

Fortalecer las habilidades socioemocionales de autoestima, autocuidado y regulación emocional

Ruth Noemi Palomino Galvez
Psicóloga trabaja en Tarea

En el marco del buen inicio del año escolar 2023, teniendo en cuenta que las instituciones educativas cumplen un rol fundamental en la formación y bienestar integral de las y los estudiantes y considerando las prioridades nacionales, regionales, locales e institucionales, en relación a: soporte socioemocional, habilidades socioemocionales (HSE), educación sexual integral y prevención de situaciones y/o conductas de riesgo, fue importante tener en cuenta las condiciones en las que el estudiantado vuelve a clases.

En este sentido, el Ministerio de Educación (Minedu) puso a disposición el **kit de bienestar socioemocional**, con el recurso “Orientaciones para la aplicación de la herramienta de recojo de información de habilidades socioemocionales y factores de riesgo” para ser aplicados en los niveles de inicial, primaria y secundaria en Educación Básica Regular (EBR) y Educación Básica Alternativa (EBA), dichos materiales se pueden ubicar en el portal de Tutoría, Bienestar y Participación <https://repositorio.perueduca.pe/tutoria-bienestar/recursos.html>

Durante el mes de marzo, en nueve instituciones educativas secundarias de Cangallo y Víctor Fajardo, que forman parte del Programa Horizontes de UNESCO Perú en alianza con la Tarea Asociación de Publicaciones Educativas, se aplicó la herramienta de diagnóstico socioemocional con la finalidad de identificar el desarrollo de las habilidades socioemocionales priorizadas y las situaciones y/o conducta de riesgo que podrían estar afectando el bienestar de las y los estudiantes.

Para la interpretación del cuestionario de habilidades socioemocionales, fue importante identificar la escala “En inicio” (color verde claro), “En proceso” (color verde intermedio) y “Satisfactorio” (color verde oscuro). En relación con los factores de riesgo las escalas se identifican con otros colores: “Alto riesgo” (rojo), “Riesgo moderado” (amarillo) y “Bajo riesgo” (verde). Por ejemplo, si un estudiante se encuentra *en proceso*, significa que presenta ligeras dificultades en el desarrollo de sus HSE. Y aquellos estudiantes que presentan *riesgo moderado*, significa que requiere acciones de acompañamiento, ya sea grupal o individual.

Con la ficha diagnóstica aplicada se recogieron, en total, las voces de 910 estudiantes, como resultado se obtuvieron los siguientes datos importantes:

A nivel de habilidades socioemocionales, el 54.8% de estudiantes han desarrollado de manera satisfactoria habilidades intra e interpersonales como autoconcepto, conciencia emocional, creatividad, toma de decisiones responsables, trabajo en equipo, empatía y resolución de conflictos.

Esto indica, que las habilidades socioemocionales desarrolladas han permitido que las y los estudiantes puedan conocerse, entender y nombrar sus emociones, tener iniciativa e ideas novedosas, asumir responsabilidad por sus decisiones, establecer relaciones positivas para llevar a cabo una meta común, sentir y mostrar empatía, así como afrontar de manera pacífica los problemas.

Sin embargo, el 45.2% de estudiantes aún están en proceso de desarrollar habilidades intra e interpersonales, tales como autoestima, autocuidado, regulación emocional, comunicación asertiva, conciencia social y comportamiento prosocial.

Con respecto a estas habilidades, las y los estudiantes aún tienen dificultades para aceptarse y reconocer sus cualidades positivas, si bien pueden identificar sus emociones, todavía les cuesta regularlas de manera adecuada, llegando a actuar a veces de manera impulsiva. De igual manera, presentan dificultades para comunicar de forma clara y respetuosa ante situaciones que le incomodan, frente a temas o problemáticas de la comunidad les resulta difícil reconocer y comprender las causas y consecuencias. Prefirieron no inmiscuirse y cuando brindan ayuda lo hacen siempre y cuando alguien lo solicita. Se percibe dificultad, en algunas/os estudiantes, para reconocer las diferencias y valorar la diversidad.

A nivel de indicadores de factores de riesgo, los resultados mostraron, por un lado, que el 96% de estudiantes presentan “riesgo moderado” en los cuatro ámbitos individual, familiar, escolar y comunitario, esto quiere decir, que requieren acciones de acompañamiento para prevenir los riesgos. En ese sentido, también fue importante aplicar la Ficha de identificación de riesgos, para conocer otros factores de riesgo que no estaban incluidas en el kit.

A nivel individual, presentan baja autoestima y autocuidado, hay poca confianza con sus padres, consumo de sustancias psicoactivas como el alcohol, impulsividad, rebeldía, trabajo adolescente y dificultades para comunicarse. Asimismo, con la ficha se pudo identificar 4 casos de maternidad adolescente, 3 casos de embarazo, 4 estudiantes que se autolesionan y 1 caso de convivencia temprana.

A nivel familiar, padres con un estilo de crianza autoritario o sobreprotector, con dificultades para comprender el desarrollo adolescente, poca comunicación y apoyo, siendo hogares poco afectivos. Asimismo, familias con problemas de salud mental y con limitados recursos económicos, dificultando el acceso a servicios de salud y alimentación adecuada.

A nivel escolar, cuentan con poca información sobre educación sexual integral, lo que dificulta la prevención de riesgos en su salud sexual, siguen latentes algunos estereotipos de género (ideas de superioridad física, creencia de que las mujeres son las encargadas del hogar y normalización de la violencia verbal dentro del enamoramiento) y una limitada expectativa sobre su proyecto de vida.

Con la ficha pudimos identificar también 2 casos de bullying y 9 casos de estudiantes que faltan a la institución educativa de manera reiterada a pesar del acompañamiento y seguimiento, a ello se suma la prioridad por trabajar para aportar a la economía familiar, lo cual ocasiona que se sientan cansados, no cumplan con sus responsabilidades y descuiden sus estudios. Además, 4 estudiantes presentan problemas de aprendizaje.

A nivel comunitario, presentan pobreza y desempleo, bajo acceso a servicios básicos, desigualdades sociales y de género, limitadas oportunidades educativas y económicas, cuentan con pocas actividades comunitarias para jóvenes y pocos espacios culturales y de recreación.

Por otro lado, los resultados del diagnóstico también arrojaron que el 4% de estudiantes se encuentran en “alto riesgo” en los cuatro ámbitos. Esto da cuenta de que estos estudiantes requieren un mayor acompañamiento y es fundamental contrastar la información con otras fuentes para prevenir conductas y/o situaciones de riesgo.

Los factores de riesgo identificados no solo comprometen la integridad física y emocional de las y los adolescentes, sino que tienen efectos muy graves en su rendimiento escolar, su permanencia en el sistema y, en general, la relación con su entorno. Por ello, debemos tomar en cuenta, que los resultados del recojo de información deben ser utilizados como insumos importantes, para generar un diagnóstico individual del estudiante que permita desarrollar acciones, a fin de, fortalecer las habilidades socioemocionales y los factores de protección.

En ese sentido, a fin de contribuir al desarrollo integral de las y los estudiantes, mejorar su calidad de vida y estado emocional, urge desarrollar estrategias que fortalezcan las capacidades docentes para que valoren y reconozcan su rol en el desarrollo socioafectivo de sus estudiantes; promuevan la participación estudiantil, construyan de manera asertiva y empática relaciones interpersonales tengan espacios para la sensibilización en temas como la violencia, educación sexual integral, consumo de alcohol y otras situaciones de riesgo.

Si bien las habilidades socioemocionales han sido asociadas, casi de manera exclusiva, al área de Tutoría y Orientación Educativa (TOE), consideramos que el desarrollo de estas habilidades debe darse en todas las áreas, en la búsqueda de coherencia curricular que opere tanto dentro como fuera del aula. “Ello, no como una estrategia aislada, sino en el marco de un sistema de prevención y apoyo al estudiante impulsado desde las diversas instancias y herramientas de gestión de la escuela, con una cultura escolar que ha interiorizado la relevancia de trabajar el desarrollo de estas habilidades desde el ser y el hacer en las diversas dinámicas que se generan en la comunidad educativa” (Ricardo Gálvez, 2021)¹.

Frente a casos de riesgo identificados es necesario el acompañamiento y soporte emocional personalizados, para que las y los estudiantes se sientan escuchados y acompañados, fortalezcan sus habilidades y recursos para hacer frente a las situaciones de riesgo y puedan tomar decisiones que favorezcan su bienestar físico y emocional, así como mejorar su autoestima y puedan continuar con sus estudios. Asimismo, de ser necesario, se debe derivar el caso a una institución especializada o profesional correspondiente.

También, es importante la activación de protocolos para tomar medidas de atención y/o derivación, de ser el caso, mediante la puesta en práctica de factores de protección, es decir, aquellas condiciones que son favorables para la formación integral y bienestar de las y los estudiantes, promoviendo un trabajo colegiado e interdisciplinario junto a otros actores educativos y aliados de la comunidad.

Además, es indispensable el trabajo con las familias para fortalecer sus habilidades parentales y para que sean conscientes de las necesidades de orientación de su hijo(a) en temas de acompañamiento socioafectivo y prevención de factores de riesgo.

Finalmente, es esencial impulsar la participación estudiantil, promover el ejercicio de los derechos de las y los adolescentes, garantizar su bienestar general y la protección interinstitucional frente a diversos factores de riesgo que limitan su desarrollo integral y su trayectoria educativa, por ejemplo, las Brigadas de Protección Escolar (BAPE). Recordemos que un trabajo articulado, donde los actores muestren compromiso, garantiza la protección total de las y los estudiantes.

¹ ¿Cómo enseñar las HSEI en mi escuela? – Unidad 3; Publicado por el Observatorio de la Educación Peruana 05/03/2021 (<https://obepe.org/unesco-horizontes/como-enseñar-las-hsei-en-mi-escuela-unidad-3-mooc-2/>)