



ENTRENAMIENTO PARA IMPLEMENTAR PROGRAMA SOCIOEMOCIONAL EN ESTUDIANTES

de
FUNDACIÓN AMA+ PARA EL APRENDIZAJE SOCIOEMOCIONAL
www.fundacion@aprendizajesocioemocional.cl

Autores
ALEJANDRA IBIETA ILLANES
ALEJANDRA BUZETA BIANCO
ABRIL 2023

ÍNDICE

	Página
I. PRESENTACIÓN	3
II. FUNDAMENTACIÓN	3
III. OBJETIVO GENERAL	3
IV. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	4
V. RESULTADOS GENERALES ESPERADOS	4
VI. EL PROGRAMA DE LOS ESTUDIANTES	
A. Objetivo General	4
B. Objetivos Específicos	4
C. Contenidos	
1. I medio	5
2. II medio	5
VII. METODOLOGÍA	5
VIII. DESCRIPCIÓN DE LAS ACCIONES	
A. Evaluación inicial	6
B. Reuniones de planificación y retroalimentación con los profesores	
C. Aplicación del programa	6
D. Evaluación Final	6
IX. FUNDAMENTOS TEÓRICOS	7
X. FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS	9
XI. REQUERIMIENTOS	9

I. PRESENTACIÓN

El siguiente curso fue elaborado por **Fundación ama+**, organización sin fines de lucro, creada para aportar a la calidad educativa a través de la integración del aprendizaje socioemocional basado en evidencia para una real efectividad.

Nuestro Sueño es poder transformar los ambientes de aprendizaje, tanto para los docentes como para los estudiantes. Coherente con ello, nuestra Visión es: “Lograr que el aprendizaje socioemocional se convierta en la base del proceso educativo de todos y todas los niños, niñas y adolescentes de nuestro país, para favorecer así su óptimo desarrollo.”

Y para ello definimos nuestra Misión como: “Acompañar y servir a las comunidades responsables de niños, niñas y adolescentes, para que puedan integrar y gestionar de manera eficaz y sustentable el aprendizaje socioemocional (ASE) en su proceso educativo, a través de **CAPACITACIONES, ASESORÍAS y EVALUACIONES.**”

II. FUNDAMENTACIÓN

Para que los estudiantes adquieran competencias SocioEmocionales, no basta con sólo **aplicar** programas socioemocionales a los estudiante. Los profesores deben ser modelo de esos aprendizajes, deben comprenderlos, hacerles sentido y asumirlos en sus relaciones con los estudiantes, ya que la evidencia en aprendizaje SocioeEmocional indica que estos aprendizajes deben ser, además de explícitos el programa, deben **estar integrados** en todas las prácticas, debe ser cultura y sólo de esta manera a los estudiantes les hará sentido, visualizarán como se lleva a cabo y adquirirán de manera efectiva y permanente las competencias socioemocionales que incluya el programa.

La presente capacitación está dirigida entonces a profesores jefes, orientadores o cualquier otro profesional que ejecute actividades de formación personal y social con los estudiantes.

Es una capacitación enfocada en la práctica, en la cual los participantes irán experimentando lo aprendido, y serán capaces de ejecutar, evaluar y retroalimentar el programa.

III. OBJETIVO GENERAL

Monitorear y acompañar a los profesores jefes para la aplicación de un programa de desarrollo de competencias socioemocionales para estudiantes de I y II medio.

IV. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 1) Generar un trabajo en equipo entre los profesores jefe
- 2) Mejorar la mentalidad de crecimiento de los profesores jefe
- 3) Desarrollo de las fortalezas del carácter de los profesores jefe
- 4) Desarrollar estrategias para el autocuidado
- 5) Promover el fortalecimiento de los vínculos entre profesores jefe y sus cursos

V. RESULTADOS ESPERADOS GENERALES

- 1) Los profesores jefes retroalimentan el desarrollo del programa
- 2) Los profesores y estudiantes mejoran su mentalidad de crecimiento
- 3) Los profesores y estudiantes reconocen sus fortalezas del carácter
- 4) Los profesores y estudiantes se motivan a poner en práctica sus fortalezas de trabajo
- 5) Los estudiantes diseñan su propósito de vida
- 6) Los profesores y estudiantes diseñan estrategias para su autocuidado
- 7) Se fortalecen los vínculos al interior de cada curso

VI. EL PROGRAMA DE LOS ESTUDIANTES

A. OBJETIVO GENERAL

Generar instancias lúdicas, de reflexión y de conversación significativa para los estudiantes de I y II Medio, para desarrollar en ellos 4 competencias socioemocionales claves para su óptimo desarrollo, mejorando así su bienestar subjetivo y su involucramiento escolar.

B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 1) Realizar un trabajo en equipo con los profesores jefe
- 2) Mejorar la mentalidad de crecimiento
- 3) Desarrollo de las fortalezas del carácter
- 4) Diseñar el propósito de vida
- 5) Desarrollar estrategias para el autocuidado
- 6) Promover el fortalecimiento de los vínculos al interior de cada curso y con sus profesores jefes

C. CONTENIDOS DEL PROGRAMA

I° Medio

- Reflexión en torno al concepto de felicidad y bienestar y entrega de conocimientos, desde la evidencia empírica sobre el tema.
- Mentalidad de crecimiento, y conocimientos de neurociencia que fundamentan el potencial de cambio que tenemos los seres humanos.
- El Cerebro Adolescente
- Aplicación del test vía de las fortalezas del carácter, para el descubrimiento de cualidades positivas y estrategias para desarrollarlas.
- Reflexión sobre los objetivos de vida y evidencias sobre la importancia de tener objetivos más intrínsecos, o un propósito de vida. Estrategias para empezar a descubrir un propósito.
- Impacto del estrés en la adolescencia y estrategias para manejar el estrés con momentos de recuperación y hábitos de vida saludables.

II° Medio

- Aplicación de Escala de Orientaciones para medir el peso de las orientaciones intrínsecas en los estudiantes, y reflexión en torno al propósito de vida.
- Aprender a trabajar objetivos positivos para el propósito de vida.
- Mentalidad de Crecimiento y estrategias de resiliencia frente a la adversidad.
- Profundización en el uso de las fortalezas del carácter en diferentes circunstancias y frente a diversos contextos.
- Estrategias de autocuidado y manejo del estrés desde la autorregulación basada en la reestructuración cognitiva.
- Habilidades vinculares para el desarrollo de vínculos sanos, como factor central en los modelos de bienestar.

VII. METODOLOGÍA

- Metodología de juego
- Roll playing
- Cuestionarios

- Discusiones grupales
- Retroalimentación de pares
- Reflexiones personales
- Elaboración de presentación

VIII. DESCRIPCIÓN DE LAS ACCIONES

1. Evaluación Inicial a los estudiantes y profesores

- El proceso se llevará a cabo por profesionales de Fundación ama+
- En los estudiantes se mide:
 - a. involucramiento
 - b. bienestar
 - c. fortalezas del carácter
 - d. escala de aspiraciones intrínsecas
 - e. vínculo con los pares
- En los profesores se mide:
 1. involucramiento
 2. bienestar
 3. fortalezas del carácter
 4. mentalidad de crecimiento sobre los estudiantes
 5. vínculos con los estudiantes

2. Reuniones de planificación y retroalimentación con profesores jefes

- 1 reunión inicial para contextualizar el programa, hacer ajuste de expectativas del rol del profesor y revisión del material. Se trabaja además la mentalidad de crecimiento
- 1 reunión de análisis luego de la primera sesión por curso, para hacer ajustes de estrategias y trabajar las fortalezas del carácter.
- 1 reunión luego de la cuarta sesión de cada curso, para analizar los avances, las mejores prácticas y hacer ajustes. Se trabajan además las estrategias de autocuidado.
- 1 reunión de análisis al final del proceso de cada curso.

3. Programa de Estudiantes

- 1) 10 sesiones al año para cada nivel escolar de I° y II° medio de 45 minutos
- 2) Sesiones dirigidas por relatores de Fundación ama+, con la participación involucrada del profesor jefe o el profesor que le corresponda la clase.
- 3) Sesiones que se llevan a cabo durante la hora de orientación u otro momento de la jornada que sea adecuado para el logro de los objetivos.
- 4) Dado la cantidad de estudiantes por curso, se trabajará con 2 relatores por curso.
- 5) El programa incluye un manual para cada estudiante y materiales didácticos para cada sesión (pelotas, cartulinas, tarjetas, láminas, pegamento, etc).
- 6) Incluye pauta para evaluar el desarrollo socioemocional de cada estudiante de manera constante.
- 7) Se tendrán 4 reuniones de 2 horas pedagógicas con los profesores jefes involucrados, durante el proceso, para ir evaluando el desarrollo del programa y haciendo los ajustes que sean necesarios para cada grupo.

4. Evaluación Final

- Se realiza una vez terminado el programa.
- El proceso se llevará a cabo por profesionales de Fundación ama+
- Se miden los mismos indicadores que al inicio.

IX. FUNDAMENTOS TEÓRICOS DEL PROGRAMA

1. Desarrollo Positivo de la Adolescencia: (Daniel Siegel, Kendall Cotton Bronk, William Damon) Es una corriente dentro de la psicología del desarrollo y la psicología positiva, que se ha dedicado a estudiar los factores claves para que la adolescencia sea una etapa de crecimiento y desarrollo, más que una etapa conflictiva. Con los nuevos conocimientos de la neurociencia y estudios recientes en adolescentes, se han desarrollado estrategias adecuadas para generar vínculos positivos con los adolescentes y ayudarles a descubrir su propósito de vida y para la consolidación de una identidad sana. También en esta línea de investigación, incorporamos los más recientes estudios sobre el impacto del estrés en la adolescencia, que muestran cómo puede afectar de manera significativa el desarrollo cerebral en esta etapa más que en

cualquier otro momento del desarrollo. Desde ahí, la necesidad de ayudar a los adolescentes a incorporar en sus vidas el autocuidado, entendido como un concepto que incluye estrategias de vida saludable, la autocompasión, la autogestión y el manejo de los límites personales.

Estos conocimientos son fundamentales para los adultos que se relacionan con adolescentes, para que puedan transformarse en guías adecuados y referentes en su camino hacia la adultez.

2. Fortalezas del Carácter: (Martin Seligman, Chris Peterson, Ryan Niemec) Las Fortalezas del Carácter han sido denominadas la columna vertebral de la psicología positiva, porque su uso consciente ayuda a desarrollar todos los factores claves del bienestar. Se refieren a ***cualidades o rasgos personales positivos, universales y presentes en todas las culturas en la historia de la humanidad, y que cuando se viven, se desarrollan y se usan conscientemente permiten a las personas conectarse con su propósito de vida, lograr sus objetivos, y una mayor satisfacción con la vida.*** Son muy relevantes en educación, porque, permiten enfocar el desarrollo personal y social de los estudiantes hacia el fortalecimiento de su carácter, haciéndolos más resilientes y con competencias que les serán beneficiosas a lo largo de toda su vida. La mirada de la Psicología Positiva sobre las fortalezas del carácter es descriptiva y no prescriptiva. Esto quiere decir que las fortalezas de carácter se desarrollan por su íntima conexión con la felicidad y bienestar de las personas, y no como un imperativo moral. Aunque, evidentemente las fortalezas de carácter tienen un fuerte componente ético ya que permiten el ejercicio de virtudes humanas fundamentales para manejar el conocimiento (sabiduría), regular la voluntad (coraje), vincularse con otros de manera positiva (humanidad), desarrollar un sentido de ciudadanía responsable (justicia), establecer límites adecuados (templanza) y encontrar un profundo sentido de vida (trascendencia). (Más información en www.viacharacter.org)

3. Mentalidad de Crecimiento (Carol Dweck y David Yaeger), que se refiere la creencia en el potencial de cambio de las personas, fundado en los hallazgos de la neuroplasticidad; así como el **Optimismo**, (Martin Seligman) entendido como un estilo explicativo cognitivo que es fundamental para la resiliencia. Las investigaciones en

estos dos temas nos ayudan a entender cómo las creencias que tenemos sobre la realidad nos disponen a actuar de manera más o menos resiliente. La adolescencia es en sí misma un desafío para quienes la viven, por los cambios propios del cerebro que están ocurriendo y por la cantidad de decisiones que empiezan a tomar los jóvenes sobre su vida. Lo que busca el proyecto es ayudarles a desarrollar una mente optimista que les ayude en sus momentos de adversidad y a lograr sus objetivos de vida.

X. FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS

Como sustento de nuestra forma de trabajo, nos basamos en los estándares que **CASEL**, (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning)¹ señala como claves para que los programas de aprendizaje socioemocional sean efectivos y produzcan los resultados esperados. Dentro de estos estándares nosotros trabajaremos muy rigurosamente desde:

- **diseño colaborativo** de las intervenciones con la comunidad escolar,
- **medición** inicial, de proceso y de resultados
- desarrollo de habilidades de manera **secuencial, focalizada, activa y explícita**
- proveer de un **acompañamiento** que permita hacer **sostenible** los aprendizajes y la gestión del aprendizaje socioemocional que se quiere instalar
- foco en las **fortalezas** existentes y las que se puedan desarrollar.

XI. REQUERIMIENTOS

- Se solicita al colegio entregue información precisa de los cursos, horarios, listas de participantes, nombre, correo y teléfono de los profesores jefes, espacio para reunirse con los profesores jefes para las reuniones de análisis.
- Se requiere al colegio que informen a los estudiantes sobre el trabajo que se va a llevar a cabo con ellos.

¹CASEL, es una ONG dedicada hace más de una década a la investigación y promoción del impacto del Aprendizaje Socioemocional en Contextos Escolares. (www.casel.org)