vínculos de comunicación y contacto.



## **Pautas para el acompañamiento en situaciones de acoso escolar**

Ante acoso escolar acompañaremos a niñas, niños, adolescentes, jóvenes y sus familias por separado:

### **Con la o el estudiante que vive acoso escolar**

- ✦ Abordemos la situación con mucha sensibilidad, con un tono de voz suave, hablando con respeto y sin regañar.
- ✦ Expresemos disposición para escucharlo con ternura y acompañarlo, que sepa que cuenta con nuestro apoyo y hagámosle saber que cuenta con recursos personales para sobrellevar esta situación.
- ✦ Expresémosle solidaridad, utilicemos un lenguaje verbal y corporal afectivo.
- ✦ Promovamos la identificación de personas en el centro educativo y fuera, a la cual él puede recurrir en caso de continuar situaciones de abuso.
- ✦ Refiramos a otras instancias si la situación así lo requiere (Ministerio de Salud en caso que requiera atención especializada). Orientemos a la familia, los pasos a seguir, para acompañar en el caso que así se requiera (podemos hacer uso del Protocolo de acompañamiento de Consejería de las Comunidades Educativas en situaciones de acoso escolar).

### **Con la o el estudiante que realiza la agresión:**

- ✦ Abordemos la situación con la o el estudiante que agrede, escuchemos su punto de vista en cuanto a la agresión. Motivemos la reflexión individual orientada al daño que está ocasionando a la otra persona, escuchemos lo que tiene que decir.
- ✦ Promovamos la responsabilidad de reparar el daño frente al hecho realizado en contra de su compañera o compañero.
- ✦ Establezcamos un primer propósito a lograr con la o el estudiante que agrede, el cual tiene que estar orientado a mejorar su comportamiento.



- ✦ Propiciemos su participación en espacios de reflexión en el que se aborde la situación de forma general, compartir una reflexión colectiva, como una forma de sensibilización en la que ella o el participe.
- ✦ Evitemos presionar para lograr actos o expresiones de disculpa forzada, procuremos llegar a este momento de manera consciente. La situación de acoso es un proceso, todo avance es positivo, pero procuremos que sea un proceso reflexivo para todas las partes.
- ✦ Realice un seguimiento dirigido durante varias semanas. Observación y escucha activa.
- ✦ Refiramos a otras instancias si la situación así lo requiere (Ministerio de Salud en caso que requiera atención especializada). Orientemos a la familia, los pasos a seguir, para acompañar en el caso que así se requiera (podemos hacer uso del Protocolo de acompañamiento de Consejería de las Comunidades Educativas en situaciones de acoso escolar).

### Con la o el estudiante testigo / observador

- ✦ Expresemos el reconocimiento al gesto de solidaridad de la o el estudiante testigo, al informar o denunciar la situación.
- ✦ En caso de que los o el estudiante testigo denuncien los hechos, reconozcamos su gesto valiente como una conducta positiva que abona a la tranquilidad en el aula y centro educativo.
- ✦ Aseguremos la confidencialidad en el manejo de la información proporcionada. Procurar un manejo discreto de la información, cuidar de que solo la manejen las personas a cargo.
- ✦ Motivemos a la reflexión acerca de no imitar estas conductas, mantengamos la postura de no apoyar, ni incentivar este tipo de prácticas negativas.
- ✦ Propiciemos la reflexión en cuanto a los daños que se genera a la víctima sobre grabar y transmitir por las redes sociales los sucesos sobre el acoso escolar.
- ✦ Motivemos su participación en espacios de reflexión en el que se aborde la situación de forma general.

- ✦ Refiramos a otras instancias si la situación así lo requiere (Ministerio de Salud en caso que requiera atención especializada). Orientemos a la familia, los pasos a seguir, para acompañar en el caso que así se requiera (podemos hacer uso del Protocolo de acompañamiento de Consejería de las Comunidades Educativas en situaciones de acoso escolar).
- ✦ Coordinemos y demos seguimiento a la situación.

### **Con la madre, padre o tutor de la o el estudiante que recibe la agresión**

- ✦ Informemos a la madre, padre o tutor la situación, transmita confianza, así como la voluntad de acompañarla y apoyarla en este proceso.
- ✦ Aseguremos a la familia la confidencialidad de la información compartida. Garanticemos que la información del caso sea manejada únicamente por las personas que están a cargo de la situación.
- ✦ Motivemos a la madre, padre o tutor a continuar acompañando y apoyando a su hija o hijo.
- ✦ Enfatizamos con la familia sobre la importancia que tiene el que ellos se involucren y que sean parte de buscar una solución.
- ✦ Evitemos sentimientos de culpa en la familia en relación a la situación de su hija o hijo.
- ✦ Motivemos a la familia a ayudar a su hija o hijo a manejar sus emociones y sentimientos, que evite el deseo de querer hacer pagar al agresor directamente. Evitemos que surjan sentimientos negativos.
- ✦ Fomentemos en la familia la No tolerancia al acoso escolar y que la responsabilidad de prevenirlo es de toda la comunidad educativa.
- ✦ Sensibilicemos a la comunidad educativa utilizando todos los espacios y recursos disponibles.



### **Con la madre, padre o tutor de la o el estudiante que realiza la agresión**

- ✦ Motivemos la reflexión sobre la necesidad del diálogo y la comunicación con su hija o hijo, de manera que pueda conocer la causa de su comportamiento, y así poder ayudarle.
- ✦ Alentemos la solidaridad con la familia de quien sufre el acoso.
- ✦ Enfatizamos la importancia de no aplicar castigo físico a su hija o hijo para corregirlos.
- ✦ Explicuemos las medidas que se van a tomar en el centro educativo. Sensibilicemos a la madre, padre o tutor, acerca de la importancia de respetar el procedimiento establecido.

### **Con la madre, padre o tutor de la o el adolescente testigo / observador**

- ✦ Reconozcamos y felicitemos a la familia por la actitud solidaria y sensible de su hija o hijo en caso de que haya denunciado el acoso. Agradecer a la madre, padre o tutor en nombre del centro.
- ✦ Aseguremos la confidencialidad de la información compartida por su hija o hijo.
- ✦ Propiciemos la reflexión de la familia acerca de mantener y fortalecer la actitud honesta y valiente de su hija o hijo en caso de que haya denunciado el acoso escolar al centro. Motivemos su participación en los encuentros con madres y padres de familia que

promueven las Consejerías de las Comunidades Educativas en cada centro de estudios.

- ✦ Fortalecer las coordinaciones del Sistema de Bienestar Social (Policía Nacional, Ministerio de la Familia, Ministerio de Salud) con el propósito de brindar un acompañamiento integral.
- ✦ Elabore un plan de acción que contenga actividades orientadas a fortalecer el amor propio, el bienestar emocional y las relaciones armoniosas entre todos los integrantes de la comunidad educativa. (ver Capítulo XIII. Plan de acción para el acompañamiento socioemocional).

### **¿Qué debemos evitar cuando acompañamos socioemocionalmente una situación de acoso escolar?**

- ✦ Minimizar la situación, no darle la importancia a los daños que puede ocasionar en la persona que está viviendo acoso escolar. Recordemos que niñas, niños y adolescentes gozará del derecho a ser tratado con el debido respeto a la dignidad inherente al ser humano que incluye el derecho a que se proteja su integridad personal (Adolescencia, Derechos y Garantías Fundamentales. Artículo 101, inciso a, 1998).
- ✦ Tomar partido en la situación.
- ✦ Usar lenguaje severo o acusatorio.
- ✦ Animar a la o el estudiante agredido a que se defienda por su cuenta.
- ✦ Evitar ser únicamente mediadores cotidianos (separarlos), y que todo siga igual.
- ✦ Avergonzar, culpabilizar y juzgar a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes que están viviendo acoso escolar.
- ✦ Crear sentimientos de inferioridad, de debilidad por no defenderse de sus agresores.
- ✦ Forzar a que se den la mano o pedir disculpas en público, esto podría crear más rencor.
- ✦ Querer resolver la situación en el aula, enfrentando a los estudiantes implicados.

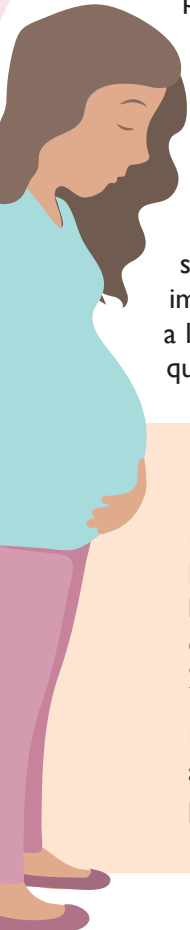


## VIII. Acompañamiento socioemocional en situaciones de embarazo en adolescentes

### ¿Qué es la adolescencia?

La Organización Mundial de la Salud (OMS) la define como la etapa de la vida en que se producen los procesos de maduración biológica, psicológica y social de un individuo, alcanzando así la edad adulta y culminando con su incorporación plena a la sociedad, delimita la adolescencia como el período comprendido entre los 10 y los 19 años.

Es un proceso de cambios físicos, psicológicos, donde se manifiestan nuevos intereses y expectativas, así como nuevas formas de interacción social. La sexualidad es una parte importante en esta etapa, asociada a los cambios biológicos y sociales que se desarrolla aceleradamente.



### El embarazo en adolescentes

El embarazo en la adolescencia es "aquel que se produce entre los 10 y 19 años", independientemente del grado de madurez biológica, psicológica o de la independencia de la adolescente en relación con su núcleo familiar. Ministerio de Salud (MINS), 2016.

El embarazo afecta el bienestar físico y emocional de la adolescente embarazada. A esto se agrega las secuelas psicosociales que impactan sobre su proyecto de vida.



## Pautas para el acompañamiento socioemocional en situaciones de embarazo en adolescente

- ✦ Propiciemos un clima de confianza y acercamiento con la estudiante, a fin de facilitar la comunicación acerca de su situación.
- ✦ Expresémosles nuestra apertura y disposición para escucharla, en el momento que lo solicite, brindemos nuestro apoyo en esta situación.
- ✦ Evitemos presionar a la adolescente embarazada acerca de brindar detalles sobre el padre de la niña o niño, así como otros aspectos sobre los cuales ella no quiera referirse. Procuremos seguir el ritmo de la conversación que ella lleva.
- ✦ Establezcamos comunicación con la familia acerca de la situación de la adolescente. Si la adolescente expresa querer ser ella quien informe a su madre o padre de familia o tutor, le damos preferencia a esta opción y le acompañamos en el caso que nos lo solicite.
- ✦ Enfaticemos a la familia la necesidad e importancia de que se le brinde el apoyo necesario en esta situación, sin discriminarla, a fin de que pueda continuar sus estudios y cumplir sus metas.
- ✦ Compartámosles información a la familia para que comprendan con mayor facilidad lo que la adolescente está viviendo.
- ✦ Motivemos a la adolescente con mucha sensibilidad acerca de la importancia de que se realice un primer chequeo o revisión médica, en el caso de que aún no se lo haya realizado.
- ✦ Brindemos el apoyo necesario para garantizarle su derecho a continuar asistiendo a sus clases regularmente, contar con las adecuaciones curriculares necesarias, evaluaciones adecuadas. Flexibilicemos los permisos y espacios que requiera para que pueda asistir a sus controles de salud u otras necesidades propias del embarazo.



- ✦ Facilite su participación en las actividades académicas programadas preservando en todo momento su bienestar.
- ✦ Garanticemos su matrícula en la modalidad, turno y centro educativo que estime conveniente, sin que medie ningún tipo de presión en este aspecto.
- ✦ Motivemos su permanencia en el centro educativo, generando un ambiente inclusivo, positivo y de solidaridad para la adolescente.
- ✦ Aseguremos que se cumplan sus derechos y que goce de las condiciones necesarias para cumplir con sus deberes académicos.
- ✦ Con su consentimiento programemos pequeños momentos antes o después de clase para expresarle muestras de cariño, dibujos alusivos a ella o al bebé, expresiones de estima, ánimo, confianza. Todo esto contribuye a fortalecer su confianza y autoestima.
- ✦ Dialoguemos con la estudiante sobre la importancia de prevenir un segundo embarazo y la importancia de mantener sus metas personales.
- ✦ Considere que en algunos casos un embarazo en adolescentes puede ser producto de un abuso sexual. Además del acompañamiento por estar embarazada, debemos seguir las pautas ante un caso de abuso sexual, por lo que se deben activar los mecanismos de protección integral, basados en el código de la niñez y la adolescencia (Código de la Niñez y la Adolescencia, 1998).
- ✦ Orientar a la familia la ruta a seguir en el caso que deba interponer una denuncia si el embarazo es consecuencia de abuso sexual. Podemos hacer uso del Protocolo de acompañamiento de las Consejerías de las Comunidades Educativas ante situación de estudiante adolescente embarazada.
- ✦ Aseguremos la coordinación con el Ministerio de la Familia y Ministerio de Salud para la derivación a la atención especializada durante su periodo de embarazo, al mismo tiempo orientemos a la familia para que acompañen con cariño este proceso. En el caso de que el embarazo sea producto de abuso sexual, garanticemos la orientación, apoyo y seguimiento a la familia para las coordinaciones con la Policía Nacional y el MIFAM.
- ✦ Promueva la participación de la madre, padre o tutor en los encuentros con madres y padres de familia que se realizan desde la Consejería de las Comunidades Educativas en cada centro de estudios.

- ✦ Elabore un plan de acción que contenga actividades orientadas a fortalecer el amor propio, el bienestar emocional y las relaciones armoniosas (ver Capítulo XIII. Plan de acción para el acompañamiento socioemocional).



En caso que el adolescente (futuro padre) estudie en el mismo centro educativo que la adolescente embarazada, la dirección le llamará para escucharle con atención y respeto, brindándoles a los dos el apoyo necesario. En caso que no confirme la situación, se llamará a la familia.

Brindemos el acompañamiento según lo requiera, promoviendo que ambos adolescentes continúen en el sistema educativo y orientando la identificación de alternativas para seguir adelante.

### **¿Qué debemos evitar cuando brindamos acompañamiento socioemocional en situaciones de embarazo en adolescente?**



- ✦ Expresiones moralistas o juicios de valor sobre su condición.
- ✦ Ahondar en detalles, sobre los hechos que la adolescente nos ha referido.
- ✦ Preguntar quién es el padre del bebé o pareja que la embarazó, si ella no lo menciona debemos respetar esa decisión.
- ✦ Sugerir como medida de solución una unión de hecho o matrimonio.
- ✦ Maternizar el trato hacia la adolescente. Es posible que no sea agradable para ella sentir que tiene un bebé en su vientre y que va a ser madre (llamarla futura mamá, mamita).
- ✦ Sobre involucrarnos y asumir un comportamiento paternalista y sobreprotector.



- ✦ Retirar a la adolescente del centro (MINED, Acuerdo Ministerial 217- 2006, 2006).
- ✦ Obligarla o promover el traslado al turno contrario o a otra modalidad educativa.
- ✦ Promover acciones discriminatorias que atenten contra la estudiante al momento de matricularse o durante el curso del año lectivo por razón de su estado civil o por estado de embarazo (MINED, Acuerdo Ministerial 217- 2006, 2006).

## IX. Acompañamiento socioemocional en situaciones de adicciones



### ¿Qué son las adicciones?

Es la dependencia fisiológica y/o psicológica a una o más sustancias psicoactivas legal o ilegal, provocada por el abuso en el consumo, dicha dependencia causa e incita de forma no saludable a la búsqueda ansiosa de la misma.

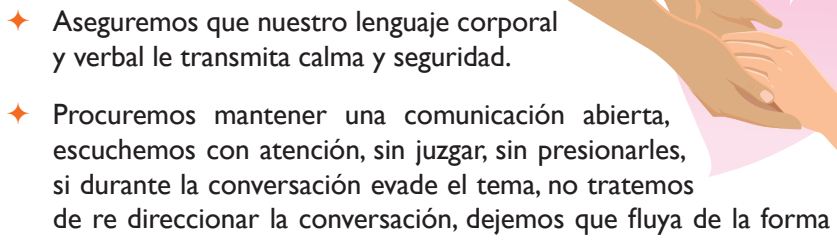
### ¿Qué es una adicción a las drogas?

La adicción a las drogas se define como: toda sustancia que, introducida en el organismo por cualquier vía de administración, produce una alteración, en la percepción, emociones, juicio y comportamiento de la persona y generan la ansiedad de seguir consumiéndola (Organización Mundial de la Salud, 2007).



### Pautas para el acompañamiento en situaciones de adicciones

- ✦ Valoremos la necesidad de que la o el estudiante pueda necesitar atención médica en caso de que detectemos que está consumiendo cualquier tipo de droga o está bajo los efectos de esta.

- 
- ✦ Aseguremos que nuestro lenguaje corporal y verbal le transmita calma y seguridad.
  - ✦ Procuremos mantener una comunicación abierta, escuchemos con atención, sin juzgar, sin presionarles, si durante la conversación evade el tema, no tratemos de re direccionar la conversación, dejemos que fluya de la forma que él o ella lo está manejando.
  - ✦ Evitemos gestos impacientes, de desaprobación o incomodidad. Hagámosles sentir que puede expresar en libertad y sin presiones sus sentimientos y emociones.
  - ✦ Evitemos que nos perciba únicamente desde un rol disciplinario.
  - ✦ Enfaticemos nuestro interés de apoyarlo y acompañarlo, que perciba nuestra disposición.
  - ✦ Evitemos centrarnos en el problema de la adicción como el foco principal, no perdamos de vista que la conducta de consumo de drogas es el resultado de muchos factores personales, familiares y sociales.
  - ✦ Motivémosles a mantener sus hábitos de cuidado e imagen corporal.
  - ✦ Identifiquemos en conjunto con él o ella los recursos positivos con los que cuenta a nivel personal, familiar y de su entorno como las fortalezas que les pueda ayudar en su recuperación.
  - ✦ Motivemos su participación en actividades saludables de ocio y tiempo libre, en ambientes saludables, evitando personas y lugares de riesgo, ofreciéndoles alternativas de acuerdo a sus intereses, tales como; deporte, arte, cultura u otras actividades de apoyo en la comunidad.
  - ✦ Generemos un espacio donde puedan compartir sus preocupaciones, desahogarse, expresar sus emociones y sentimientos para ayudarles a tranquilizarse.
  - ✦ Facilitemos información sobre las consecuencias del consumo de drogas, sus efectos a corto y largo plazo.
  - ✦ Motivémosles a participar en espacios de reflexión sobre la importancia de una vida libre de drogas.

- ✦ Brindemos información a la familia acerca de la importancia del apoyo a su hija o hijo, así como los riesgos en los que podría incurrir más adelante si no atendemos tempranamente esta situación, en caso de que lo requiera (podemos hacer uso del Protocolo de acompañamiento de Consejería de las Comunidades Educativas en situaciones de uso, consumo de drogas).
- ✦ Mantengamos comunicación permanente con la familia, brindémosles apoyo socioemocional, compartámosles la importancia de expresar afecto a su hija o hijo, que lo haga sentir querido, apreciado, aceptado, haciendo uso de una disciplina positiva, educando con ternura, cariño y respeto.
- ✦ Facilitemos información a la familia (preventiva y educativa sobre el abuso de sustancias legales e ilegales), hagamos una selección de materiales que pueda servirle de apoyo y motivémosles a participar en los encuentros con madres y padres de familia que se realizan desde las Consejerías de las Comunidades Educativas en los centros de estudio.
- ✦ Refiramos a la Policía Nacional (Asuntos Juveniles) y Ministerio de Salud para la atención especializada en caso de que lo amerite.
- ✦ Fortalecer las coordinaciones del Sistema de Bienestar Social (Policía Nacional, Ministerio de la Familia, Ministerio de Salud) con el propósito de brindar un acompañamiento integral.
- ✦ Elabore un plan de acción que contenga actividades orientadas a fortalecer el amor propio, el bienestar emocional y las relaciones armoniosas (ver Capítulo XIII. Plan de acción para el acompañamiento socioemocional).

## ¿Qué debemos evitar cuando brindamos acompañamiento socioemocional en situaciones de adicción?

- ✦ Centrarnos más en la adicción que en las formas en que puede salir de esa situación y dejar de consumir.
- ✦ Valorar su proceso en base a un libro de acta donde el estudiante a firmado en reiteradas ocasiones compromisos que no están en su condición de cumplir por el problema de adicción.
- ✦ Juzgarlo, menospreciarlo, llamarlo débil, violentarle sus derechos, usar palabras que dañen su integridad emocional Arto. 14 del Código de la Niñez y Adolescencia.
- ✦ Hacer caso omiso cuando nos expresan que está consumiendo cualquier tipo de droga.
- ✦ Exponerlos frente a sus compañeras y compañeros de clase.
- ✦ Retirarlo del centro educativo (Educación, 2011).
- ✦ Comprometernos con medidas o decisiones que no están a nuestro alcance.
- ✦ Expresar dudas o hacer ironía acerca de los esfuerzos que la persona está realizando para no consumir.
- ✦ Expresar verbal o corporalmente algún desacuerdo o rechazo a lo que se nos está compartiendo.
- ✦ Hacer deducciones o hipótesis prematuras de la situación.
- ✦ Asumir una actitud paternalista o sobreprotectora.



## X. Acompañamiento socioemocional en situaciones de ideas e intentos suicidas y suicidio



### Idea suicida:

Pensamiento recurrente de quitarse la vida. Generalmente no se expresa una intención de forma explícita o concreta, pero sí la idea persistente. La persona constantemente piensa, planea o desea cometer suicidio, lo que puede ser o no manifestado (por ejemplo, expresarlo por escrito, a través de dibujos), a veces imaginando un plan o método concreto para realizarlo (Prevención del suicidio: un instrumento para docentes y demás personal institucional Organización Mundial de la Salud (OMS), 2001).

### Intento suicida:

Toda acción auto infligida con el propósito de quitarse la vida, no logrando su objetivo. Puede variar en gravedad dependiendo del grado de intención. Se diferencia de la ideación suicida en que en este caso se agrega la intención explícitamente. La persona planifica del cómo, cuándo y dónde, se hará daño sin pasar al acto... (Prevención del suicidio: un instrumento para docentes y demás personal institucional. Organización Mundial de la Salud, 2001).

### Suicidio:

La acción de quitarse la vida, de forma intencionada con evidencia implícita o explícita. Generalmente la persona percibe este acto como la mejor solución a sus problemas.

Cada una de las situaciones referidas es el reflejo de una afectación emocional resultado de diferentes vivencias, que debemos atender oportunamente.

## ***Pautas para el acompañamiento en situaciones de ideas e intentos suicidas y suicidio***



- ✦ Al momento de abordar esta situación, asegurémonos que se encuentre estable físicamente.
- ✦ Promovamos un acercamiento, abierto, afectivo, sin juicios, es importante un lenguaje corporal, afectivo, de cariño y ternura en todos los momentos.
- ✦ Permitamos que compartan su versión de lo vivido, sus sentimientos, dudas, temores.
- ✦ Comuniquemos oportunamente a la familia, en el caso de que no se haya compartido previamente la situación.
- ✦ Motivemos siempre a la madre, padre o tutor acerca de la importancia de expresar afecto a su hija o hijo, que lo haga sentir querido, apreciado y aceptado tal como es.
- ✦ Orientemos a la familia tomar medidas para disminuir los riesgos, alejando los objetos que pudieran ser utilizados para hacerse daño.
- ✦ Proporcionemos información preventiva y educativa, tanto impresa como sugerencias de sitios y páginas web recomendadas y validadas que le puedan ayudar.
- ✦ Prioricemos el contacto frecuente con la familia, sin llegar a que se sienta presionada.
- ✦ Evitemos el riesgo de que estas ideas permanezcan ocultas. Expresemos la importancia de que compartan sus sentimientos y emociones con las personas con quien tenga mayor confianza.
- ✦ Propiciemos espacios o momentos de diálogo que contribuya a su bienestar emocional, ayudémosles a fijarse metas sencillas, pequeñas y claras para poder lograrlas, elaboremos en conjunto un mapa de situaciones o cosas sencillas, positivas que puedan estar sucediendo a su alrededor.

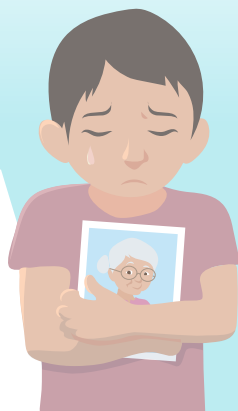


- ✦ Promovamos su participación en espacios de reflexión, en los que también pueda expresarse y compartir su sentir.
  - ✦ Orientar al docente y a la familia para que estén alertas a las señales ante un nuevo evento de intento o suicidio.
  - ✦ Derivemos de inmediato a la atención especializada, realizando las coordinaciones necesarias con el Ministerio de Salud y Ministerio de la Familia.
- 
- ✦ Brindemos seguimiento a la atención especializada, motivándoles a que asistan a las citas establecidas y solicitando que presenten el soporte requerido, respetando la integridad de la persona en todo momento.
  - ✦ Solicitemos a las personas que brindan atención especializada que nos compartan recomendaciones para acompañar socioemocionalmente desde el centro educativo.
  - ✦ Elabore un plan de acción que contenga actividades orientadas a fortalecer el amor propio, el amor a la vida y el buen uso de tiempo libre (ver Capítulo XIII. Plan de acción para el acompañamiento socioemocional).

### ***¿Qué debemos evitar cuando brindamos acompañamiento socioemocional en situaciones de ideas e intentos suicidas y suicidio?***

- ✦ Minimizar y poner en duda sus emociones, desafiar sus ideas suicidas.
- ✦ No dar credibilidad y asumir una actitud indiferente.
- ✦ Entrar en pánico.
- ✦ Dejarle solo por mucho tiempo, luego de una crisis o ante señales que dan indicio de posibles ideas o intento suicida.
- ✦ Dejar de informar a la familia y a la dirección del centro sobre la situación.

# XI. Acompañamiento socioemocional en situaciones de duelo



## ¿Qué es el duelo?

El duelo es un proceso natural que sigue después de la pérdida significativa de una persona, una relación, un objeto o una situación, que afecta nuestras emociones y comportamientos (2002, citado en Cruz 1989).

A pesar del sufrimiento que conlleva, el duelo es normal y nos permite reestablecer el equilibrio.

## Fases del duelo

Según Bowlby, existen cuatro fases del duelo, que estarán en dependencia de la relevancia de la pérdida y de la capacidad de adaptación que tenga la persona ante la nueva situación.

1

### Confusión

Se caracteriza por un estado de confusión, enojo y la no aceptación de la pérdida. Puede durar un momento o varios días y la persona que experimenta el duelo puede recaer en esta fase varias veces a lo largo del proceso del duelo.

2

### Anhelos y búsqueda

Es un periodo de intensa tristeza, caracterizado por desesperación y pensamientos permanentes sobre la pérdida de la persona, relación, objeto o situación. Puede durar varios meses e incluso años de una forma disminuida.

3

### Desorganización y desesperanza

La realidad de la pérdida comienza a establecerse, la persona se muestra indiferente, suele experimentar pérdida o aumento de peso y sensación de que la vida ha perdido sentido.

4

### Reorganización

Es una etapa en la que comienzan a aceptar los aspectos más dolorosos de la pérdida y empieza a reincorporarse a las diferentes actividades, esta pérdida se recuerda ahora con una sensación combinada de alegría y tristeza.

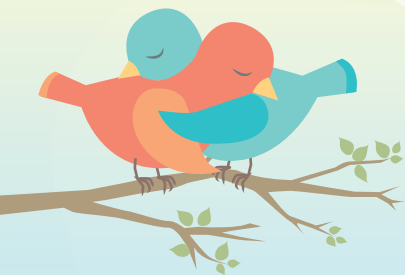


## ***Pautas para el acompañamiento socioemocional en situaciones de duelo***

- ✦ Brindemos el espacio para que puedan expresar sus emociones y compartir sus sentimientos, motivándoles a que identifique a una persona de su confianza con quien pueda y desee hablar, esto ayudará que poco a poco logre un estado de mayor serenidad.
- ✦ Acerquémonos con ternura, cariño, solidaridad, actitud de apertura, respeto y confianza; que sienta que comprendemos su pérdida y sentimientos.
- ✦ Permitamos que viva su duelo a su ritmo, sin ejercer ningún tipo de presión, ya que la recuperación del duelo es un proceso personal y está muy relacionado con los apoyos con que cuenta, así como el nivel de relación afectiva con la persona, relación, objeto o situación. Evitemos hacer comparaciones con otras personas que han vivido esta situación.
- ✦ Motivemos a que recuerde con cariño a esa persona, relación, objeto o situación que ya no está, así como; las anécdotas bonitas y positivas vividas, sus recuerdos significativos, sus momentos de alegría y de tristeza compartidos.
- ✦ Fortalezcamos sus recursos personales para aprender a vivir sin lo que ha perdido y adaptarse a esa nueva situación. Estemos pendiente de que mantenga sus rutinas diarias o actividades escolares y motivémosles a retomar sus intereses y círculos de amistades.
- ✦ Promovamos la empatía y la solidaridad entre sus compañeras y compañeros en fechas especiales y significativas para la persona que ha tenido la pérdida.
- ✦ Estemos atentos a las reacciones emocionales (llanto incontrolable, decaimiento, tristeza, entre otros) que puedan empeorar la situación para referirlo a la atención especializada.



- ♦ Mantengamos una comunicación permanente con la familia, enfatizando la importancia de su apoyo y compromiso para ayudar a su ser querido en esta situación. Recordémosles que estén atentos a señales como; mucha tristeza, llanto frecuente o aislamiento.
- ♦ Enfatizamos a la familia la importancia de mantener una comunicación afectiva, cercana, con su ser querido. Tener presente en esta comunicación diaria las expresiones de cariño y ternura.
- ♦ Promover la participación de la familia en los encuentros de madres y padres de familia que se realizan desde las Consejerías de las Comunidades Educativas en los centros de estudio.
- ♦ Derivemos la situación al Ministerio de Salud para la atención especializada, en caso de que se requiera.
- ♦ Solicitemos a las personas que brindan atención especializada que nos compartan recomendaciones para acompañar socioemocionalmente desde el centro educativo.
- ♦ Elabore un plan de acción que contenga actividades orientadas a fortalecer el amor propio, el amor a la vida, el establecimiento de planes de vida (ver Capítulo XIII. Plan de acción para el acompañamiento socioemocional).



## ¿Qué debemos evitar cuando brindamos acompañamiento socioemocional en situaciones de duelo?



- ✦ Minimizar el sufrimiento de la persona que ha tenido la pérdida.
- ✦ Recomendar calmantes o medicamentos que no sean prescritos por un médico para contener la angustia o estado de tristeza.
- ✦ Utilizar frases como: “Ya ha pasado mucho tiempo”, deberías enfocarte en otras cosas. Él o ella no quiere que estés así.
- ✦ Tratar de alegrar a la persona que ha tenido la pérdida haciendo bromas o chistes fuera de lugar que lo pueden hacer sentir incómodos.
- ✦ Impedirle que nombre a la persona, relación, objeto o situación de la que ha tenido la pérdida que ahora le falta.
- ✦ Interrumpir cuando están expresando sus emociones (ofrecerles agua cuando están llorando o usar frases como; tranquilo, no llores, ya pasó).

## XII. Acompañamiento socioemocional en situaciones de violencia



### ¿Qué es la violencia?

La Organización Mundial de la Salud define la violencia como: “el uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho, o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones” (1996). Se considera un problema de salud pública y constituye una grave violación de los derechos (Resolución 67.15, de 2014, OMS).

Las investigaciones confirman que el maltrato infantil puede ocurrir en casi todos los espacios de la vida cotidiana de los niños, niñas y adolescentes: el hogar, la escuela, la comunidad y las instituciones. Sin embargo, se ha establecido que la mayoría de las situaciones de abuso ocurren en el seno familiar (Barudy, 1998).

### Tipos de violencia



#### Física

Toda acción intencionada que provoque un daño físico.



#### Sexual

Acción intencionada de carácter sexual con o sin contacto.



#### Psicológica / emocional

Todas aquellas formas de violencia constante mediante el maltrato verbal o no verbal con el propósito de atemorizar, humillar, intimidar y someter.



## Negligencia

Tipo de violencia que se considera de manera particular en niñas, niños, adolescentes y adultos mayores, referida al abandono, despreocupación u omisión ante sus necesidades básicas. Puede ser: física, médica, o emocional.

### *Pautas para el acompañamiento en situaciones de violencia*

- ✦ Busquemos un lugar apropiado que le genere confianza para que comparta con libertad sus emociones y sentimientos, escuchemos de manera atenta, respetuosa, sensible, solidaria y con ternura. Respetemos sus pausas y momentos de silencio.
- ✦ Aseguremos que se sienta protegido en su intimidad.
- ✦ Comuniquemos el apoyo que va a recibir por parte de la dirección del centro educativo.
- ✦ Expliquemos con mucha sensibilidad que la situación no debe ser causa para sentir vergüenza, ni culpa, enfatizando la importancia de hablar sobre su situación vivida.
- ✦ Escuchemos con respeto el curso de su relato, no señalemos, ni hagamos mención a contradicciones que puedan observarse al momento de describir la situación vivida y expresémosles que no dudamos de su relato.
- ✦ En caso de que la persona quiera comunicarle a su familia o persona de confianza su situación, permitámosles que lo haga, inclusive si la violencia viene del hogar.
- ✦ Escuchemos y tomemos en cuenta su opinión respecto a lo que



desea hacer frente a la situación de violencia que le está afectando. Procuremos realizar preguntas como: ¿cómo te sientes en este momento?; ¿necesitas algo en que te pueda apoyar?; ¿en qué crees que te puedo ayudar?, ¿qué has pensado sobre lo que pasó? Este tipo de preguntas le da libertad de expresarse sin la presión de centrarse en el problema.

- ♦ Aseguremos las gestiones necesarias para el acompañamiento pedagógico que faciliten su permanencia, promoción escolar y continuidad educativa.
- ♦ Identifiquemos los recursos positivos que pueden disponerse para ayudarles en esta situación que están viviendo.
- ♦ Compartamos con la familia lo observado y establezcamos una comunicación fluida y permanente, mediante visita a los hogares, llamadas telefónicas, correos electrónicos, entre otros.
- ♦ Invitemos a la familia a participar en los encuentros con madres y padres de familia realizados por la Consejería de las Comunidades Educativas en los centros de estudio.
- ♦ Motivemos siempre a la familia a expresarles afecto, ternura y amor, que lo haga sentir querido, apreciado y aceptado tal como es.
- ♦ Proporcionemos información preventiva y educativa a la familia, tanto impresa como sugerencias de sitios y páginas recomendadas y validadas que le puedan ayudar.



- ♦ Orientemos acerca de los pasos a seguir al interponer la denuncia ante la Policía Nacional, a fin de garantizar la restitución de sus derechos.
- ♦ Orientemos a la familia acerca de la ruta y procedimientos a seguir para la atención especializada con el Ministerio de la Familia, Ministerio de Salud y Policía Nacional.
- ♦ Elabore un plan de acción que contenga actividades orientadas a fortalecer el amor propio y las relaciones armoniosas (ver Capítulo XIII. Plan de acción para el acompañamiento socioemocional).



## ¿Qué debemos evitar cuando acompañamos socioemocionalmente situaciones de violencia?



- ✦ Minimizar la situación de violencia.
- ✦ Centrar el acompañamiento a la búsqueda de culpables y descuidar el apoyo socioemocional.
- ✦ Emitir juicios sobre la situación.
- ✦ Imponer ideas y creencias religiosas para resolver la situación.
- ✦ Dar falsas esperanzas.
- ✦ Recomendar calmantes o medicamentos que no sean prescritos por un médico para contener la angustia o estado de tristeza.
- ✦ Dejar de informar a la familia y a la dirección del centro sobre la situación.
- ✦ Hacer preguntas de naturaleza íntima, inducir temas sobre la situación que pudieran incomodar o lastimar.
- ✦ Revictimizar a la niña, niño, adolescente, joven, su familia o cualquier integrante de la comunidad educativa.
- ✦ Insistir en información que no desea proporcionar.
- ✦ Preguntar detalles a los que no se ha referido o sobre señales físicas observadas.
- ✦ Pedirle que muestre señales físicas que no se observan (tomar fotos); preguntar sobre el agresor, entre otros.
- ✦ Enfatizar en expresiones de venganza o de reproches, esto no ayuda, ya que puede provocarle mayor ansiedad.
- ✦ Dejarnos llevar por expresiones llenas de mitos ante la violencia, que manifiestan culpa hacia la mujer y aprobación ante el acto violento y de dominación del hombre.



### **XIII. Plan de acción para el acompañamiento socioemocional**

El acompañamiento socioemocional requiere de un plan de acción que oriente la ejecución de actividades desde el centro educativo como parte del acompañamiento integral. Se trata de una programación con indicaciones generales de manera que pueda adaptarse de forma flexible de acuerdo a las características y necesidades de cada una de las situaciones identificadas y recursos del centro educativo. Este plan estará dirigido a la comunidad educativa que esté relacionada con la situación.

En este plan se debe hacer énfasis en las acciones coordinadas, ya que esto contribuirá a que sea sostenible el proceso de acompañamiento, además se tiene que promover la participación de la familia en la planificación, ejecución y evaluación de las acciones, así como la de los otros integrantes de la comunidad educativa. Es importante además la derivación a la atención especializada, complementaria, que nos ofrecen las otras instituciones que integran el sistema nacional de bienestar social.

Una vez que elaboremos el plan, asegurar su implementación y seguimiento, para esto se sugiere realizar reuniones quincenales o mensuales que permitan evaluar los avances y desafíos. Recordemos siempre remitir estos avances a las instancias correspondientes mediante un informe.

## Ministerio de Educación

### Plan de acción para el acompañamiento socioemocional

Departamento:

Municipio/Distrito:

Nombre del centro educativo:

Fecha de elaboración:

Objetivo General:

No.	Objetivo de la Acción	Acciones	Pasos a Seguir	Recursos	Fecha de Inicio	Fecha de finalización	Responsable	Participantes	Observaciones

## **Instructivo para el llenado del formato del plan de acción para el acompañamiento socioemocional**

**Departamento:** escribir el departamento al que pertenece el centro educativo.

**Municipio / Distrito:** escribir el Municipio o Distrito al que pertenece el centro educativo.

**Nombre del centro educativo:** escribir el nombre del centro educativo que implementará el plan de acción.

**Fecha de elaboración:** anotar el día, mes y año en que se elabora el plan de acción.

**Objetivo General:** describir el propósito de la implementación del plan, este tiene que detallar la situación a la que se le brindará acompañamiento.

**Nº:** enumerar con número ordinal la cantidad de acciones que se van a desarrollar.

**Objetivo:** describir el objetivo de la acción que realizaremos.

**Acciones:** describir las actividades que realizaremos para cumplir el objetivo general, esta tiene que estar en correspondencia con la situación que se acompaña, las necesidades del centro educativo y comunidad, debe incluir a todos los integrantes de la comunidad educativa, tiene que contener acciones formativas, educativas y que estén orientadas a la reflexión e interiorización de temas específicos que aporten a afrontar con actitud positiva la situación, la promoción de valores de solidaridad, respeto y tolerancia, también se puede incluir actividades recreativas si la situación identificada lo requiere, por ejemplo en adicciones o acoso escolar. **Recordemos que, en situaciones de abuso sexual, violencia, ideas o intento suicida, suicidio o duelo, no implementaremos acciones recreativas.**

En caso de situaciones de suicidio es necesario que también realicemos acciones preventivas orientadas al resto de la comunidad educativa.

También, es importante que se detallen acciones en coordinación el MINSA, MIFAM, Policía Nacional - Asuntos Juveniles, Alcaldía, MINJUVE, FES, MINIM, así como líderes comunitarios o religiosos u otros protagonistas de la comunidad con el propósito de brindar acompañamiento integral.

La participación de la familia en acciones específicas contribuirá al bienestar emocional, ya que son el principal apoyo para los protagonistas.

Otro aspecto para tomar en cuenta es que algunas acciones estarán orientadas a protagonistas específicos (por ejemplo; por grado, turno o dirigida a madres y padres de familia o docentes) entre otras que se desarrollarán con toda la comunidad educativa que esté relacionada con la situación.

Además, deberemos incluir el seguimiento a la atención especializada como parte del acompañamiento.

**Pasos a seguir:** describir el cómo realizaremos las acciones, partiendo desde la planificación hasta su ejecución, detallaremos paso a paso el desarrollo de estas, esto nos ayudará a orientarnos al momento de implementarlas.

**Recursos:** anotar los materiales, medios y recursos que requerimos para el desarrollo de las acciones.

**Fecha de inicio:** anotar el día, mes y año en que dará inicio la acción.

**Fecha de finalización:** anotar el día, mes y año en que finalizará la acción.

**Responsables:** escribir los nombres y apellidos de la o las personas que aseguran el desarrollo de la actividad.

**Participantes:** escribir los protagonistas a quien va dirigida la acción; estudiantes (definir grado), madres, padres de familia o tutores, docentes o personal administrativo.

**Observaciones:** describir si se contará con el apoyo de otros protagonistas, instituciones o líderes, así como los imprevistos que surgieron en el desarrollo de la acción, ejemplo; reprogramación de fechas, cambios en los responsables, ausencia de protagonistas o el incumplimiento del objetivo.

## XIV. Actividades sugeridas



A continuación, se integran a la guía algunas actividades que eventualmente pueden ser utilizadas como recursos de apoyo para generar la reflexión. Estas actividades pueden ser aplicadas y adaptadas de acuerdo a las características del grupo, exceptuando algunas que son muy específicas en su mayoría dirigida a temas transversales, relacionados con el reconocimiento de valores, emociones, sentimientos en su mayoría no requieren de muchos recursos, se pueden realizar en el aula o al aire libre.

A continuación, se describen las siguientes actividades:

1

*¡Me voy de viaje y a mi regreso deseo que...!*



**Situaciones que se pueden acompañar:** todas las situaciones



**Objetivo:** valorar la importancia de la solidaridad y la empatía ante diferentes situaciones de compañeras, compañeros de clase y amistades.



**Recursos:** cajita, trozos de papel, lápiz, espacio amplio para hacer un círculo, se puede poner música de fondo para algunos momentos (si se cuenta con ese recurso).



**Desarrollo de la actividad:** brindamos la bienvenida, generando un ambiente cálido, de tranquilidad que promueva la participación de manera activa.

Introduzcamos el tema haciendo referencia acerca de cómo en nuestras vidas hay momentos de felicidad, alegría, pero que igualmente hay etapas difíciles que tenemos que afrontar de manera positiva utilizando nuestras fortalezas y todo lo positivo que hemos aprendido de nuestra experiencia. Lo importante es poder contar con palabras de aliento, de ánimo, gestos de solidaridad, cariño y ternura en esos momentos tristes y de confusión.



**Paso 1** Invitemos a sentarse en círculo y escribir de forma anónima en un trozo de papel una situación que están pasando o que afecte su bienestar emocional, luego doblar el papel y depositarlo en la cajita que se ubicará en el centro del círculo.

**Paso 2** Cada participante irá tomando un papel, lo leerá de manera individual y mediante la consigna: ¡Me voy de viaje y a mi regreso deseo que...! compartirá expresiones de ternura, cariño y empatía, dirigida a la persona que escribió su situación. Ejemplo: alguien escribe “Mi papá está en el hospital”, la persona que lee este mensaje brindará una frase positiva a esta persona: ¡Me voy de viaje y a mi regreso deseo que...te sientas mejor y que tu papá esté bien!

**Paso 3** Cuando todos hayan brindado su frase, agradecemos su participación. Solicitemos a dos o tres estudiantes que compartan:

- ✦ ¿Cómo te sentiste al leer la situación que está viviendo tu compañera o compañero?
- ✦ ¿Cómo te sentiste con la frase que recibiste de tu compañera o compañero?

Finalizamos la actividad haciendo énfasis en la importancia de brindar expresiones de afecto, ternura y cariño a los demás, ya que esto nos hará sentirnos bien con nosotros mismos y daremos ánimo y fortalezas a los demás.

## 2 Galería de la autoestima



**Situaciones que se pueden acompañar:** todas las situaciones



**Objetivo:** fortalecer la autoestima de niñas, niños, adolescentes y jóvenes, mediante el reconocimiento de cualidades y fortalezas.



**Recursos:** hojas blancas, marcadores.



**Desarrollo de la actividad:** iniciamos con una breve introducción sobre la importancia de conocernos y valorarnos, reconocer las diferencias que podemos tener respecto a otros compañeros y compañeras, aceptar esa diferencia como algo que nos hace ser únicos, especiales... Todos podemos tener características que nos hacen diferentes y otras que nos hacen parecidos.

**Paso 1** Cada participante escribe su nombre y se dibuja en una hoja de papel, se le dice que se fije en sus rasgos y características principales que los hace únicos. Cuando terminen orientamos que peguen su hoja en un lugar visible.

**Paso 2** Orientémosles que se levanten y escriban una palabra o frase positiva donde están dibujadas las otras personas.

**Paso 3** Cada participante retirará su hoja, leerá lo que han escrito sobre ella o él y de manera voluntaria compartirá como se siente al recibir esas frases o palabras positivas.

Se concluye haciendo un breve resumen de la actividad, lo valioso de poder reconocernos, apreciar nuestras cualidades y expresarlas. Poder escuchar cómo nos ven los demás. Decirnos cosas que nunca nos decimos.



### 3 Expresando mis emociones



**Situaciones que se pueden acompañar:** violencia, acoso escolar, ideas e intento suicida y suicidio.



**Objetivo:** facilitar la expresión de las emociones como una práctica positiva para el bienestar emocional.



**Recursos:** cartulina, marcador, pega, colores.



**Desarrollo de la actividad:** compartamos que las emociones son reacciones que experimentamos ante personas, situaciones, objetos, lugares, sucesos o recuerdos importantes, son reacciones espontáneas de corta duración.

Las emociones y sentimientos nos permiten tener conocimiento valioso sobre nosotros mismos, ya que representan una parte fundamental de nuestra identidad y nos sirven de guía para llegar a alcanzar la felicidad.

Si compartimos nuestras emociones, sean las que sean, nos sentiremos mejor y encontraremos ayuda en los demás. Recordemos que las emociones no son buenas ni malas, solo son reacciones ante determinada situación.

**Paso 1** Formar equipos de cinco personas, se puede dejar que lo hagan de forma libre, cada uno de los equipos se sienta en el suelo. Le solicitamos que tiren el dado (elaborarlo previo a la actividad), la persona que tenga el número mayor compartirá una situación que esté viviendo. De manera voluntaria otros pueden contar lo que está viviendo.



**Paso 2** Solicitemos que vuelvan a tirar el dado y en esta ocasión la persona que tenga el número más bajo compartirá una situación y la emoción que le generó esa situación.

**Paso 3** Brindemos un espacio para que compartan cómo se sintieron con la actividad

Finalicemos haciendo un breve resumen y reflexión sobre la importancia de reconocer como nos sentimos, como llamar a esas emociones y que hacemos ante ellas.

## 4 Juntas y juntos encontramos soluciones



**Situaciones que se pueden acompañar:** violencia, acoso escolar



**Objetivo:** reflexionar sobre la importancia de la convivencia sana y armoniosa para el bienestar emocional.



**Recursos:** hojas blancas, marcadores, papelógrafos.



**Desarrollo de la actividad:** introduzcamos el tema haciendo referencia de la importancia de que todos podamos aprender a manejar y resolver nuestras diferencias de manera pacífica, que nos permita llegar a entendimientos que sean positivos para todas las partes.

Compartamos que los conflictos forman parte de nuestra vida y podemos aprender de ellos, puede ser beneficioso para desarrollar una autoestima adecuada, ya que permite: fortalecer la capacidad de empatía, aprender a tomar decisiones, desarrollar la capacidad para enfrentarse a dificultades, aprender a negociar, escuchar y dialogar, desarrollar las habilidades sociales.



- Paso 1** Solicitémosles que citen algunas situaciones que ellos han observado o que se hayan visto involucrados donde se haya presentado un conflicto. Se seleccionan con ellos, las situaciones más frecuentes.
- Paso 2** Se forman grupos de tres personas, a cada uno se le asigna una situación de las mencionadas anteriormente para que la dramaticen.
- Paso 3** Luego de cada representación, de manera voluntaria compartirán como ellos hubieran solucionado el conflicto que observaron.

Finalicemos haciendo un breve resumen y reflexión, acerca de la importancia de reconocer como nos sentimos ante algunas situaciones y cómo reaccionar de forma positiva para no lastimar a nadie, ni salir lastimado, expliquemos que ante un conflicto tenemos que permitir que la otra parte exprese su punto de vista y encontrar una solución beneficiosa para ambos.

## 5 Aprendiendo a decir NO



**Situaciones que se pueden acompañar:** adicciones



**Objetivo:** identificar situaciones de presión de grupo y aquellas habilidades necesarias para decir No.



**Recursos:** dos o tres historias impresas, hojas blancas, marcadores



**Desarrollo de la actividad:** iniciamos la reflexión motivando acerca de la importancia de aprender a disfrutar cada momento sin olvidarnos de las consecuencias positivas o negativas que pueden tener nuestras decisiones. La capacidad de no dejarnos influenciar sobre algo que puede afectar nuestro bienestar físico o emocional.

- Paso 1** Solicitamos que elaboren una historia sobre una situación donde se haya sentido la presión de una o varias personas para hacer algo que afecte su bienestar físico o emocional y que hicieron para no caer en la presión del grupo.

Compartamos que existen diferentes tipos de presión:

**Presión amistosa:** nos aconsejan hacer algo BUENO.

**Presión burlesca:** nos inducen a lo MALO a manera de burla.

**Presión tentadora:** nos ofrecen algo argumentando satisfacción, bienestar, gusto.

**Presión amenazadora:** existe intimidación para hacer algo indebido.

**Paso 2** Posterior se les indica preparar un sociodrama representando la situación que elaboraron haciendo uso de una de las siguientes estrategias para NO ceder a la presión de grupo o amistades:

- ✦ Un firme, pero amistoso “¡No, gracias!”, cuando alguien pide que hagamos algo que no queremos, podemos decirle con amabilidad; No, gracias. En ocasiones esto es suficiente para resistir a la presión.
- ✦ Cambiar de tema. Ejemplo: “No, gracias. Oye, ¿qué piensas de esa prueba de ayer en la clase de estudios sociales?”
- ✦ Sugiera un cambio de plan. Ejemplo: “Que tal si mejor vamos a jugar algo de baloncesto en la escuela. ¿Qué piensas?”
- ✦ Di no repetidamente. Ejemplo; “¿Quieres ir al cumpleaños con nosotros? No, gracias. “¡Vamos, di que sí! Lo siento, no puedo. “Solo un rato” No, gracias.
- ✦ Y siempre está este recurso: “Mis padres me castigarían si hago eso y ellos siempre se enteran de todo”.



**Paso 3** Al concluir la actividad se hará un pequeño debate reflexivo con el grupo sobre las situaciones dramatizadas.

Finalicemos compartiendo que hay muchas formas de tener el control cuando nos enfrentamos ante diferentes presiones:

- ✦ **Evitemos la situación:** Sabemos cuáles son los lugares de riesgo, mantengámonos alejados, evitemos frecuentarlos.
- ✦ **Seamos selectivos con nuestras amistades:** frecuentemos amistades que aporten a nuestro bienestar y que no representen riesgos.
- ✦ **Alejémonos:** Si alguien nos propone hacer algo que nos puede afectar, digamos NO, y alejémonos de inmediato.
- ✦ **Ignoremos:** no tomemos en cuenta las propuestas que pueden afectarnos, hagamos como que no hemos escuchado.

## 6

## ¡Adiós y hola!



**Situaciones que se pueden acompañar:** embarazo en adolescentes (no aplica cuando no es producto de abuso sexual).



**Objetivo:** reflexionar sobre la importancia de la práctica de la responsabilidad en los diferentes momentos y etapas de la vida.



**Recursos:** hojas blancas, papelógrafos, marcadores.



**Desarrollo de la actividad:**

- Paso 1** Cada participante de forma individual contesta las siguientes preguntas:
- ✦ ¿Qué no tengo o hago ahora, que podía hacer cuando era niña o niño?
  - ✦ ¿Qué tengo, hago o puedo hacer ahora que no hacía o podía hacer cuando era niña o niño?

- Paso 2** Formemos grupos de tres personas, solicitémosles que se intercambien las hojas para reflexionar sobre lo que cada uno escribió. Ordenarán las cosas que se dicen repetidas, las que menos se dicen y aquellas con las que se identifican más.

- Paso 3** En la pizarra o en un papelógrafo dividimos dos espacios:

**A qué le digo adiós**  
(¿De qué se despiden?)

**A qué le digo Hola**  
(¿Qué reciben?)

- Paso 4** Solicitemos que de manera voluntaria pasen a exponer lo que reflexionaron en el grupo, otro estudiante va colocando las hojas que corresponden en cada ventana, mientras se promueve la reflexión grupal.

Finalicemos enfatizando en la importancia de asumir las responsabilidades que cada etapa de nuestra vida nos va planteando. En este caso la adolescencia, como asumirla con responsabilidad. Existen situaciones que son parte de la vida y que nos ayudarán a crecer y madurar, despedirse de algunas cosas y dar la bienvenida a otros desafíos con responsabilidad.

## 7 La caja de las soluciones



**Situaciones que se pueden acompañar:** acoso escolar, violencia.



**Objetivo:** fortalecer el protagonismo de estudiantes en la elaboración e implementación de actividades orientadas a la promoción de valores para la convivencia armoniosa.



**Recursos:** caja de cartón, música de fondo que cesa al sacar cada nota de la caja.

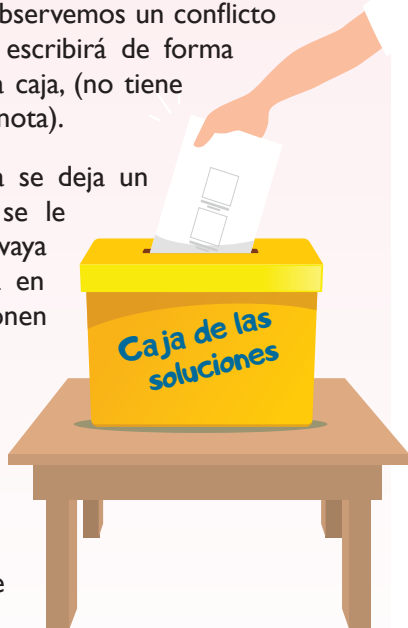


**Desarrollo de la actividad:** iniciamos expresándoles a los participantes que entre todos compartiremos que fue lo que no nos gustó de esta semana y cómo podemos ayudar a solucionarlo para mejorar. De esta manera todos participamos de la solución y evitamos que vuelva a suceder.

**Paso 1** Colocamos una pequeña caja con una ranura al centro, en un lugar visible del aula. Cuando observemos un conflicto en el aula o fuera de ella lo escribirá de forma resumida y lo introducirá en la caja, (no tiene que mencionar nombres en su nota).

**Paso 2** Dos o tres veces por semana se deja un espacio para abrir la caja y se le solicita a un estudiante que vaya sacando las notas, que las lea en voz alta y entre todos se proponen alternativas de solución.

**Paso 3** Cada día que abrimos la caja, hacemos un breve resumen sobre las diferentes alternativas sugeridas y la importancia de resolver pacíficamente los conflictos que se nos presentan a diario.



Finalizamos la actividad agradeciendo a todas y todos por su participación, motivándoles a continuar desarrollando acciones orientadas a la solución de conflictos de manera pacífica para contribuir a la convivencia armoniosa.

## 8 Conviviendo en armonía



**Situaciones que se pueden acompañar:** todas las situaciones



**Objetivo:** promover la reflexión sobre la importancia de contar con propósitos y metas en nuestra vida.



**Recursos:** espacio físico, dos objetos para esconder, música de fondo.



**Desarrollo de la actividad:**

**Paso 1** Iniciemos compartiendo la importancia de convivir en armonía para contribuir al bienestar y la tranquilidad. Seleccionemos a dos participantes del grupo y solicitémosles que salgan del aula.

**Paso 2** Al resto de participantes expliquémosles que esconderán un objeto con el objetivo de que los dos participantes que salieron lo encuentren.

**Paso 3.** Expliquemos al grupo que, al entrar el primer participante, entre más se acerque al objeto, le dirán la palabra NO.

**Paso 4.** Cuando entre el segundo participante, previamente se le explica al grupo que en el momento que el participante se acerque al objeto, le dirán la palabra SI, entre más se acerque, más fuertes lo dirán.

Se pueden invertir los roles de los participantes.

**Paso 5.** Preguntémosle a cada participante lo siguiente:

### Participante 1:

¿Cómo te sentiste cuándo decían NO cada vez que estabas cerca del objeto?

### Participante 2:

¿Cómo te sentiste cuándo decían SÍ cada vez que estabas cerca del objeto?

Para concluir se explica que la palabra NO, representan aquellas expresiones negativas que algunas niñas, niños, adolescentes y jóvenes reciben de sus compañeros, esto les hace sentirse mal con ellos mismo, les genera inseguridad, tristeza o miedo. En el caso de la palabra SI, representa las expresiones de respeto, ternura, cariño y solidaridad que nos brindan y que contribuye al bienestar emocional, la seguridad, les motiva a alcanzar su meta propuesta, aporta a la armonía en el aula y la sana convivencia en el centro educativo.

## 9 ¿Cómo me siento?



**Situaciones que se pueden acompañar:** acoso escolar, embarazo en adolescentes, duelo.



**Objetivo:** reflexionar sobre la importancia del reconocimiento de emociones y sentimientos para el bienestar emocional y la convivencia armoniosa.



**Recursos:** quince o veinte tarjetas con un sentimiento escrito en cada una.



### Desarrollo de la actividad:

- **Paso 1** Invitemos a que un estudiante tome una tarjeta, sin mirarla la muestre al grupo, entre todas y todos a través de gestos le harán saber cuál es el sentimiento escrito. Hagamos esto con tres o cuatro participantes.
- **Paso 2** Solicitemos la participación de tres o cuatro participantes para que tomen una tarjeta, lean el sentimiento escrito, a través de gestos harán saber al grupo el sentimiento. El grupo debe intentar adivinar el sentimiento escrito en la tarjeta.
- **Paso 3** Compartamos que nuestras emociones se manifiestan a través de expresiones corporales y gestos, a veces podemos decir que estamos bien pero nuestro cuerpo está brindando otro mensaje, sin decir nada.
- **Paso 4** Solicitémosles que dibujen en una hoja en blanco cómo se sienten (en caso de identificar a una niña, niño, adolescente o joven con emociones y sentimientos de tristeza, miedo o preocupación dediquemos un momento para conversar sobre lo que están sintiendo). De manera voluntaria compartirán sus dibujos.

Finalizamos agradeciendo su participación, hagamos énfasis en la importancia de expresar nuestras emociones y sentimientos para contribuir al bienestar emocional, recordémosles que si se sienten tristes o preocupados pueden recurrir a personas de confianza para compartir lo que sienten y piensan.

## 10 De acuerdo – en desacuerdo



**Situaciones que se pueden acompañar:** acoso escolar, violencia, violencia sexual.



**Objetivo:** afianzar sentimientos de respeto, tolerancia, resolución pacífica de conflictos y de no violencia.



**Materiales:** un espacio abierto, tarjetas con frases preelaboradas, tres letreros colgados, separados a varios metros de distancia, uno que diga DEACUERDO, otro EN DESACUERDO y otro NO ESTOY SEGURO.



**Desarrollo de la actividad:**

- **Paso 1** Introducimos explicando que leeremos una oración acerca de situaciones que se dan en la convivencia.
- **Paso 2** Cada participante, al escuchar la oración o frase, debe decidir lo que piensa sobre esta situación: De acuerdo, en desacuerdo o no estoy seguro. Cada participante deberá colocarse junto al letrero que exprese lo que piensa.

Luego de colocarse a la par de uno u otro letrero le dice al resto del grupo porque se colocó ahí.

Algunas frases propuestas pueden ser:

- ✦ Estoy convencido que solo yo tengo la razón.
- ✦ Dialogar es perder el tiempo...
- ✦ Si no entiende a las buenas va a entender a las malas.
- ✦ Es importante escuchar las opiniones de los demás, aunque sean diferentes a las mías.
- ✦ Si para que aprenda le tengo que pegar, pues ni modo
- ✦ Yo no le pego, solo le digo sus cuatro cosas delante de quien sea, eso no es maltrato.
- ✦ Esta bueno que le peguen.
- ✦ Con la violencia no resolvemos los problemas.
- ✦ Cada quien tiene que aprender a defenderse.
- ✦ Demostramos amor y respeto cuando escuchamos las opiniones de los demás.

**Paso 3** Cada vez que leamos una frase solicitamos a un participante que comparta su opinión del por qué se ubicó en ese lugar.

Solicite a un participante que explique sus opiniones. Estas opiniones o aportes pueden provocar que cada uno de los participantes se cambie de letrero. Si alguien se cambia de letrero nos explica a todo el grupo por qué hizo el cambio.}

Finalizamos agradeciendo a todas y todos por su participación, haciendo énfasis en la importancia de la toma de decisiones para la promoción de relaciones de respeto y convivencia sana.

## 11 El viaje de las chimbombas



**Situaciones que se pueden acompañar:** duelo



**Objetivo:** crear un espacio que permita a los estudiantes expresar emociones y sentimientos ante la pérdida del compañero o compañera de clases.



**Recursos:** chimbombas, hojas en blanco, lapiceros



**Desarrollo de la actividad:**

**Paso 1** Se le entregará una chimbomba a cada estudiante y una tira de papel en blanco. Solicitémosles que escriban el nombre de la persona que han perdido en la tira de papel y la introduzcan en la chimbomba sin inflarla.

**Paso 2** Orientémosles que formen un círculo, que inflen la chimbomba sin amarrarla y que en voz baja expresen sus sentimientos o lo que hubiesen deseado decirle a esa persona que han perdido, cuando hayan exteriorizado su sentir pueden amarrarla, luego la sostienen en sus manos y se les pide que lancen la chimbomba hacia arriba y se despiden.

Al finalizar se solicitan voluntarios que deseen compartir cómo se sienten.

Agradecemos a todas y todos por su participación y compartimos la importancia de la expresión de las emociones y sentimientos ante una pérdida y que afecta nuestro bienestar emocional.

## 12 La huella



**Situaciones que se pueden acompañar:** duelo



**Objetivo:** generar un espacio para la expresión de emociones y sentimiento relativos a la pérdida.



**Recurso:** pintura o acuarela de diferentes colores, hojas en blanco, papelógrafos.



**Desarrollo de la actividad:**

- **Paso 1** Invitémosles a los participantes a cerrar sus ojos por 5 minutos y traer a su mente los mejores momentos con la persona que ya no está, y que dejó huellas en cada uno de ellos.
- **Paso 2** Facilitemos pintura o acuarela de diferentes colores, y se les invita a hacer un mural donde cada uno dibuje su huella (dibujen el contorno de sus manos). El mural deberá tener en letra grande y con colores alegres el nombre de la persona que ya no está, también podrá poner una frase que resuma la huella que les dejó.
- **Paso 3** Reflexionemos sobre las siguientes preguntas:
  - ◆ ¿Qué es lo mejor que les dejó esa persona que ya no está?
  - ◆ ¿Cómo te sentiste al realizar la huella?

Finalizamos agradeciendo por compartir con el resto del grupo su huella y se les insta a retomar lo que esa persona nos dejó en momentos en que se sientan tristes.



## XV. Glosario

- ✦ **Afecto:** amor, cariño, estima o aprecio hacia alguien. Imprescindible en las relaciones humanas.
- ✦ **Afectividad:** conjunto de emociones y sentimientos que se configuran en un área esencial de la vida para desarrollar nuevos vínculos.
- ✦ **Agresión:** cualquier conducta que intenta dañar a otra persona, física o emocionalmente." La intención de dañar es el factor crucial.
- ✦ **Auto concepto:** percepción o imagen de uno mismo. Conjunto de pensamientos con los que nos describimos. No es innato, se forma a partir de sentimientos y experiencias.
- ✦ **Autoestima:** sentimiento de aceptación y aprecio hacia uno mismo, que va unido al sentimiento de competencia y valía personal. En qué posición nos colocamos en nuestra escala de afectos.
- ✦ **Emoción:** una reacción adaptativa, generalmente intensa y de corto plazo ante un estímulo externo (algo que veo, u oigo) o interno (pensamiento, recuerdo, imagen interna).
- ✦ **Entorno:** espacios físicos, sociales y culturales diversos en los que los niños y las niñas se desenvuelven e Interactúan.
- ✦ **Empatía:** capacidad de vivenciar el sentir de otra persona, de entender sus sentimientos y así lograr una mejor comprensión de su conducta.
- ✦ **Factores de riesgo:** circunstancias socioculturales, condiciones del entorno familiar, comunitario y características individuales, que en conjunción pueden incrementar la vulnerabilidad de niños, niñas y adolescentes.
- ✦ **Prevención:** estrategia de intervención social orientada a evitar un comportamiento que se considera nocivo o de riesgo.
- ✦ **Resiliencia:** se refiere a la capacidad de la persona para sobreponerse a períodos de dolor emocional y situaciones adversas.
- ✦ **Revictimización:** proceso (intencional o no intencional) por el cual se obliga a la víctima a recordar el hecho de violencia, repetición de interrogatorios, múltiples valoraciones o exámenes, afectando su dignidad y su sentido de privacidad.
- ✦ **Riesgo:** toda conducta que pone en peligro el desarrollo psicosocial del niño o adolescente.

## XVI. Bibliografía

- ✦ Alianza para la Protección y la Prevención del Riesgo Psicosocial en Niñas, niños, adolescentes y jóvenes, Guía para una Intervención Integral en Prevención de los Riesgos Psicosociales en NNA, Perú. 2011.
- ✦ Asamblea Nacional, Código de la Niñez y la Adolescencia, Consultado en octubre Nicaragua. 2014.
- ✦ Beristaín, Carlos M, Reconstrucción del tejido social: Un enfoque de la ayuda humanitaria, Icaria, Barcelona. 1999.
- ✦ Cussianovich. Ed. Ifejant, Educando desde una pedagogía de la ternura. Lima. 2005.
- ✦ Díaz Aguado, M, El acoso escolar y la prevención de la violencia desde la familia; Madrid.2006.
- ✦ Echeburúa, E., & Herrán Boix, A. ¿Cuándo el duelo es patológico y cómo hay que tratarlo? Análisis y Modificación de Conducta.2007.
- ✦ Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja Primeros auxilios psicológicos. Mexico.2008.
- ✦ Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, Basta de violencia: guía de orientaciones y recursos. Washington .2013.
- ✦ Fondo de Población de las Naciones Unidas. Violencia contra las niñas y las mujeres. Prioridad de salud pública. (1998).
- ✦ Funes Artiaga, J. Nosotros, los adolescentes y las drogas. 1990. Madrid, España.
- ✦ Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA), Cómo prevenir el uso de drogas en los niñas, niños, adolescentes y jóvenes y los adolescentes. Una guía con base científica para padres, educadores y líderes de la comunidad, 2a edición, Washington, 2004.
- ✦ Jove, R, Niñas, niños, adolescentes y jóvenes y adolescentes en duelo; Tratando... El proceso de duelo y de morir. Madrid, 2008.
- ✦ MIFAM. Manual de Sesiones de Acompañamiento Familiar: Modalidad Apoyo Psicosocial. Nicaragua. 2013.
- ✦ MIFAM. Programa Amor. Manual de Protocolo. Escuela en Valores. Nicaragua. 2015
- ✦ MIFAM. Programa Amor. Manual de Protocolo. Consejería a la Familia. Nicaragua. 2015.

- ✦ Ministerio de Salud. Guía para la Atención Integral de las y los Adolescentes. Normativa 095. Nicaragua, 2012.
- ✦ MINED, Juntas y juntos por la prevención del Abuso sexual, Consejería de las Comunidades Educativas, MINED, Nicaragua 2016.
- ✦ MINED, Guía de promoción de valores para la convivencia, el cuidado y la salud, Consejería de las Comunidades Educativas, MINED, Nicaragua, 2017.
- ✦ Organización Mundial de la Salud, 2002, Informe mundial sobre la violencia y salud, OPS, Washington, DC. 2002.
- ✦ OPS y OMS. Manual de Identificación y Promoción de la Resiliencia en Niñas, niños, adolescentes y jóvenes y Adolescentes. 1998.
- ✦ Organización Panamericana de la Salud, 2003, Informe Mundial sobre Violencia y Salud. Washington: Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud.
- ✦ OMS, 2000. Prevención del Suicidio. Un instrumento para Trabajadores de Atención Primaria.
- ✦ Save The Children, Manual sobre Primeros Auxilios Psicológicos para profesionales que trabajan con la niñez, Copenhague. 2013.
- ✦ UNICEF, Te suena familiar, Guía para la familia: Compartir responsabilidades en la crianza. Chile. 2007.
- ✦ World Visión y OMS, Primera Ayuda psicológica; Guía para trabajadores de campo. 2012
- ✦ World Visión, Escuela de Ternura para todos, Guía de facilitación. Nicaragua. 2018.



**World Vision**  
Por los niños

