



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

ASISTENCIA TÉCNICA

"ESTRATÉGIAS PARA LA CONTENCIÓN Y SOPORTE SOCIOEMOCIONAL A DISTANCIA"

SESIÓN N°6

PROGRAMA DE FORMACIÓN DE TUTORÍA

OFICIO MÚLTIPLE N° 053 - 2021-MINEDU/VMGI-DRELM-UGEL.02-ASGESE



BICENTENARIO
PERÚ 2021

ASGESE UGEL
02



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

NORMAS DE CONVIVENCIA



Mantenemos los
micrófonos
apagados
cuando no
participamos.

Hacemos clic en
“Levantar la
mano” si deseo
participar.



Escribimos las
consultas en
el chat





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

OBJETIVO

Fortalecer a los coordinadores de tutoría, responsables de convivencia y docentes de las Instituciones Educativas en el conocimiento de diversas estrategias de contención y soporte emocional durante la emergencia sanitaria (COVID 19) a fin de otorgar bienestar emocional a los integrantes de su Institución Educativa.

PRODUCTO

Compromisos para el empleo de estrategias que promuevan una contención y soporte emocional adecuado en las Institución Educativa



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

El distanciamiento social, cambio de rutinas y los periodos prolongados de cuarentena han generado mayor ansiedad, irritabilidad, tristeza, preocupación, cambios de comportamiento y baja en rendimiento académico de las y los estudiantes. Además del incremento de la violencia en sus diversas formas. (MINSA 2021)



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

Mentimeter

¿Qué podemos hacer frente a esta situación?

25

25

25

Submit



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

Contención y soporte emocional



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

¿Qué es la Contención Socioemocional?

Es la atención e intervención socioemocional inmediata, que permitirá la pronta recuperación de los afectados, durante un desastre, pandemia o emergencia sanitaria.

Es apoyo socioemocional en situaciones de crisis.

¿Qué es el soporte socio emocional?

El soporte socio emocional son todas las actividades que ayudarán a restablecerse emocionalmente a los afectados frente al impacto del desastre, pandemia o emergencia sanitaria la cual origina **ansiedad, depresión o estrés.**





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021



¿Qué son las emociones?

Son respuestas o reacciones fisiológicas que genera nuestro cuerpo ante cambios que se producen en nuestro entorno o en nosotros mismos.

Estos cambios se **basan** en **experiencias** que a su vez dependen de percepciones, actitudes, creencias sobre el mundo; que usamos para **percibir** y **valorar** una situación concreta.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

¿Las emociones buenas o malas?

Todas las emociones existen para algo y por algo. Estas enriquecen nuestro mundo interno y nos permiten una mejor comunicación.





PERÚ

Ministerio
de Educación

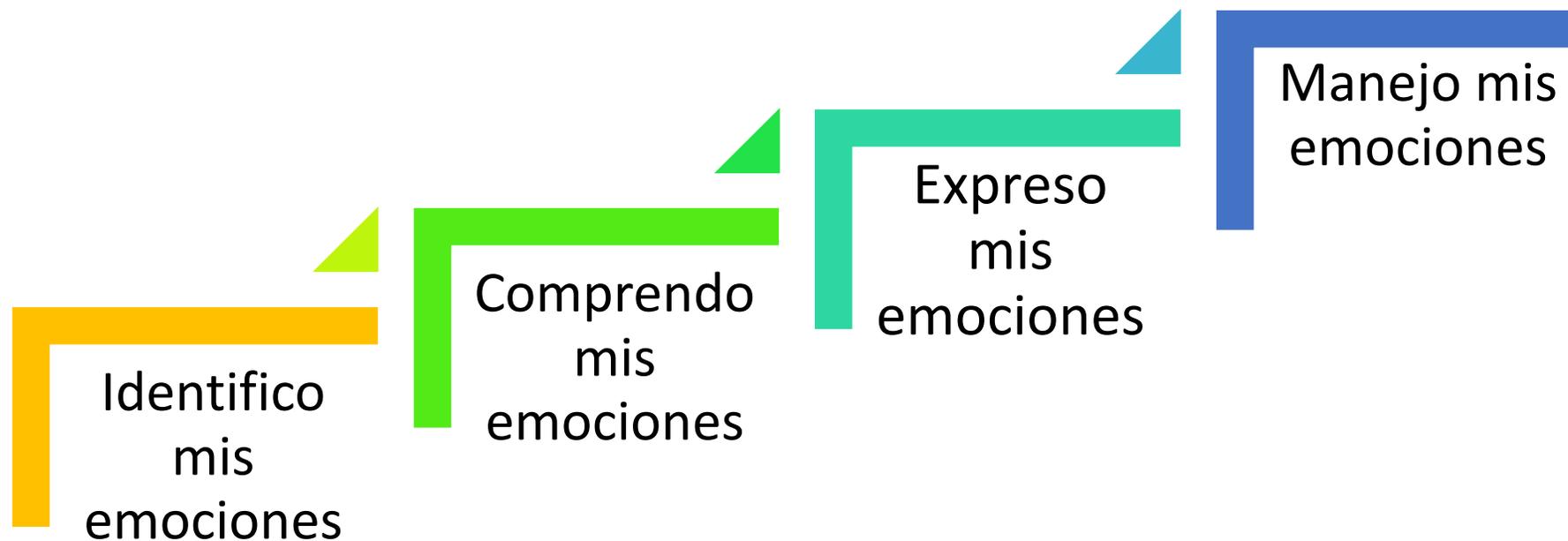
Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

¿Y ahora qué hago con mis emociones?





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

SOPORTE SOCIOEMOCIONAL DESDE LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA

1.-ESCUCHA ACTIVA

- Atención focalizada no sólo en el discurso.
- Comprensión del lenguaje no verbal y para lingüístico.

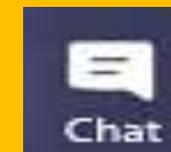
2.-DIÁLOGO APRECIATIVO

- Identificar las fortalezas y recursos de las personas.
- Conectar con su propia seguridad en sus recursos.

3.-VALIDACIÓN EMOCIONAL

- Trabajar a partir de los que la persona siente y piensa
- Parte de la premisa de las emociones no son buenas ni malas sino una expresión natural.

¿Qué debemos
considerar para
realizar el soporte
socioemocional?





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

¿EXISTE ALGÚN VÍNCULO DIRECTO ENTRE EL DESARROLLO SOCIOAFECTIVO Y EL DESEMPEÑO DEL ESTUDIANTE?

Sí, todas las emociones tienen una profunda conexión con el aprendizaje, el procesamiento de la información y los aspectos cognitivos involucrados en el mismo.

(Construye T, 2018; Woolfolk, 2010)

MEJORA DEL DESEMPEÑO ACADÉMICO

REDUCCIÓN DE LAS CONDUCTAS DE RIESGO

**ACCESO, PROGRESO Y PRODUCTIVIDAD EN
EL FUTURO LABORAL**

AUMENTO DE HABILIDADES A FUTURO

DISMINUCIÓN DE INTERRUPCIÓN ESCOLAR



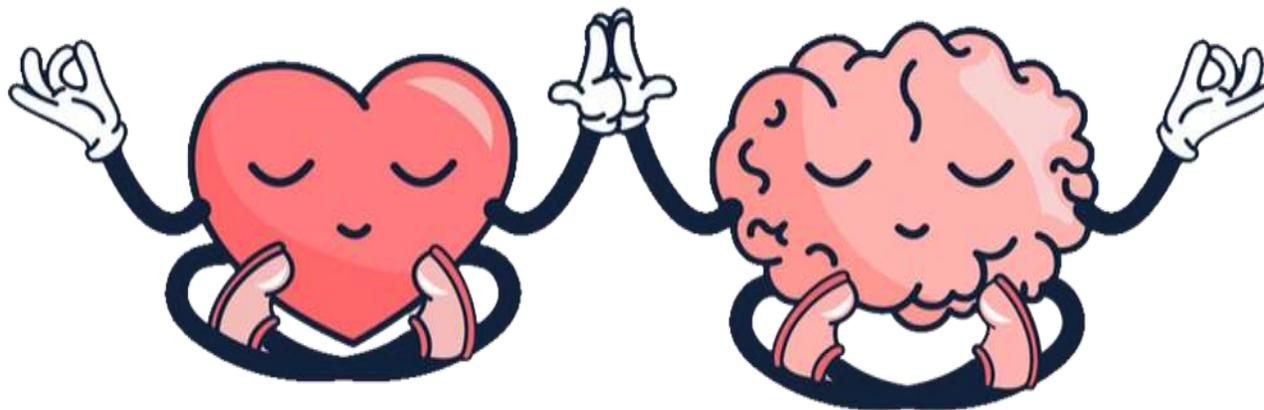
PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

MOMENTO DE LOS EJERCICIOS





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

Contención Socioemocional “Figura - fondo”





PERÚ

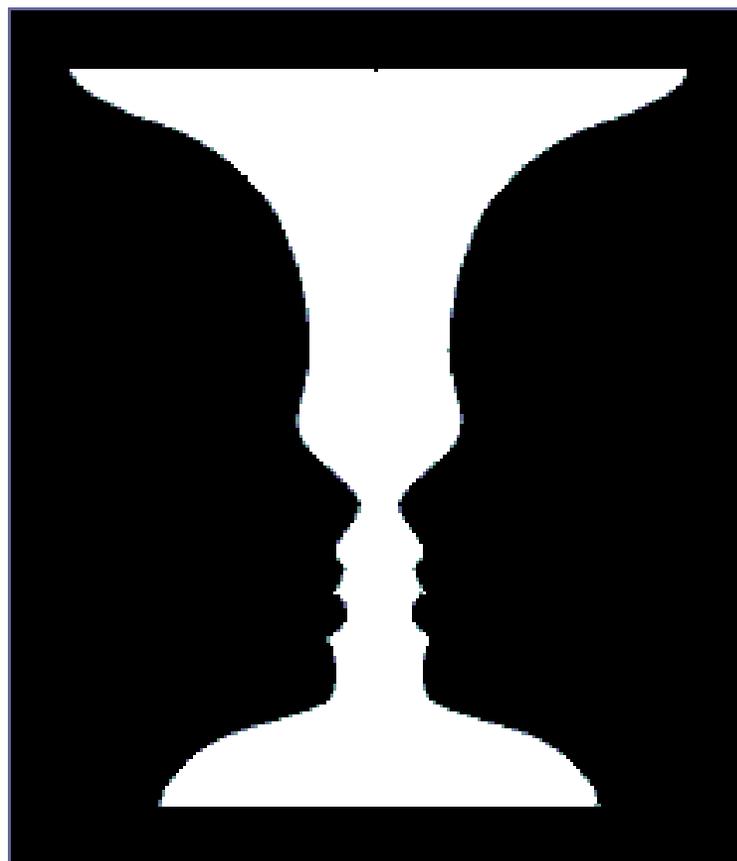
Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

REFLEXIONEMOS:

“Frente a una misma experiencia podemos tener diferentes puntos de vista”

TOMA DE PERSPECTIVA: cada uno tiene una manera particular de percibir y vivenciar una experiencia, por más que estemos enfrentando la misma situación.

EMPATÍA: detrás de cada persona hay una historia, por eso es importante “ponernos en el lugar del otro”, para comprender sin juzgar.

RESPECTO POR LAS DIFERENCIAS: para poder comprender sin juzgar. Aceptando la diversidad de pensar, sentir, ser.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

Contención Socioemocional “El vaso con agua”

¿Cuanto cree
usted que
pesa este vaso
con agua?





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

Contención Socioemocional “El vaso con agua”

**¿Cuanto tiempo
cree usted que
pueda sostener
este vaso con
agua?**





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

Contención Socioemocional “El vaso con agua”

¿Qué pasaría
si lo sostengo
días, meses o
años?





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

**Muchas veces
dejar ir, o tal
vez,
reconciliarse
con el
“enemigo” es
lo mejor**





PERÚ

Ministerio de Educación

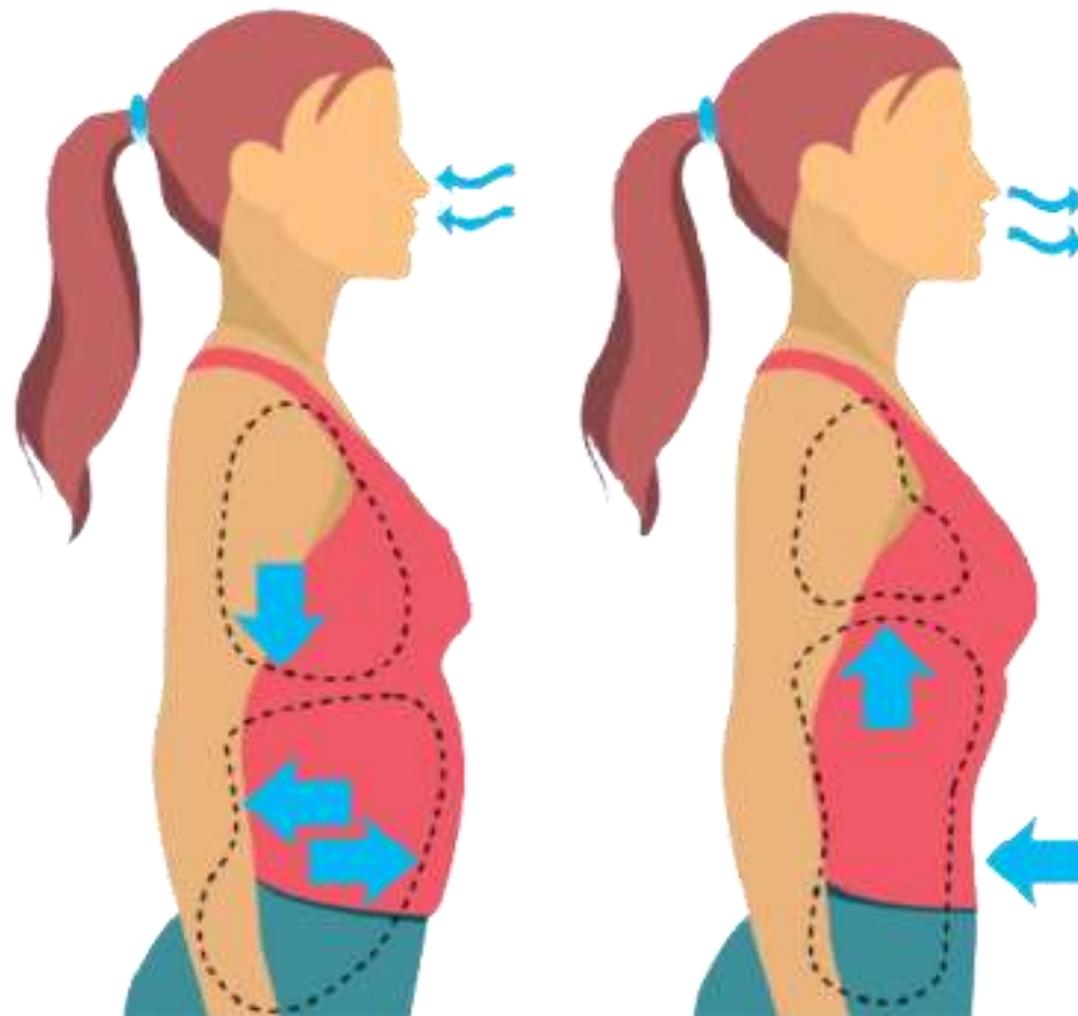
Dirección Regional de Educación de Lima Metropolitana

Unidad de Gestión Educativa Local N° 02



BICENTENARIO PERÚ 2021

- RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA -



SOPORTE EMOCIONAL



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

AUTO SHIATSU



SOPORTE EMOCIONAL



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

**Haz una lista de 03
razones por las cuales
estás agradecido en
este momento.**



SOPORTE EMOCIONAL



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

El duelo

Frases como "no pienses más en ello", "tienes que ser fuerte" o "piensa en los demás" No Son apropiadas.

Se debe tener en cuenta que cada duelo es único y particular.

Hablar de la muerte y de la persona que ya no está. Son momentos duros, pero necesarios.

Escuchar un 80 % y hablar un 20 %". Y estar atento a cualquier señal que parezca distorsionada.

Lo que Sí se sugiere es acompañar: tomar la iniciativa de llamar o acompañar a quien se encuentra mal. No decirle "llámame" o "ven a verme si necesitas algo".

PARA ACOMPAÑAR EN EL PROCESO DE DUELO

Que acepten los propios sentimientos

Rodear y acompañar para el apoyo

Cuidar la salud

Recordar los buenos momentos



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

Soporte emocional “El túnel”





PERÚ

Ministerio de Educación

Dirección Regional de Educación de Lima Metropolitana

Unidad de Gestión Educativa Local N° 02



BICENTENARIO PERÚ 2021

MI COMPROMISO

padlet

Ligia Jimena Yariequé Ramírez • 1m

Mi Compromiso

Taller Socioemocional "Trabajo en Equipo"

CLONAR COMPARTIR

+





BICENTENARIO
PERÚ 2021

!Muchas gracias!
Tutoría y Convivencia