



Nota de orientación de la Red Interagencial para la Educación en Situaciones de Emergencia sobre apoyo psicosocial: facilitando el bienestar psicosocial y la psicoeducación

Esta nota de orientación aborda la brecha que existe actualmente en las herramientas disponibles sobre el bienestar psicosocial para los educadores y profesionales que trabajan en contextos de crisis y emergencias. Alienta a los maestros, administradores educativos, padres, madres, ministerios y cualquier otro personal educativo a implementar, de manera intencional y coherente, acciones de apoyo psicosocial en la educación. Proporciona un enfoque integral para el apoyo psicosocial y la psicoeducación en entornos educativos durante y después de situaciones de emergencia. Y ofrece estrategias básicas y asesoramiento sobre la manera de integrar el apoyo psicosocial y la psicoeducación en proyectos educativos formales y no formales, consejos prácticos y ejemplos de actividades relacionados con su implementación en el marco de trabajo de los cinco ámbitos de las Normas Mínimas de la Red Interagencial para la Educación en Situaciones de Emergencia (INEE) (normas fundamentales, acceso y ambiente de aprendizaje, enseñanza y aprendizaje, maestros y otro personal educativo, y política educativa).

Organización

Red Interagencial para la Educación en Situaciones de Emergencia (INEE)

Autores

Zahirah McNatt, Dr. Neil Boothby, Dr. Mike Wessells, Rita Lo, Jo Kelcey

Fecha de publicación

Junio 29, 2018

Idioma de publicación

Español

link documento

Ver

Conceptos clave

Bienestar

Se define como una condición de salud holística y el proceso para alcanzarla. Hace referencia a la salud física, emocional, social y cognitiva. Tiene que ver con condiciones o experiencias vitales como: desempeñar un papel social significativo, sentirse feliz y esperanzado, vivir de acuerdo con los valores positivos del contexto, tener relaciones sociales positivas, estar en un ambiente de apoyo, hacer frente a los desafíos mediante el uso de habilidades positivas para la vida, y disponer de seguridad, protección y acceso a servicios de calidad. (Pág. 17)

Psicosocial

Se refiere a la relación dinámica y de influencia mutua entre la dimensión psicológica y la social de una persona. La primera incluye sus pensamientos, emociones, comportamientos, recuerdos, percepciones y entendimiento, y la segunda implica sus interacciones y relaciones con familia, compañeros y comunidad. (Pág. 17)

Apoyo psicosocial

Se refiere a los procesos y acciones que promueven el bienestar holístico de las personas en su mundo social y facilitan la resiliencia en individuos, familias y comunidades. Su objetivo es ayudar a las personas a recuperarse y mejorar su capacidad para volver a la normalidad después de vivir una crisis/acontecimientos adversos. (Pág. 17)

Psicoeducación

Es un componente importante en el área del apoyo psicosocial, una práctica y proceso pedagógico que busca fomentar la adquisición de competencias y cualidades como: autoconciencia, destreza emocional, resiliencia, agencia, persistencia, motivación, compasión, aptitudes relacionales y sociales, comunicación efectiva, escucha activa, autoestima, autoconfianza, respeto y autorregulación. (Pág. 17-18)

Resiliencia

Es un concepto que se relaciona y superpone al apoyo psicosocial. Se refiere a la capacidad de resistencia o adaptación que tiene un sistema, comunidad o individuo expuesto al peligro, usada para alcanzar y mantener un nivel aceptable de funcionamiento y estructura.

En otras palabras, es un proceso para gestionar y superar situaciones adversas, que depende de las estrategias de afrontamiento, las aptitudes para la resolución de problemas, la capacidad de buscar apoyo, la motivación, el optimismo, la fe, la perseverancia y el ingenio; y que ocurre cuando los factores de protección que respaldan el bienestar son más fuertes que los factores de riesgo que perjudican. (Pág. 18-19)

Modelo socioecológico

Es un marco para la comprensión de los aspectos relacionales y ambientales del apoyo psicosocial y de la psicoeducación. Este modelo, constituido por una serie de anillos superpuestos, pone al niño/a en el centro de un ecosistema en el que su bienestar, integrado por el desarrollo físico, cognitivo, social, espiritual y emocional, está influenciado por los siguientes niveles del ecosistema: el nivel interpersonal (familia, amistades y redes sociales), el de comunidad (relaciones entre organizaciones), el organizacional (organizaciones e instituciones sociales) y el del entorno y sus políticas habilitadoras (leyes nacionales, subnacionales y locales). De manera que, los anillos demuestran la manera en la que múltiples factores de riesgo y de apoyo pueden influir en el bienestar de las niñas, niños y jóvenes, por lo que su desarrollo sucede en el contexto de un sistema ecológico integral. A ese enfoque sincronizado entre varios niveles se le conoce como enfoque sistémico. (Pág. 19-20)

Aprendizajes

Promoviendo la incorporación del apoyo psicosocial en el ámbito de la educación

La exposición a la adversidad, a una crisis grave y prolongada, puede producir el deterioro permanente del aprendizaje, del comportamiento y de la salud (tanto física como mental) de niñas y niños,

especialmente si el apoyo psicosocial y la psicoeducación no se incorporan en los ámbitos educativos formales y no formales. Además, la consiguiente falta de desarrollo del aprendizaje y de habilidades expone a los jóvenes afectados a un futuro probable de desempleo, salarios bajos, estigmatización y a otras desventajas sociales y económicas. La incorporación de actividades prácticas de apoyo psicosocial y psicoeducación (que incluyen el apoyo entre iguales, los juegos

cooperativos, los ejercicios de regulación de las emociones, la representación de roles, los debates reflexivos, etc.) en las relaciones entre estudiantes y entre estudiantes y maestros puede mejorar la pertinencia y la calidad de la educación en contextos de crisis y emergencias.

Beneficios del apoyo psicosocial en la educación

Un apoyo psicosocial adecuado y bien diseñado pueden:

- Mejorar los procesos resilientes y mitigar las vulnerabilidades que las niñas, niños y adolescentes afrontan.
- Protegerlos de las consecuencias negativas de los desastres brindándoles rutinas estables y sensación de normalidad.
- Fomentarles la esperanza, reducirles el estrés y promover su autoexpresión y actitud colaborativa.
- Estimular su capacidad de sortear la adversidad, de recuperarse de las vivencias angustiantes, potenciando el desarrollo de sus habilidades sociales y emocionales.
- Favorecer su aprendizaje efectivo y el desarrollo de aptitudes que fortalecen el desempeño académico, logrando incidir en las perspectivas futuras.
- Brindarles oportunidades para jugar, crear lazos de amistad y vínculos de apoyo entre pares y con adultos, para potenciar habilidades interpersonales que servirán para conseguir una ecología social saludable, una resiliencia sostenible y un bienestar psicosocial. (Pág. 10-12,73)

Tipos de intervenciones

Niveles para abordar el bienestar de niñas, niños y jóvenes en tiempos de crisis

- **1. Servicios básicos y seguridad:** garantizar la educación para permitir el acceso a información que salva y sustenta vidas, para facilitar el acceso a otros servicios y necesidades fundamentales, y para favorecer la recuperación de rutinas y de sensaciones de normalidad.

- **2. Apoyos comunitarios y familiares:** generar vínculos entre la familia y los sistemas comunitarios para facilitar y fortalecer procesos de apoyo psicosocial y psicoeducación.
- **3. Apoyos específicos, no especializados:** comprender las necesidades específicas y adaptar actividades psicosociales (como el apoyo particular a grupos vulnerables de diversidad funcional) para atender el bienestar psicosocial.
- **4. Servicios especializados:** reconocer síntomas/situaciones más vulnerables y establecer mecanismos de derivación a servicios profesionales de salud mental (psicólogos, psiquiatras, otros). (Pág. 22,25)

¿Cómo pueden los maestro/as integrar los objetivos del apoyo psicosocial y la psicoeducación en actividades educativas?

- Respaldando el desarrollo de destrezas y conocimientos de los estudiantes a través de actividades que se centren en aptitudes de vida, estrategias de afrontamiento culturalmente adecuadas, habilidades vocacionales y técnicas de resolución de conflictos.
- Fomentando sentimientos de seguridad, confianza en los demás, autoestima y esperanza para el futuro para mejorar el bienestar emocional de niñas, niños y jóvenes.
- Promoviendo actividades en las que entablen relaciones con maestro/as, padres y compañeros; creen un sentido de pertenencia a una comunidad; accedan a roles socialmente adecuados y vuelvan a las tradiciones y actividades culturales para fortalecer el bienestar social de los estudiantes. (Pág. 21)

Estrategias

Estrategias para promover el bienestar psicosocial en la educación en contextos de crisis y emergencias

Las normas mínimas de la Red Interagencial para la Educación en Situaciones de Emergencia proporcionan un marco de trabajo comprensivo para incluir el apoyo psicosocial y la psicoeducación en todos los niveles del sistema educativo y en todos los aspectos educativos relacionados con la planificación, la preparación y la respuesta. (Pág. 28)

¿Cómo apoyar la promoción del bienestar psicosocial en los cinco ámbitos de las Normas Mínimas de la Red Interagencial para la Educación en Situaciones de Emergencia?

ÁMBITO 1. Normas Fundamentales

Análisis, respuesta y evaluación:

- Realice una evaluación diagnóstica oportuna de la situación de emergencia (cuantitativa y cualitativa), que recopile información tanto de las necesidades y habilidades de niñas, niños, adolescentes y maestros, como de las capacidades de la comunidad y los servicios disponibles de las instituciones (Demografía <edad, sexo, nivel de impacto>, relaciones clave, grupos vulnerables, riesgos potenciales, fortalezas, vacíos, recursos disponibles, socios/aliados).
- Garantice la desagregación de los datos para identificar y apoyar las necesidades y problemas psicosociales específicos de grupos vulnerables durante y después de una crisis (personas con discapacidad, niñas, mujeres jóvenes y minorías étnicas y religiosas).
- Efectúe procesos continuos y permanentes de análisis, monitoreo y evaluación para obtener información sobre los resultados de las estrategias de apoyo psicosocial, identificando cambios en la manera en la que las niñas, niños y jóvenes manejan la adversidad.

Participación comunitaria:

- Convoque la participación y colaboración de la comunidad en todas las etapas de la respuesta educativa en situaciones de emergencia, incluyendo la preparación, la respuesta y la recuperación. Su participación puede incrementar la conexión entre los

diferentes niveles de la ecología social y mejorar la relevancia, conveniencia y sostenibilidad de la respuesta a las necesidades.

Coordinación:

- Establezca mecanismos de coordinación con los sectores de salud y de protección para evaluar las necesidades y establecer respuestas de apoyo psicosocial e intervenciones pertinentes a las niñas, niños y jóvenes afectados. (Pág. 29-37)

Ejemplo práctico Ámbito 1.

(Ver páginas 34 - 36)

ÁMBITO 2. Acceso y ambiente de aprendizaje

Acceso igualitario a una educación de calidad:

- Identifique los diferentes riesgos a los que se enfrentan niños y niñas, y diseñe respuestas acordes con los mismos.
- Considere la idea de contratar asistentes para los maestros.
- Movilice a jóvenes voluntarios como estrategia para facilitar la gestión del aula y estrechar relaciones entre escuela y comunidad.
- Implemente el doble turno para disminuir el volumen de estudiantes y ofrecer espacio para actividades adicionales de bienestar psicosocial sin sacrificar el plan de estudios.
- Use espacios comunitarios informales para incrementar el acceso a la educación y la asistencia.
- Considere programas de educación acelerada para reincorporar estudiantes que han estado desescolarizados por mucho tiempo a causa de conflictos o crisis.

Entornos de aprendizaje protectores:

- Adopte estrategias que potencien la seguridad de los estudiantes.
- Use recursos temporales como los

espacios amigables con la niñez en los que las niñas, niños y jóvenes puedan adquirir habilidades académicas, sociales y emocionales a través de una educación interactiva (academia + recreación).

- Ofrezca actividades psicoeducativas adecuadas al contexto y a la situación específica de emergencia.
- Garantice actividades que promuevan una relación igualitaria entre los participantes.
- Fomente entornos inclusivos que potencien el bienestar psicosocial y la continuidad de la asistencia de los estudiantes.
- Establezca estrategias para evitar cualquier tipo de acoso, violencia o discriminación.

Instalaciones y servicios:

- Garantice instalaciones educativas que promuevan la seguridad y el bienestar de toda la comunidad educativa integrando personal de servicios sanitarios, nutricionales, psicosociales y de protección.
- Tenga en cuenta que los servicios no solo se deben brindar a estudiantes, también a docentes. (Pág. 38-46)

Ejemplo práctico Ámbito 2. (Ver páginas 43 - 45)

ÁMBITO 3. Enseñanza y aprendizaje

Planes de estudio:

- Integre los enfoques de apoyo psicosocial y psicoeducación en los planes de estudio existentes (formales y no formales), adaptándolos al contexto (desde el punto de vista cultural, social y lingüístico) y a las necesidades de los estudiantes en la situación de emergencia específica para fomentar el desarrollo efectivo de sus habilidades psicosociales, aptitudes relacionales y destrezas emocionales.

Capacitación, desarrollo y apoyo profesional:

- Capacite periódicamente a los docentes en técnicas que les permitan incorporar enfoques de apoyo psicosocial y psicoeducación en el manejo de sus clases y en la enseñanza del material académico, para fomentar entornos de aprendizaje seguros y de apoyo que fortalezcan el desarrollo físico, mental y emocional de los estudiantes, y favorezcan su autoestima y autoeficacia.

Procesos de enseñanza y aprendizaje:

- Fomente procesos pedagógicos centrados en el estudiante, participativos e inclusivos.
- Promueva el intercambio y el diálogo entre estudiantes. Como las interacciones de apoyo entre iguales, puesto que estas fortalecen su confianza, autoestima y autoeficacia.
- Implemente actividades que fomenten la autoexpresión positiva.
- Lleve a cabo intervenciones específicas de apoyo psicosocial y psicoeducación incorporando:
 - › Estrategias de afrontamiento que les ayuden a las niñas, niños y jóvenes a adaptarse.
 - › Juegos cooperativos que fomentan la cohesión social y la cooperación.
 - › Simulaciones de sensibilización social que promuevan la empatía y la comprensión.
 - › Ejercicios de visualización que lleven a los estudiantes a considerar sus metas para el futuro.
 - › Actividades centradas en el desarrollo de la autoconciencia que les ayuden a reflexionar sobre sus habilidades y a reconocer y gestionar sus propias emociones.

Evaluación de los resultados del aprendizaje:

- Diseñe e implemente evaluaciones que consideren la relación entre las intervenciones de apoyo psicosocial y psicoeducación, los indicadores generales de bienestar y los indicadores de rendimiento académico. (Pág. 47 - 59)

Ejemplo práctico **Ámbito 3.**
(Ver página 52)

ÁMBITO 4. Maestros y demás personal educativo

Apoyo y supervisión:

- Aborde las necesidades de los maestros en la situación de crisis/emergencia, evaluando su condición emocional y sus necesidades de apoyo psicosocial, y desarrolle un plan para favorecer su bienestar.
- Brinde a los maestros actividades de apoyo y supervisión adecuados (insumos materiales y financieros, apoyo entre pares y retroalimentación constructiva).

Contratación y selección:

- Garantice que las políticas de contratación, educación y capacitación del personal docente sean participativas, transparentes, equitativas e incluyentes, que respondan a su diversidad, que tengan en cuenta sus cualificaciones, intereses, aportes y necesidades distintos (considerando género, diversidad funcional, pertenencia étnica, condiciones de desplazamiento, entre otros factores).

Condiciones de trabajo:

- Establezca políticas, estrategias y mecanismos inclusivos, justos y participativos que prioricen el bienestar docente atendiendo a condiciones de trabajo oportunas (remuneración justa, prestaciones completas y acceso a servicios de salud y alimentación).
- Fomente redes de apoyo entre pares para favorecer la discusión de desafíos, frustraciones y soluciones creativas.
- Capacite a los docentes, de manera inclusiva y participativa, en sus campos de conocimiento específicos y en materia de

protección y respuesta a emergencias.
(Pág. 60 - 65)

Ejemplo práctico **Ámbito 4.**
(Ver página 64)

ÁMBITO 5. Política educativa

Formulación de leyes y políticas:

- Trace políticas dirigidas a proteger las necesidades emocionales de la niñez y la juventud, a fomentar su bienestar psicosocial y a crear las condiciones para un entorno protector.
- Considere el bienestar y desarrollo holístico de las niñas, niños y jóvenes a la hora de formular políticas, y diseñe e implemente programas educativos en tiempos de crisis para favorecer la durabilidad y reforzar el impacto significativo del apoyo psicosocial y la psicoeducación.
- Garantice el trabajo coordinado, desde un enfoque multisectorial, en la ejecución de los procesos de atención a las necesidades psicosociales de niñas, niños y jóvenes para favorecer respuestas efectivas y sostenibles que permitan mejorar su bienestar psicosocial y los resultados del aprendizaje.

Planificación e implementación:

- Involucre a todos los niveles de la ecología social en las intervenciones psicosociales y psicoeducativas (incluyendo el compromiso y liderazgo de las autoridades educativas) en pro de la consecución de una resiliencia sostenible.
- Prepare y planifique respuestas educativas que incorporen el apoyo psicosocial y la psicoeducación tanto en el plan de estudios y las metodologías de enseñanza, como en los programas de capacitación docente.
- Diseñe e implemente los planes de

preparación/prevención, atención y recuperación desde una perspectiva multisectorial, involucrando la participación de comunidades, agentes educativos, niñas, niños y jóvenes, autoridades gubernamentales, ONG y socios multilaterales.

- Considere planes de contingencia en las áreas propensas a sufrir crisis. (Pág. 66 - 71)

Ejemplo práctico Ámbito 5.
(Ver página 71)

Otros conceptos/Glosario

Protección:

Actividades enfocadas en el respeto a los derechos del individuo de acuerdo con los marcos normativos de los derechos humanos, el derecho internacional humanitario y sobre los refugiados, que abarcan intervenciones legales y actividades cotidianas para el bienestar de las personas durante emergencias y crisis. (Pág. 16)

Protección infantil

Acciones de prevención y respuesta ante el abuso, negligencia y violencia en contra de la niñez. Que refieren su derecho de vivir sin acoso, explotación sexual, violencia (por parte de compañeros, maestros u otro personal educativo), peligros naturales o peligros de violencia social (conflicto armado, minas, reclutamiento forzado). (Pág. 16)

Afrontamiento

Proceso de adaptación a una nueva situación de vida, de gestión de circunstancias difíciles, de esfuerzo para resolver problemas y/o tratar de minimizar, reducir o soportar el estrés o el conflicto (desarrollo, planificación y ejecución), y actuar para minimizar los impactos negativos y maximizar los impactos positivos de las políticas y programas educativos sobre los conflictos. (Pág. 75)

Primeros auxilios psicológico

Respuesta humana y solidaria a una persona que sufre y que necesita apoyo. Incluyen los siguientes temas: brindar cuidados prácticos y apoyo sin interferir; evaluar necesidades e inquietudes; ayudar a las personas a abordar las necesidades básicas como alimentos y agua o información; escuchar a las personas sin presionarlas para que hablen; reconfortar a las personas y ayudarlas a sentirse tranquilas; ayudar a las personas a obtener información, servicios y apoyos sociales; y proteger a las personas de un daño mayor. (Pág. 77)

Agencia

Capacidad para actuar con autorreflexión, tomar decisiones responsables, desarrollar un sentido del propósito, fijar y alcanzar metas, tener autonomía y lidiar con situaciones interpersonales de manera constructiva. (Pág. 17)

Información para revisar directamente en el documento

- El modelo socioecológico. (Pág. 20)
- Pirámide de intervención: niveles para abordar el bienestar en tiempo de crisis. (Pág. 22)
- Tipos de intervención y ejemplos de actividades y programas. (Pág. 23-25)
- Mitos psicosociales. (Pág. 26-27)
- Ámbitos de normas mínimas de la Red Interagencial para la Educación en Situaciones de Emergencia (INEE). (Pág. 28)
- Zona de ideas: actividades basadas en el aula que promueven el bienestar psicosocial. (Pág. 55-59)

