



Programa de Asistencia Técnica

Herramientas para abordar el impacto psicosocial en entornos educativos

Fecha: mayo 31 de 2022

Introducción

En los entornos escolares cada vez es más claro el impacto existente en la salud mental de niños, niñas, jóvenes, adolescentes e incluso adultos debido a múltiples factores personales, sociales y contextuales que se han podido evidenciar en los últimos meses. La pandemia ha visibilizado la necesidad de hablar de estos temas con las comunidades escolares para aliviar las consecuencias que se están presentando y prevenir que estas perduren en el tiempo o empeoren afectando así otras áreas como el desempeño académico, el abandono escolar y enfermedades físicas.

A pesar de la relevancia de esta realidad, es común que en ocasiones se desconozca como abordar desde lo educativo los temas de salud mental, bienestar psicosocial o convivencia escolar. Estas estrategias se han venido fortaleciendo en los últimos años mediante normativas, guías y protocolos, con el fin de abordar esta necesidad apremiante, el siguiente documento busca sentar las bases conceptuales y prácticas para desarrollar herramientas que aborden el impacto psicosocial histórico y el provocado por la pandemia.

El apoyo psicosocial, definición y componentes:

Como primer punto es importante aclarar a qué hace referencia el término *psicosocial*. Este se deriva de dos componentes: la salud mental y la convivencia escolar:

		Salud Mental	Bienestar Psicosocial	Convivencia Escolar
Componente	Definición	<ul style="list-style-type: none"> Estado de bienestar. Involucra pensamiento, emociones y acciones. Darse cuenta de las propias potencialidades. Determina el manejo del estrés y dificultades. Percepción del mundo y las relaciones. Influye en la toma de decisiones saludables. Impacta en la productividad e involucramiento social. 	<ul style="list-style-type: none"> Unión entre dimensiones: física, cognitiva, emocional, espiritual y social. Participación roles sociales significativos. Vivir acorde a valores propios y comunitarios. Relaciones positivas y soporte del entorno. Afrontar los retos usando habilidades apropiadas. Seguridad y protección dentro del ambiente. 	<ul style="list-style-type: none"> Modificar los conflictos sin violencia. Calidad en las relaciones. Consenso y reconocimiento mutuo. Desarrollo de comunidad con valores sociales. Reconocer la diferencia y los derechos humanos. Participación democrática. Construcción de paz.
	Acciones	<ul style="list-style-type: none"> Regulación de emociones Estrategias de afrontamiento Autoestima y autoconcepto Determinantes biológicos y psicológicos. Procesos cognitivos Capacidades socioemocionales Enfermedad mental 	<ul style="list-style-type: none"> Necesidades psicosociales Capacidades socioemocionales 	<ul style="list-style-type: none"> Competencias ciudadanas Derechos y deberes Comunicación Clima escolar Ambientes protectores Habilidades sociales Determinantes sociales Inclusión social Prevención de violencias

Fuentes: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). Organización Mundial de la Salud (2022). Department of Education United Nations relief and works agency (UNRWA) (2013). Inter-Agency Network for Education in Emergencies (INEE) (2014) y el Ministerio de Educación Nacional (2020).

En este sentido si las instituciones educativas y las entidades territoriales realizan esfuerzos en cada componente de manera complementaria se estarán acercando al bienestar psicosocial que tiene impactos positivos en las comunidades, como por ejemplo (Orcasita & Uribe, 2010):

- Cantidad y calidad de interacciones sociales positivas.
- Fortalecimiento de redes de apoyo en comunidad con cohesión social.
- Búsqueda de ayuda y apoyo en momentos de dificultad, minimizando su efecto adverso, lo que conlleva una mejora en la adaptación de los sujetos a las exigencias medioambientales.
- Protección de las consecuencias negativas, físicas y psicológicas, de sucesos estresantes, protegiendo así la vida.

- Mejores estilos de afrontamiento, más adecuado para hacer frente al estrés.
- Incremento de confianza, control personal y autoconcepto positivo.
- Mejoramiento del bienestar subjetivo y salud en general, especialmente en personas que ya pasan por alguna enfermedad o problemática de salud física o mental.
- Promueve el desarrollo emocional y el sentimiento de ser valorado y cuidado por otros.

Hay muchas maneras en que las instituciones y docentes pueden promover el bienestar psicosocial, sin ser expertos o profesionales en el tema; basta comprender las claves del apoyo psicosocial entendiéndolo como las acciones que buscan ayudar a los individuos a afrontar y superar las dificultades de la vida para mejorar 3 aspectos:

Mecanismos de afrontamiento

Comportamientos y pensamientos que ayudan a manejar, tolerar o minimizar situaciones difíciles

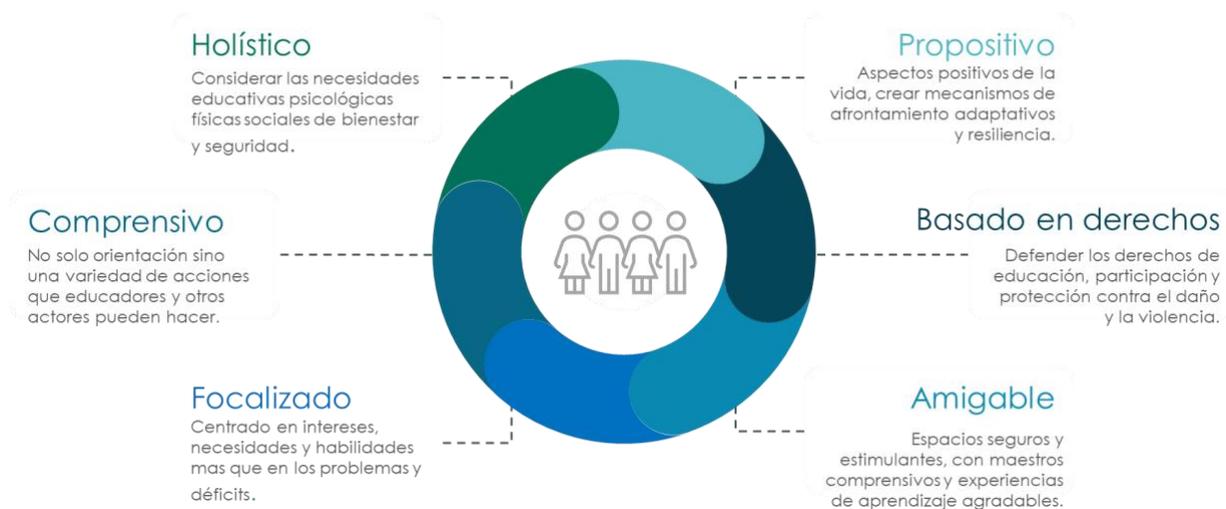
Factores de protección

Condiciones que apoyan el desarrollo y bienestar psicosocial.

Resiliencia

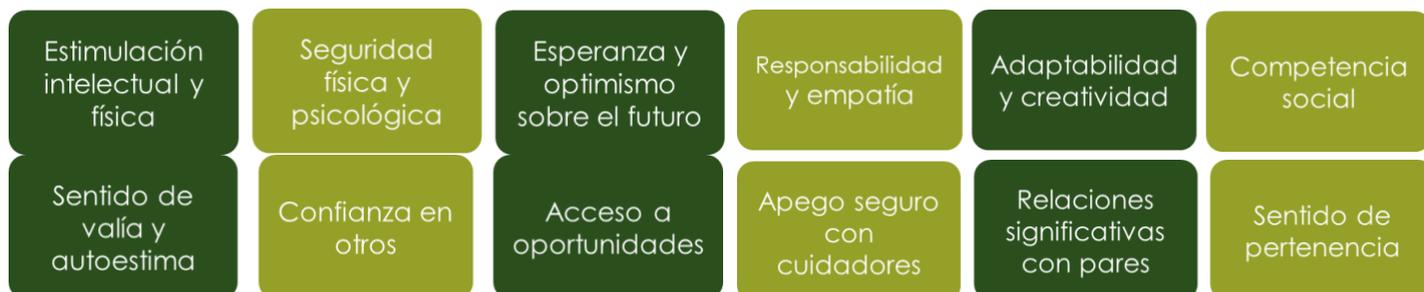
Habilidad personal de afrontar la dificultad, adaptarse al cambio y tener un panorama positivo del futuro.

Todas las estrategias, planes o programas encaminadas a cumplir estos objetivos pueden estar enmarcadas dentro de 6 principios:



Intervención del impacto psicosocial

Detrás de cada problemática o afectación de convivencia escolar o en la salud mental de una persona, se pueden identificar necesidades, riesgos y fortalezas psicosociales que deben ser abordadas si se quiere apoyar y cuidar. Algunas de estas necesidades pueden incluir:



El propósito entonces será realizar acciones dentro de las instituciones educativas que permitan a los estudiantes, y en general a la comunidad, la satisfacción de estas necesidades. Los maestros desde su rol de andamiaje y dentro de las propias actividades del aula, pueden ayudar a los estudiantes a experimentar ambientes de seguridad, confianza, pertenencia, valía, oportunidad, empatía, estimulación y esperanza.

Por otra parte, los esfuerzos que ya se realizan dentro de las acciones de convivencia escolar desde las Entidades Territoriales, Secretarías e instituciones educativas, siguiendo las guías, protocolos y rutas definidas por el Ministerio de Educación Nacional, complementan lo que los docentes realizan diariamente educando para la vida.

Es así como se van sumando esfuerzos para alcanzar el bienestar comunitario deseado, encaminando esfuerzos desde los 5 ejes transversales:



Cuando un maestro ayuda a que sus estudiantes se sientan incluidos en una actividad académica, o les pregunta cómo se sienten cada día, o genera espacios de charla y confianza, o cuando permite que sus estudiantes expresen sus esperanzas y construyan sus sueños con optimismo, se están previniendo las problemáticas futuras, se está promocionando el bienestar con derechos humanos y libre desarrollo, se está escuchando y atendiendo sus necesidades. Y si además estas experiencias son registradas y compartidas con los líderes de área, sección o institución, se pueden generar acciones de seguimiento que permitan la mejoría permanente.

Todo lo anterior no sería posible si los propios docentes, rectores, funcionarios, padres y gobernantes no experimentan por sí mismos una buena salud y bienestar. Por ende, en el autocuidado es donde empieza a gestarse una comunidad saludable y segura.

Referencias:

- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). (2022, 6 mayo). Mental Health | CDC. Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/mentalhealth/index.htm#:~:text=Mental%20health%20includes%20our%20emotional,childhood%20and%20adolescence%20through%20adulthood>.
- Department of Education United Nations relief and works agency (UNRWA). (2013, junio). Psychosocial support for education in emergencies - training and resource package for teachers and counsellors. https://www.unrwa.org/sites/default/files/3.2_unrwa_pss_for_education_in_emergencies_training_packagefinaljune.pdf
- Department of Education United Nations relief and works agency. (2016). Psychosocial support for UNRWA schools: a conceptual framework. https://www.unrwa.org/sites/default/files/pss_for_unrwa_schools_-_a_conceptual_framework_v5.pdf
- International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. (2014, enero). Strengthening Resilience: A global selection of psychosocial interventio. A global selection of psychosocial interventionsn.ns. International Network for Education in Emergencies. <https://inee.org/sites/default/files/resources/Strengthening-Resilience.pdf>
- Ministerio de Educación Nacional. (2020, agosto). Guía No. 49. Guías pedagógicas para la convivencia escolar. Portal MEN - Presentación. <https://www.mineducacion.gov.co/portal/men/Publicaciones/Guias/339480:Guia-No-49-Guias-pedagogicas-para-la-convivencia-escolar>

-
- Orcasita, L., & Uribe, A. (2010). La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychologia*, 4(2), 69–82. <https://doi.org/10.21500/19002386.1151>
- Organización Mundial de la Salud. (2018, 30 marzo). Mental health: strengthening our response. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response#:~:text=Mental%20health%20is%20a%20state,to%20his%20or%20her%20community>.
- Red Internacional para la educación en situación de emergencia INEE. (2016). Paper on psychosocial support and social & emotional learning for children & youth. International Network for Education in Emergencies. https://inee.org/sites/default/files/resources/INEE_PSS-SEL_Background_Paper_POR_v5.3a.pdf
- Red Internacional para la educación en situación de emergencia INEE. & American Red Cross. (2008). *Psychosocial Interventions: A Handbook*. International Network for Education in Emergencies. https://inee.org/sites/default/files/resources/IFRC_RCS_-_Psychosocial_Interventions_A_Handbook.pdf