

Retorno escolar 2021

Tras un año muy complejo debido a la crisis sanitaria mundial a la que nos hemos enfrentado y aún con la incertidumbre que nos depara el año 2021, es importante ser optimistas e ir reanudando nuestros hábitos y creando nuevos.

El retorno escolar a clases presenciales en nuestro establecimiento tras un prolongado tiempo de ausencia, requiere de la preparación de medidas sanitarias y de seguridad, y también de la preparación y acompañamiento socioemocional.

En esta área nuestro colegio y el departamento de convivencia escolar, enfocaremos este proceso en acompañar a la comunidad educativa: estudiantes, profesores, asistentes y apoderados.

Plan de contención socioemocional

I. Introducción:

Según el informe “Promoción del Bienestar Socioemocional de niños y jóvenes durante la crisis, UNESCO 2020” la pandemia ha generado un fuerte impacto psicológico y emocional en la sociedad en general, pero específicamente en todas las comunidades educativas. El distanciamiento físico, el cierre de establecimientos educacionales, el impedimento de los métodos tradicionales de aprendizaje, la incertidumbre respecto al potencial retorno a los colegios, han generado un desgaste emocional sistemático, presentando ansiedad, presión y estrés, en cada integrante de las comunidades educativas.

El impacto de la pandemia ha alterado todas las dimensiones de la vida cotidiana, modificando hasta las relaciones más básicas de interacción social, y en este aspecto, la suspensión de clases presenciales ha supuesto un enorme desafío para todos los actores involucrados y ha enfrentado a la comunidad educativa a un escenario imprevisto y desconocido, resolviéndolo de la mejor manera posible, con los recursos disponibles.

En este sentido para poder abordar y contrarrestar la carga emocional y la ansiedad, surge la necesidad de desarrollar y potenciar habilidades socioemocionales en los estudiantes, así como también orientar y asesorar a los demás integrantes de la comunidad educativa desde una mirada socioemocional.

El colegio es un lugar de encuentro y nada reemplaza los vínculos y las relaciones que se establecen con toda la comunidad. Por lo cual es fundamental fortalecer el rol protector, brindar seguridad y contención a todos los actores.

Recomendaciones generales:

El retorno ayuda a reconectarse con sus pares e intentar volver a las tareas habituales, por lo tanto, volver a clases para los estudiantes y el resto de la comunidad significa la certeza que al menos un aspecto de la vida cotidiana es constante y predecible, aumentando la percepción de seguridad y reduciendo la ansiedad.

Dentro de los lineamientos generales es recomendable:

- Mantener una comunicación lo más eficiente y fluida con todos los actores.
- Dar a conocer los protocolos sanitarios a toda la comunidad, mediante los mecanismos disponibles.
- Conocer los recursos humanos y materiales disponibles.
- Conocer las redes de apoyo disponibles en el colegio y en la comunidad.
- Promover espacios de conversación con toda la comunidad y acoger sus aportes e inquietudes.

Estrategias tras una crisis:

- La mejor forma de recuperarse tras una crisis es aprender de ella, de lo que se hizo bien, como de lo que no.
- Promover una cultura positiva y esperanzadora, resaltando lo que está funcionando bien.
- Fortalecer el apoyo mutuo en la comunidad educativa e ir fortaleciendo lo ganado y trabajando o recuperando lo perdido.
- Comunicar efectivamente y oportunamente la información, estableciendo diversos medios de comunicación que el establecimiento disponga.
- Mantener monitoreo de las necesidades que pudiesen presentarse en la comunidad educativa y sus integrantes.

II. Objetivo general:

- ❖ Generar espacios de acompañamiento y promoción del bienestar socioemocional de la comunidad, a partir de sus necesidades para el progresivo retorno a clases presenciales.
- ❖ Promover una convivencia escolar respetuosa e inclusiva centrada en el autocuidado y el cuidado de los demás.
- ❖ Generar acciones de prevención, autocuidado y contención emocional efectivas para la comunidad educativa, ayudando en el proceso de adaptación frente al actual escenario de pandemia, con el fin de equilibrar el bienestar personal y social de sus integrantes.

III. Objetivos específicos:

1.- Para estudiantes:

- ❖ Promover acciones para la contención y el equilibrio socio-emocional, para que puedan abordar situaciones estresantes con calma y equilibrio.
- ❖ Fortalecer el sentido de seguridad y resiliencia en la comunidad educativa.
- ❖ Generar los espacios y tiempos adecuados para socializar con los estudiantes acciones preventivas de cuidado de forma segura.
- ❖ Fomentar una cultura de autocuidado en la comunidad educativa.

2.- Para Profesores y Asistentes de la educación:

- ❖ Entregar herramientas de desarrollo y contención emocional dirigidas a docentes y asistentes de la educación, para que aprendan acerca de la importancia del desarrollo socio-emocional, así como para que puedan acompañar a otros en el proceso de contención emocional.
- ❖ Fortalecer el sentido de seguridad y resiliencia en la comunidad educativa.
- ❖ Fortalecer el rol del profesor jefe y de habilidades blandas para un efectivo acompañamiento socio-emocional de los estudiantes.
- ❖ Reforzar la relevancia de una sana convivencia a través de los canales de comunicación con toda la comunidad.

3.- Para los Apoderados:

- ❖ Proporcionar herramientas de apoyo socio-emocional para sus hijos, mediante los mecanismos con los cuales cuenta el colegio.
- ❖ Reforzar la relevancia de una sana convivencia familiar, a través de la información entregada.

IV. Acciones Plan de Apoyo Socioemocional:**Acciones para los estudiantes:**

Acción	Objetivo Acción
Construcción y diseño de acciones a implementar desde el ámbito socioemocional en la comunidad educativa. Bienvenida	<p>Diseño y preparación de material y condiciones para implementar las acciones de apoyo socioemocional (entrega de material vía correo, charlas e intervenciones individuales, el cual dependerá de la fase en que nos encontremos o mecanismos disponibles por el colegio).</p> <p>Recibir a nuestros estudiantes transmitiendo empatía de cada vivencia en particular, acogiendo e indagando sobre estado emocional, miedos y aprehensiones del retorno, a través de la escucha activa. Hablar de lo que sabe del coronavirus.</p> <p>Reforzar medidas preventivas de higiene, salud y protocolos asociados a la seguridad establecida para el retorno (uso de mascarilla, distanciamiento social, reconocimiento de recorridos permitidos de ingreso y salida, etc.).</p> <p>Trabajar el programa de Orientación, enfocado en la contención emocional (priorizar).</p> <p>Brindar espacios de recreación grupal con todas las medidas de prevención y autocuidado.</p> <p>A medida que se identifiquen necesidades particulares de algunos estudiantes, se deberá comunicar de inmediato, por medio de los conductos regulares al departamento de convivencia escolar y su posterior canalización.</p> <p>Generar directivas de estudiantes y apoderados, para generar redes de apoyo.</p>

Revisión periódica de plan retorno.	<p>Incorporar a la rutina diaria ejercicios de respiración y relajación, para bajar niveles de ansiedad.</p> <p>Posibles ajustes según necesidades.</p>
-------------------------------------	---

Acciones para los Docentes y asistentes de la educación:

Acción	Objetivo Acción
Espacio de bienvenida.	<p>Acogida.</p> <p>Espacio de bienvenida. y contención emocional a docentes y asistentes de la educación.</p>
Autocuidado a docentes y asistentes de la educación, a través de charlas o material vía correo electrónico.	<p>Elaboración de material de autocuidado para la salud mental y bienestar emocional. Entregar herramientas desde el ámbito socioemocional.</p> <p>Prevención, Autocuidado y Contención emocional, entre otros.</p>
Realización de taller.	<p>Realización de taller (diciembre parte 1 Autocuidado, marzo parte 2, Habilidades socio-emocionales).</p>
Detección de motivación y aprehensiones con respecto al retorno.	<p>Organizar temáticas según lo expuesto.</p> <p>Acoger sugerencias.</p>
Espacio de contención psicológica con los docentes y asistentes.	<p>Se contará con un espacio para la atención de docentes y asistentes, para la orientación y la derivación a redes de apoyo, por parte del departamento de psico-educación.</p>
Entrega de toda la información necesaria a todos los funcionarios, medidas sanitarias y de seguridad.	<p>Toda la comunidad debe manejar la misma información y así bajar los niveles de ansiedad.</p> <p>Reforzar medidas preventivas de higiene y salud y protocolos asociados a la seguridad establecida para el retorno (uso de mascarilla, distanciamiento social, reconocimiento de recorridos permitidos de ingreso y salida, etc.).</p>

Realización de reuniones con docentes.	Para resolver inquietudes o enfrentar situaciones con estudiantes y apoderados.
Reglamento y protocolos.	Presentación y sociabilización de cualquier protocolo nuevo del reglamento.
Revisión periódica de plan retorno.	Posibles ajustes según necesidades.

Acciones para los Apoderados:

Acción	Objetivo Acción
Bienvenida, correo informativo.	Entregar información general.
Entrega de toda la información necesaria a todos los apoderados, medidas sanitarias y de seguridad.	Toda la comunidad debe manejar la misma información. Reforzar medidas preventivas de higiene y salud y protocolos asociados a la seguridad establecida para el retorno (uso de mascarilla, distanciamiento social, reconocimiento de recorridos permitidos de ingreso y salida, etc.).
Entrega de material a los apoderados (reorganizar).	Elaboración de material de autocuidado para la salud mental y bienestar emocional, entre otros. Entregar herramientas desde el ámbito socioemocional. Prevención, Autocuidado y Contención emocional, entre otros. (mecanismo dependerá de la fase).
Reglamento y protocolos.	Se enviará la información necesaria para su sociabilización.
Espacio de contención psicológica con los apoderados.	Se contará con un horario para la atención de apoderados, para la orientación y la derivación a redes de apoyo, por parte del departamento de psico-educación.
Revisión periódica de plan retorno.	Posibles ajustes según necesidades.

- ✓ El presente **Proyecto tiene un carácter flexible**. Por lo que se podrán ir realizando implementaciones, modificaciones y/o actualizaciones, según el acontecer en el contexto de Pandemia COVID-19.