



Sistematización de la experiencia en La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental.

Edith Lorena Benavides Portilla

Angie Lizeth Castro Cabezas

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Sur Occidente

Sede Pasto (Nariño)

Programa Psicología

Noviembre de 2021

Sistematización de la experiencia en La campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental

Edith Lorena Benavides Portilla

Angie Lizeth Castro Cabezas

Sistematización presentado como requisito para optar al título de Psicólogo

Asesora

Marly Estephanny Ortega Apraez

Mg. En Psicología de la Salud

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Sur Occidente

Sede Pasto (Nariño)

Programa Psicología

Noviembre de 2021

### **Dedicatoria**

Este trabajo lo dedicamos a Dios por darnos espiritualidad y sabiduría, a nuestras familias, quienes nos han acompañado y apoyado en todo momento; sus voces de aliento han sido el soporte que nos han brindado la fortaleza para alcanzar nuestros sueños.

A la bonita amistad que surgió, se cultivó en todo el tiempo que compartimos y que construimos algo tan valioso que esperamos dure para siempre.

### **Agradecimientos**

A la Corporación Universitaria Minuto De Dios por acogernos y brindarnos a través de sus docentes los conocimientos para lograr nuestros objetivos académicos.

Agradecemos a nuestra asesora de sistematización Mg. Marly Ortega quien con sus conocimientos, dedicación y tiempo nos ayudó a forjar este resultado.

Nuestro agradecimiento también va dirigido a la Institución Educativa Nuestra Señora de Guadalupe por brindarnos el espacio para desarrollar la práctica profesional, contando además con un gran ser humano Mg. Wilson Salazar, quien con sabiduría y experiencia nos orientó a forjar aprendizajes que nos servirá para nuestra profesional.

Finalmente, a los estudiantes quienes permitieron el desarrollo de esta experiencia.

## Contenido

Resumen.....	9
Abstract.....	10
Introducción .....	11
Línea de investigación: Educación, transformación social e innovación. ....	12
Sublínea de investigación del programa: Psicología en la construcción del tejido social.....	12
1  CAPÍTULO I. Selección de la sistematización de la experiencia de aprendizaje.....	13
1.1  Objeto.....	13
1.2  Eje.....	13
1.3  Objetivos .....	13
2  CAPITULO II. Plan de sistematización .....	14
2.1  Delimitación de la experiencia.....	14
2.2  Propósito de la sistematización (justificación).....	15
2.3  Descripción de la experiencia .....	18
3  CAPITULO III. Metodología .....	20
4  CAPITULO IV. Reconstrucción ordenada de la experiencia (ROE).....	22
5  CAPITULO V. Análisis e interpretación crítica de la experiencia (AICE) .....	27
6  CAPITULO VI. Propuesta transformadora.....	32
7  CAPITULO VII. Conclusiones .....	35
Referencias Bibliográficas .....	36
Anexos .....	39

### **Lista de tablas**

Tabla 1 - Debilidades y alternativas de solución en la práctica profesional.

Tabla 2 - Debilidades y alternativas de solución en la ejecución de la campaña.

## **Lista de figuras**

Figura 1- Metodología de la sistematización.

### **Lista de anexos**

Apéndice A - Matriz de Ordenamiento

Apéndice B – Materiales

Apéndice C – Instrumentos Aplicados

Apéndice D – Evidencias del trabajo de campo.

## **Resumen**

En este documento se relata el proceso de sistematización de la experiencia al desarrollar La Campaña de Prevención y Promoción De Salud Mental, un proyecto planificado y ejecutado a partir de la práctica profesional en el campo de la psicología educativa, realizada en la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe en la sede central, donde se pudo evidenciar que la mayor necesidad que presentan en los estudiantes son implicaciones a nivel emocional. En la campaña se implementó diferentes herramientas audiovisuales y talleres con el fin de fortalecer la salud mental de los estudiantes.

En el proceso de la sistematización se logró registrar las actividades de información y difusión de La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental, dando valor a los momentos significativos que permitieron analizar y contrastar los resultados de esta experiencia con fundamentos teóricos relacionados con salud mental.

Finalmente se realiza una propuesta orientada a extender La Campaña de Prevención y Promoción de Salud Mental a los estudiantes desde el grado transición hasta el grado once, contando con el apoyo de todos los profesionales que hacen parte de la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe.

*Palabras clave: Campaña, Promoción, Prevención, salud mental, Sistematización, experiencia.*

### **Abstract**

This document describes the organization process of the Mental Health Promotion and Prevention campaign development, a project planned and done from the professional practice in the field of educational psychology, held at the Institución Educativa Municipal "NUESTRA SEÑORA DE GUADALUPE" main campus, which showed that the greatest students needs were implications at the emotional level.

Several audiovisual tools and workshops were carried out in order to strengthen the student's mental health in the campaign.

The Mental Health Prevention and Promotion campaign information and communication activities were recorded in the organization process, giving relevance to the meaningful moments that allowed the results analysis and contrast of this experience with theoretical foundations related to mental health.

Finally, a proposal was made to extend the Mental Health Prevention and Promotion campaign to students from kindergarten to eleventh grade with the support of all the professionals who take part in the institution.

*Key words: campaign, promotion, prevention, mental health, organization, experience.*

## **Introducción**

La sistematización en La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental es sobre la experiencia vivenciada en la práctica profesional, la cual se realizó en la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe de la ciudad de Pasto corregimiento de Catambuco.

Es de considerable importancia el papel que tiene abordar la salud mental desde los diferentes contextos, entre estos es relevante el entorno escolar, debido a que en este se dan las condiciones propicias para trabajar desde la promoción como la prevención, mediante la implementación de estrategias que permitan propiciar ambientes de desarrollo saludables en lo referente al aspecto emocional y social. En particular, en la Institución Educativa es de importancia el trabajo que se pueda realizar desde el componente de salud mental por cuanto se atiende a población en condiciones de vulnerabilidad por diferentes circunstancias que atañen a su modo de vida.

Por consiguiente, la campaña que se sistematiza es un proceso que implica un trabajo reflexivo y crítico sobre el cuidado de la salud mental debido a las implicaciones emocionales que presentan los estudiantes que se encuentran en la etapa de la adolescencia, creada y ejecutada en un periodo específico comprendido entre febrero y noviembre del presente año.

Para la realización de la sistematización de la experiencia se siguieron metodologías propias de la sistematización basada en una metodología cualitativa para poder obtener las diferentes perspectivas de la experiencia.

Con base a los resultados de la campaña se realiza un contraste de la teoría y la práctica, para posteriormente crear una propuesta con el fin de que desde edades tempranas se fomente el cuidado de la salud mental, implementando diferentes herramientas y estrategias para desarrollar habilidades socioemocionales de forma progresiva desde el comienzo de la escolaridad contribuyendo al desarrollo integral de los estudiantes.

**Línea de investigación:** Educación, transformación social e innovación.

**Sublínea de investigación del programa:** Psicología en la construcción del tejido social

Teniendo en cuenta la línea y la sublínea de investigación, la sistematización de la experiencia de La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental apoya y contribuye de manera directa a construcción de tejido social, porque al cuidar la salud mental se está fortaleciendo a los estudiantes, sus familias y por ende a toda la sociedad.

## **1 CAPÍTULO I. Selección de la sistematización de la experiencia de aprendizaje**

### **1.1 Objeto**

Sistematizar la experiencia de la creación y ejecución de la Campaña de Promoción y Prevención de Salud Mental en estudiantes de los grados noveno, décimo y once en la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe entre el 22 febrero y el 5 de noviembre de 2021.

### **1.2 Eje**

La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental.

### **1.3 Objetivos**

#### *Primario*

Reconocer la participación que se obtuvo en La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental.

#### *Secundarios*

Identificar los momentos significativos de La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental.

Analizar las oportunidades de mejora en La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental.

#### **Destinatarios.**

Corporación Universitaria Minuto de Dios UNIMINUTO – Programa Psicología IEM Nuestra Señora de Guadalupe representada por la señora rectora Rosa Cecilia Bustos y demás miembros de la comunidad educativa.

Autores del Proyecto de sistematización.

## **2 CAPITULO II. Plan de sistematización**

### **2.1 Delimitación de la experiencia**

La sistematización de la experiencia se realiza en el periodo comprendido entre los meses de febrero a noviembre de 2021, tiempo en el cual se plantea la creación y ejecución de La Campaña de Prevención y Promoción de La Salud Mental, en la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe, en donde se abordaron a los adolescentes los cuales son estudiantes pertenecientes a comunidades vulnerables y de alto riesgo social.

En los meses comprendidos de febrero a junio mediante el diagnóstico psicosocial se identificó: alteraciones psicológicas en las emociones de los estudiantes debido a la pandemia y el aislamiento social, además por la presión de pertenecer a un grupo de amigos, la frustración que genera la discrepancia entre la realidad y lo que se desea y conflictos familiares por lo cual se vio la necesidad de implementar un proyecto enfocado a salud mental, de ahí parte la idea de planificar una Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental, así mismo en el mes de agosto se realizó el material de información y difusión para la campaña, el 6 de septiembre se inicia con la presencialidad en la Institución Educativa fecha en la que se comienza la difusión y ejecución de la campaña y la fecha de terminación es el 15 de octubre.

Contando con la información recolectada y la experiencia vivenciada al realizar las actividades de información y difusión (Video, plegable, cartelera, infografías, talleres y cartilla) sobre salud mental en el transcurso de la campaña, se prosigue con el análisis de la información para la sistematización desde el 15 de octubre a noviembre 8, con el fin de reconocer la participación que se obtuvo en La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental; mediante la observación directa, diarios de campo, encuestas, matriz de ordenamiento, el dialogo con los directivos.

Por medio de la campaña se busca fortalecer los factores psicoemocionales en los estudiantes, puesto que se identificó que en la Institución Educativa existen alteraciones psicológicas en las emociones de sus estudiantes, evidenciándose en los casos de atención requerida por el equipo de apoyo psicosocial y salud mental.

Tras la ejecución de la campaña con las diferentes estrategias y temáticas abordadas se busca que los estudiantes promuevan espacios para mejorar su salud mental en sus diferentes entornos, también su rendimiento académico y busquen cuando se amerite orientación escolar.

## **2.2 Propósito de la sistematización (justificación)**

La sistematización de la experiencia de la práctica profesional en la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe, cobra importancia por la tarea de cuidar la salud mental de los jóvenes escolarizados que además se encuentran en una sucesión de cambios y son vulnerables para desarrollar afectaciones psicológicas. Además, la crisis sanitaria obligó a un cambio radical en los estilos de vida y esto afectó a los estudiantes de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe, principalmente porque son adolescentes que están en una etapa donde la interacción social es importante y el confinamiento lo ha impedido, como lo refiere Molla (2020) “Hoy en día sabemos que la crisis por coronavirus ha generado importantes resonancias emocionales en los adolescentes. Concretamente se relacionan con una tendencia aumentada a experimentar síntomas ansiosos y depresivos” (p.1).

Debido al aislamiento social se ha disminuido el contacto con personas externas al núcleo familiar dejando de lado actividades de esparcimiento que aportan en los jóvenes momentos de satisfacción, relajación, recreación y disfrute personal. La subdirectora de enfermedades del Ministerio de Salud Nubia Bautista (2020) refiere que:

Ante la situación de emergencia sanitaria actual, es posible que se presenten reacciones emocionales que incluyen temor a enfermarse o morir, sensación de impotencia por no poder proteger a los seres queridos, temor a acercarse a servicios de salud por riesgo a enfermarse, desesperanza, aburrimiento, soledad, miedo a perder dinero, insomnio, aumento de la ansiedad generada por la incertidumbre, reducción en la percepción de seguridad e irritabilidad (p.1).

En los estudiantes, los cambios de los estilos de vida debido al confinamiento y a la desolación han desencadenado estrés, ansiedad, disminución de las habilidades sociales, cambios

de hábitos, afectando su salud mental, es por esto que el fortalecimiento en factores psicoemocionales permite disminuir comportamientos de riesgo en estudiantes de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe como el estrés, la angustia, la ansiedad y por lo contrario puedan contribuir en la sensación de bienestar y placer. Como lo indica American Academy of Pediatrics (2020) “Los niños más pequeños pueden no saber cómo hablar sobre sus sentimientos, pero pueden mostrar cambios en su comportamiento o desarrollo” (p.2).

Palabras como habilidades, emociones, bienestar personal y social, resolución de conflictos, resiliencia son términos esenciales de la inteligencia emocional los cuales son importantes fortalecer en los adolescentes.

También en la adolescencia se desarrollan hábitos sociales y emocionales importantes para el bienestar mental por lo cual se debe acoger pautas, desarrollar habilidades, gestionar las emociones y realizar actividades que permitan afrontar los problemas que se puedan presentar (OMS,2020).

Además, existen factores como los entornos y las condiciones que influyen en el bienestar psicoemocional de los adolescentes reflejándose en sus comportamientos y competencias individuales y sociales como lo expresa Martín Baró (1990) “En la salud mental la importancia de las relaciones interpersonales e intergrupales y a su vez se enraíza en las particularidades del individuo” (como se citó en Bedoya et al., 2020)

Se debe tener en cuenta que la salud mental difiere según la etapa de desarrollo en la que se encuentre el individuo como lo afirma Valladolid y López (2021):

En comparación con los adultos, las consecuencias adversas de la pandemia en la salud mental de los adolescentes pueden ser más prolongadas e intensas. Su impacto depende de varios factores: edad, situación educativa, existencia de discapacidades, antecedentes de trastornos mentales, bajo nivel social, enfermedades de los padres –incluida la covid-19– y grado de estructuración familiar (p.2).

Así mismo Pose (2011) afirma que “La salud mental, a diferencia de la salud física, es más imprecisa, intangible, y de valoración subjetiva, requiriendo un dispositivo de atención que abarque al adolescente y también a sus vínculos más significativos” (p.1). Por lo tanto, para mantener una salud mental adecuada se hace necesario conocer diferentes factores

psicoemocionales como la regulación emocional, la asertividad, el autocontrol y la resiliencia, temas que se abordan en la Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental, buscando generar un impacto en los estudiantes que participan en la misma.

La intervención tiene como estrategias metodológicas de difusión que contribuyen con el aprendizaje para la ejecución y divulgación de La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental, se hace imperioso contar con una información sólida que evalúe el impacto en los estudiantes para reforzar la gestión de la ejecución de la campaña y campañas posteriores realizadas en la Institución Educativa.

Además, la sistematización de la experiencia en la Campaña De Prevención y Promoción en Salud Mental será una herramienta o referente dentro del proceso educativo al interior de la Institución, no solo en actividades curriculares si no en cualquier actividad. Esto permite identificar como se puede mejorar en pro de la educación y de los procesos cognitivos superiores, así como del rendimiento académico. Además, gracias al desarrollo de la campaña con sus diferentes procesos se va a mitigar los problemas de salud pública que afectan a la salud mental en la etapa escolar.

Para poder implementar de forma correcta una intervención desde el campo educativo en los estudiantes sobre salud mental, se necesitan varias estrategias que faciliten la comprensión de los diferentes temas expuestos, según Farmery Wolff (1991) “ los más actuales, para definir las estrategias de enseñanza como los procedimientos que el agente de enseñanza utiliza en forma reflexiva y flexible para promover el logro de aprendizajes significativos en los alumnos “(citado por Zubillaga y Zavala 2017 p.6).

Cabe destacar el rol del psicólogo educativo según Arvilla et al 2011 “Se participa en la búsqueda de soluciones a los problemas tanto académicos como conductuales que se presentan en los niños, adolescentes y adultos” (p.259) por medio de la intervención en la campaña se realizó acercamientos, se generaron observaciones permanentes y se pudo determinar que muchos estudiantes pasan por diferentes situaciones expuestos a factores de riesgos como bajo rendimiento académico, baja tolerancia a la frustración, violencia intrafamiliar, entre otros, los cuales

generaban implicación a nivel emocional y con el desarrollo de campaña se buscó disminuirlos y desarrollar habilidades emocionales.

### **2.3 Descripción de la experiencia**

La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental, surge después de realizar una contextualización del sitio de práctica y la realización de una encuesta virtual a estudiantes y docentes de la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe, los resultados de la encuesta fueron interpretados mediante una matriz DOFA, surgiendo la necesidad de trabajar un proyecto encaminado a cuidar la salud mental, el cual se elaboró y se ejecutó para solventar esa necesidad.

Por lo tanto, la sistematización de la experiencia se realiza para reconocer la participación que se obtuvo en la Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental que además generó aprendizaje significativo sobre el cuidado de la salud mental en los estudiantes por medio de las actividades de información y difusión realizadas durante y después de la intervención, además de brindar apoyo a orientación escolar y así mitigar los problemas de salud pública que afectan a la salud mental en la etapa escolar.

La sistematización se desarrolla realizando seguimiento en todo el proceso de la Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental mediante el uso de diarios de campo, formatos de registro, fichas de recuperación de aprendizajes y la matriz de ordenamiento, con el fin de obtener unos resultados frente a la secuencia en la experiencia de la creación y la ejecución de la campaña evidenciándose en el comportamiento de los estudiantes en cuanto a su cooperación en las diversas actividades realizadas a lo largo de la campaña.

A partir de la sistematización se busca motivar a la comunidad de la Institución Educativa para tener en cuenta lineamientos estratégicos para generar campañas transversales que impacten positivamente a los estudiantes y que la sistematización sea una referencia para futuras campañas.

En la sistematización se tendrá en cuenta el proceso que se llevó a cabo para fortalecer la salud mental, promover la regulación emocional, los mecanismos de resolución de conflicto y resiliencia con los estudiantes que vivenciaron la Campaña.

### **3 CAPITULO III. Metodología**

La Sistematización de la práctica profesional en la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe, va encaminada en la línea de investigación cualitativa basada en el análisis subjetivo e individual, enfocada en la realización de un ejercicio práctico, crítico e interpretativo.

Como lo refiere Jara 2011:

Es una interpretación crítica de una experiencia que es ordenada de forma coherente durante los sucesos que se van manifestando, pasando de lo confuso a lo interpretativo, revelando así lo desconocido, poniéndolo a la mesa de discusión para llegar así a las conclusiones que generan el aprendizaje significativo.

Para la sistematización se hace necesario realizar un registro de la experiencia a través de una matriz de ordenamiento, diarios de campo, evidencias fotográficas, material elaborado, considerados piezas fundamentales para documentar la sistematización y así reconocer la participación, identificar los momentos significativos y analizar las oportunidades de mejora que se implementaron en el proyecto de práctica basadas en las siguientes temáticas: importancia de cuidar la salud mental, recomendaciones para cuidar la salud mental, regulación emocional, pautas para el manejo de las emociones, estrategias para la resolución de problemas y resiliencia.

**Figura 1**

*Metodología de la sistematización*

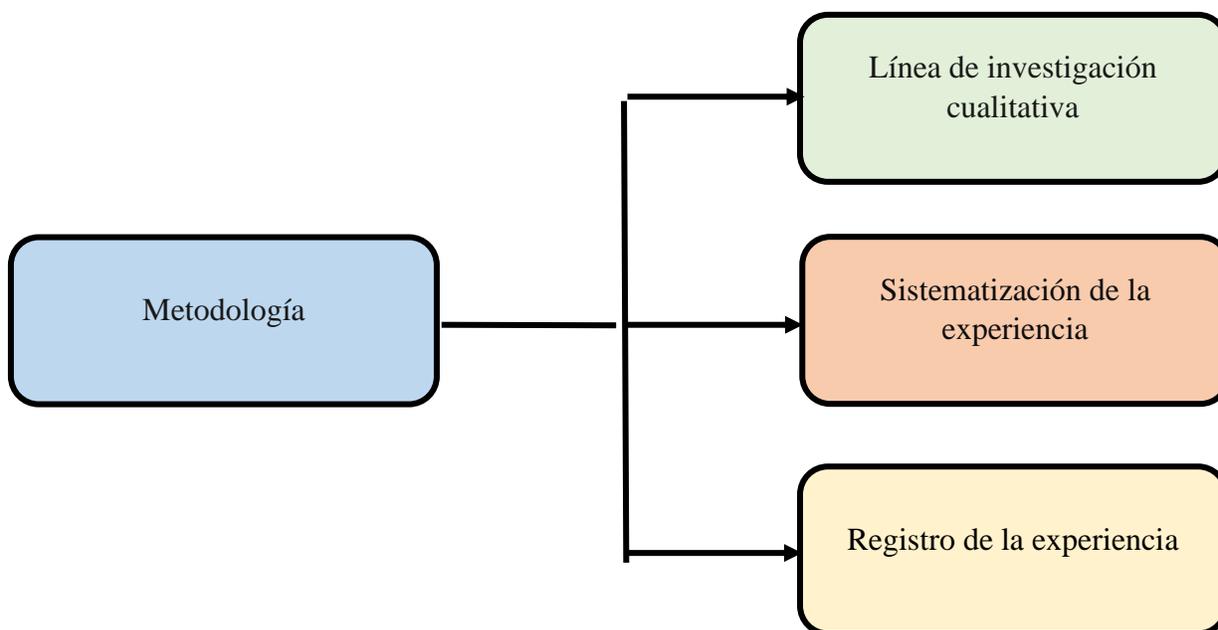


Figura 1. Pasos para seguir para la metodología de la sistematización.

#### **4 CAPITULO IV. Reconstrucción ordenada de la experiencia (ROE)**

Siguiendo los lineamientos de la práctica profesional para estudiantes UNIMINUTO se realizará un análisis crítico y argumentativo de la realidad en el contexto educativo de la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe sitio asignado para la realización de la práctica.

A continuación, se presenta una recuperación de los hechos relevantes registrados en la matriz de ordenamiento en la experiencia que llevaron a la creación y ejecución de La Campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental en la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe y posteriormente a su sistematización.

Inicialmente para realizar la contextualización y acercamiento al sitio de práctica, se programó una reunión virtual entre el Interlocutor de la Institución Educativa Mg. Wilson Andrés Salazar, Asesora de práctica Mg. Ginna Patiño, practicantes de psicología de UNIMINUTO Edith Lorena Benavides y Angie Lizeth castro Cabezas; en donde se realizó la presentación formal para dar a conocer cuáles son las funciones a desempeñar durante los dos semestres de práctica profesional en el campo educativo en la IEM Nuestra Señora de Guadalupe.

Una vez asignado el lugar de práctica en el campo educativo se hace necesario realizar un diagnóstico psicosocial inicial, se utiliza entrevistas y encuestas realizadas de manera virtual usando formularios digitales, a estudiantes, docentes, administrativos y padres de familia, aplicadas el 25 de marzo se logró recolectar información que permite identificar las necesidades de los estudiantes de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe.

Por consiguiente, con los resultados obtenidos en el diagnóstico psicosocial inicial, el 5 de abril, se categorizó aquellas debilidades, oportunidades, fortalezas y amenazas, de las cuales se evidenció la necesidad a intervenir de manera oportuna en mejorar la salud mental de los estudiantes de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe, debido a las diversas implicaciones a nivel psicoemocional que se están presentando. Además, se tuvo en cuenta la información

suministrada en la reunión del comité de convivencia del día 8 de marzo del 2021, donde la rectora manifestó como una problemática los aspectos psicoemocionales que se están presentando en los estudiantes y se requiere hacer un acompañamiento desde el área de orientación escolar y equipo de apoyo psicosocial y salud mental de la Institución; de ahí se retomó toda la información obtenida para poder construir una intervención acorde y adecuada a la necesidad identificada; diseñando la campaña de Prevención y Promoción en Salud Mental dado que los estudiantes afrontaron cambios forzados de la noche a la mañana, pasando de una educación presencial a una modalidad de trabajo en casa por medios virtuales, cambios que modificaron totalmente los estilos de aprendizaje, de vida e interacción propios de su edad.

Para el desarrollo de la campaña se plantearon diferentes estrategias de información y herramientas de difusión como:

La realización de un video creado para fortalecer la salud mental, por medio de él se construye un conocimiento sobre ¿Qué es la salud mental?, la importancia de cuidar la salud mental y recomendaciones, este se incluye como un recurso de enseñanza - aprendizaje, una estrategia atractiva e interesante que permitió la socialización del tema sobre la salud mental con los estudiantes y a partir de su divulgación se pudo construir aprendizaje significativo evidenciado en la evaluación del recurso donde los estudiantes expresaron desde su diario vivir, cuál sería la forma más apropiada de cuidar su salud mental.

Así mismo por medio del video se aprende de forma visual y auditiva logrando captar la atención de los estudiantes. Con duración de pocos minutos, con imágenes atractivas y entretenidas, favoreciendo los distintos estilos de aprendizaje; se compartió el enlace con el fin de que los estudiantes puedan revisarlo en cualquier momento. Con el video se obtienen resultados positivos, el indicador de logro se mide a partir de las reproducciones hechas del video que fue compartido con los grupos tomando un valor significativo dado que los estudiantes viven en zona rural y no cuentan con conexión a internet, en la socialización se evidenció la motivación y la atención por parte de los estudiantes. Además, en la plataforma de YouTube se obtienen cada día más visualizaciones para el video.

También, se elaboró un plegable el cual se realizó con el propósito de brindar información con seis recomendaciones para cuidar la salud mental, se pretendía que los

estudiantes cuenten con una herramienta visual con colores llamativos que les permita fortalecer la importancia de crear hábitos saludables en su vida. La información sobre las recomendaciones se presenta de forma reducida con una extensión breve y fácil de entender. Los estudiantes se mostraron interesados en leerlo, realizando preguntas con buena participación en la entrega y socialización de los plegables, son los mismos estudiantes quienes proponen utilizar el cuaderno de Ética para poderlo pegar y conservarlo.

Además se elaboró una cartelera informativa que contiene pautas para cuidar la salud mental una herramienta visual que se ubicó en un lugar estratégico de la Institución Educativa en donde se cuenta con la afluencia de estudiantes, se buscó complementar y enriquecer el fortalecimiento de la salud mental de los estudiantes de los grados noveno, décimo y once de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe, adicionalmente en el diseño de la cartelera se usaron imágenes llamativas para motivar al estudiante a realizar la respectiva lectura, con letra legible, el menor texto posible para evitar el exceso y esta no resulte abrumadora. Después de su respectiva socialización se ubica en la Institución Educativa y los estudiantes de grados superiores como décimo y once son quienes demuestran su interés por realizar la lectura; lo cual se puede concluir por la observación realizada y a diferencia los grados novenos no muestran el mismo interés.

Se crea una cartilla digital con pautas para el manejo de las emociones, se buscaba promover la regulación emocional de los estudiantes, en la socialización, en un principio con la introducción presentada se notaba a los estudiantes desmotivados con el tema, talvez porque percibieron que se realizaría como una clase magistral y en transcurso fue tomando otro rumbo, positivo, cuando la cartilla digital fue presentada con su diseño y la música fue llamativa se logró captar la atención de los estudiantes, además en la cartilla se presentó una técnica de relajación Mindfulness y fue puesta en práctica para que los estudiantes cuenten con un recurso adicional, se pudo observar al principio de la técnica cierta distracción que se mantuvo en algunos de los estudiantes participantes; luego de la presentación se llevó a cabo una serie de preguntas para evaluar que tanto aprendieron referente al tema, además los estudiantes realizaron en media hoja de papel escritos donde expresaban las emociones que presentaban en ese momento, se llevó a

cabo liberación emocional lo que permitió identificar afectaciones psicoemocionales que presentaban los estudiantes.

Se ejecutaron talleres orientados a cuidar la salud mental de los estudiantes, estos cuentan con la siguiente estructura: Tema, objetivo, bienvenida dinámica inicial, sensibilización, participación activa de los estudiantes y evaluación.

Los talleres se desarrollaron en los grados novenos, décimos y onces usando los recursos ofrecidos por la institución como el aula audiovisual y recursos tecnológicos como video Beam, recursos multimedia y el recurso humano de UNIMINUTO. Los talleres que se realizaron fueron: Aprendo a relajarme con imaginación guiada y Avanzar si es posible, este último basado en la temática de resiliencia que era un tema necesario afianzar en los estudiantes; el tiempo que fue asignado en cada grado para realización fue corto, bajo la observación y vivencia se hace necesario más tiempo para poder trabajar con más pausa y dedicación en los temas pertinentes, además porque estando los talleres planteados surgieron dudas que se deben aclarar y se vio la necesidad en el taller sobre resiliencia contar a grosso modo la biografía de Victor Frank como un referente de resiliencia. En la realización del taller se pudo evidenciar que los estudiantes se interesan más por el desarrollo de actividades prácticas, obteniendo resultados muy positivos, se logró que los diferentes grupos con los cuales se ejecutó los talleres se comunicaran libremente sin prejuicios, además analizaron, identificaron y reflexionaron sobre cada una de las temáticas que se llevaron a cabo en cada uno de los talleres.

Así mismo mediante la participación activa de los estudiantes se pudo evidenciar que la temática tratada en los talleres fue de interés y de gran impacto.

A pesar de la dificultad del tiempo que se tenía destinado para el desarrollo de los talleres se logró cumplir con los objetivos propuestos.

Finalmente se diseñó infografías que abordaron temas sobre las estrategias de resolución de conflictos y la resiliencia, se busca que los estudiantes cuenten con estrategias para controlar, identificar y manejar diferentes situaciones que se les presenten en su diario vivir. Para que los estudiantes consoliden la información que contienen las infografías se hizo necesaria una

socialización que incluyo situaciones reales con ejemplos tanto en el contexto familiar como en el escolar donde se requieran poner en práctica estas habilidades sociales.

Con la diversidad de material presentado y la realización de talleres con los estudiantes se pretendía que comprendan, consoliden la información y sea puesta en práctica en su vida para poder contribuir en la promoción y prevención del cuidado de la salud mental.

Tras la realización de la Campaña Prevención y Promoción en Salud Mental se realizó un plan de seguimiento para evaluar la efectividad de las estrategias implementadas con los estudiantes participantes.

Se planteó una encuesta con preguntas sobre contenidos desarrollados mediante las diferentes estrategias y temas tratados que permitan saber si los estudiantes después de realizar la campaña se preocupan por cuidar su salud mental, además se realizó el proceso de auto y coevaluación identificando la forma de pensar, sentir y actuar.

Gracias al seguimiento realizado en los diarios de campo se puede notar como ciertas estrategias atraen más a los jóvenes y señoritas para la comprensión de diferentes temas, dejando a un lado la metodología magistral lo cual es una oportunidad de mejora que debe tener la Institución para sus estudiantes y proponer variedad de estrategias innovadoras que permitan realizar praxis; también se registran las actitudes que son reveladas durante la campaña.

Por otra parte, se evalúa la sensibilización que se realizó sobre el cuidado mental, que propone empatía hacia el grupo de orientación escolar y apoyo psicosocial en pro de mejorar el cuidado y salud mental de los estudiantes de la Institución mediante la campaña.

Finalmente se encuentra la necesidad de sistematizar la experiencia, puesto que es la primera campaña realizada desde la práctica profesional enfatizada en prevención y promoción alrededor de la salud mental fortaleciendo los factores psicoemocionales de los estudiantes, identificando que la participación de la comunidad educativa es acorde a las estrategias de intervención que se ejecuten de manera innovadora generando momentos de aprendizajes

significativos y con ello mejorar próximas experiencias de aplicación de La Campaña de Promoción y Prevención de Salud Mental en contextos similares

## **5 CAPITULO V. Análisis e interpretación crítica de la experiencia (AICE)**

La campaña de promoción y prevención de salud mental fue orientada hacia estudiantes en edades comprendidas entre los 14 y 17 años en quienes se encontró la necesidad de desarrollar diferentes temáticas para fortalecer los factores psicoemocionales en esta etapa del desarrollo, Citando a Unicef (2021):

Durante la infancia y adolescencia, el desarrollo cognitivo, social y emocional atraviesa sus fases más cruciales. Las experiencias que se viven en estas etapas ocupan un lugar crítico en la conformación de la salud mental de una persona y, por tanto, son elementos esenciales para gozar de un buen estado de salud y calidad de vida en las diferentes etapas. (p.5)

Es necesario implementar campañas sobre el cuidado de salud mental desde edades tempranas para ser más precisos en el contexto escolar desde el grado preescolar en adelante dado que “Estudios muestran que el 50% de trastornos mentales en edad adulta han tenido su inicio entre los 12 a 18 años. Por este motivo, la población adolescente constituye un eje para las políticas preventivas y asistenciales de salud mental” (Casañas y Lalucat, 2019, p.117). De esta manera se prevendría que en los adolescentes quienes atraviesan cambios físicos, emocionales y sociales sean más vulnerables a presentar problemas relacionados con la salud mental.

En el desarrollo de la campaña se evidencio afectaciones a nivel emocional, identificadas en escritos elaborados por los estudiantes donde expresaron el sentir del momento realizando liberación emocional por lo tanto se demostró la importancia sobre el cuidado de la salud mental por el bienestar emocional, psicológico y social de los estudiantes, frecuentemente se le da mayor relevancia a la salud física dejando de lado la salud mental lo cual puede afectar las diferentes áreas del desarrollo, según los autores Cova et al. (2019):

La promoción y prevención en salud mental son crecientemente reconocidas como estrategias fundamentales. Se ha demostrado que programas promocionales y preventivos en esta área pueden ser efectivos. Existe la expectativa de que la diseminación de estos programas pueda ayudar a disminuir la brecha entre necesidades de atención en salud mental y recursos disponibles. (p.2)

La campaña de prevención y promoción de salud mental en la Institución Educativa Nuestra Señora de Guadalupe surgió como proyecto que responde a las necesidades de los estudiantes, se creó y ejecuto desde y para la institución educativa con el apoyo de orientación escolar y el equipo de apoyo psicosocial y salud mental de acuerdo con Saavedra y Luna 2015 “Para realizar las actividades para la promoción de la salud mental del adolescente es necesaria la coordinación con las instituciones educativas de la jurisdicción”. (p.49), por lo tanto, al no poder realizarlo como lo plantea el autor es necesario apoyarse desde la interdisciplinariedad de diferentes áreas académicas con el fin de fortalecer los aprendizajes obtenidos.

Así mismo es necesario tener en cuenta que para mejorar los resultados en la campaña se requiere articularse con diferentes entidades quienes aporten de forma integral en pro de la salud mental. Como lo expresan Medina et al. (2014) “se debería establecer acciones concretas, metas y el compromiso de cumplir las metas en un tiempo determinado y facilitar la colaboración intersectorial entre el sector salud, educativo, social y de justicia, especificando responsabilidades y rendición de cuentas” (p.94)

En la sistematización de la experiencia se ha logrado cumplir con los tres objetivos planteados.

Reconocer la participación que se obtuvo en la Campaña de Prevención y Promoción en salud mental. Alcanzando este objetivo a partir del registro en la matriz de ordenamiento y diarios de campo donde se plasmó información relevante sobre las diferentes actividades propuestas y realizadas, además se afianzó con la reconstrucción ordenada de la experiencia, identificando que la participación fue evolucionando en el transcurso de la campaña.

Identificar los momentos significativos de La Campaña de Promoción y Prevención de Salud Mental.

El segundo objetivo se logró a partir de la segunda intervención realizada en la campaña, se logró identificar como la actitud de los estudiantes frente al cuidado de la salud mental cambió puesto que algunos de los participantes solicitaron acompañamiento psicológico en el área de orientación escolar, además se involucró a las familias obteniendo resultados positivos durante el proceso.

Desde la prevención se articuló con entidades de salud con el fin de que se realice la debida atención evitando se incremente problemáticas que los aqueja. Además, el interlocutor de la Institución expreso la diferencia de casos que se han presentado en este año en comparación a años anteriores donde no se ha realizado campañas de este tipo en la Institución

Analizar las oportunidades de mejora La Campaña de Promoción y Prevención en Salud Mental.

Finalmente, en cuanto al tercer objetivo se puede decir que la experiencia que se vivencio en la aplicación de la campaña en la Institución Educativa Nuestra Señora de Guadalupe fue beneficiosa dado que permitió la reflexión de las intervenciones que se realizan desde el campo educativo en búsqueda de mejorar la calidad de vida de los estudiantes y su bienestar integral. Así mismo se contó con la aprobación del orientador escolar, docentes y la participación de los estudiantes.

A continuación, se relaciona por medio de tablas las debilidades encontradas para el desarrollo de la práctica profesional del psicólogo en formación y de las debilidades evidenciadas en el desarrollo de la Campaña.

**Tabla 1.**

*Debilidades y alternativas de solución en la práctica profesional.*

<b>Debilidades y alternativas de solución en la práctica profesional.</b>		
<b>Debilidad- limitación</b>	<b>Descripción</b>	<b>Alternativas de solución</b>
La pandemia del coronavirus y sus consecuencias.	Una de las consecuencias es que debido a las medidas que se tomaron fue el aislamiento social, las Instituciones Educativas por orden del presidente de la república prohibió las clases presenciales esto impidió tener un acercamiento oportuno al sitio de práctica.	Con el acompañamiento del interlocutor de la Institución se buscaron alternativas para iniciar comunicación con los estudiantes por medio de llamadas y medio tecnológicos que permitieron el contacto para poder enfrentar esta situación.

Tabla 1. Se describe debilidades y alternativas de solución en la práctica profesional.

**Tabla 2.**

*Debilidades y alternativas de solución en la ejecución de la campaña.*

<b>Debilidades y alternativas de solución en la ejecución de la campaña.</b>		
<b>Debilidad – limitación</b>	<b>Descripción</b>	<b>Alternativa de solución</b>
Tiempo	Falta de tiempo para la socialización de las diferentes herramientas elaboradas para la campaña y la realización de los talleres.	Desde coordinación académica se destinen horarios exclusivos para trabajar en la campaña.
Alternancia	Dada la emergencia sanitaria la Institución estableció la alternancia en cuanto a la	Desde las directivas de la Institución encabezada por la rectora se ha gestionada en

	<p>asistencia de los estudiantes intercalando semanas de trabajo entre primaria y secundaria impidiendo el desarrollo continuo de la campaña con la población priorizada.</p>	<p>mejoras y ampliación de la infraestructura escolar con el fin de proporcionar espacios renovados y adecuados para la distribución de los estudiantes.</p> <p>Para solventar esta situación se optó por elaborar material digital para desarrollar la campaña que se pueda compartir en los diferentes grupos de WhatsApp, y página web de la Institución.</p>
<p>Incertidumbre del regreso o no a la presencialidad.</p>	<p>El material elaborado con anterioridad estaba planificado para ser socializado por medios virtuales.</p>	<p>Incrementar al material propuesto talleres prácticos para ejecutar con los estudiantes de forma presencial, con la finalidad de que la teoría se la pueda aplicar en la práctica y de esta manera los estudiantes desarrollen habilidades y actitudes que fortalezcan su salud mental.</p>

Tabla 2. Se describe debilidades y alternativas de solución en la ejecución de la campaña.

## **6 CAPITULO VI. Propuesta transformadora**

Es importante extender La Campaña de Prevención y Promoción de Salud Mental a los estudiantes desde el grado transición hasta el grado once, entendiendo que en cada etapa del ciclo vital se pueden generar malestares que perjudiquen y pongan en riesgo la integridad física y emocional de las personas, contando con el apoyo de todos los profesionales que hacen parte de la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe.

Cabe resaltar que la Institución cuenta con diferentes proyectos que busca satisfacer las necesidades de los estudiantes y así mismo vinculan a la familia logrando aprendizajes por y para la vida integrando a toda la comunidad educativa; por lo tanto, la propuesta busca tener igual impacto y receptividad como los demás proyectos que han perdurado por años.

### **Descripción de la propuesta.**

Se busca promover y detectar cuanto antes el riesgo en la salud mental de niños, niñas y adolescentes con el fin de prevenir y brindar atención aquellas necesidades que se presentan en el ámbito familiar, educativo y social.

Como lo refiere Unicef (2021) “El objetivo es evitar la patologización, priorizando aspectos de promoción de la salud y la derivación cuando sea necesaria a los Servicios especializados de Salud Mental, haciendo un uso racional de recursos que actualmente están en riesgo de saturación”. (p.12). Así mismo para la realización de la propuesta y su continuidad se requiere trabajo mancomunado de familia y escuela, vinculando también a diferentes redes de apoyo, como entidades para trabajar de manera sincronizada enfocándose en erradicar y mitigar los problemas de salud pública en salud mental.

Se recomienda para campañas posteriores se realice una transversalización con las diferentes áreas donde se involucren temáticas relacionadas con salud mental, además es necesario que se traten temas sobre:

Potenciar la autonomía

Autoestima  
Manejo del estrés  
Habilidades sociales  
Bullying  
Empatía  
Concepto de salud mental  
Que son los trastornos mentales  
Conductas saludables  
Conductas de riesgo  
Autolesiones e ideación autolítica  
Identificación de las emociones  
Proyecto de vida  
Comportamiento prosocial  
Asertividad  
Manejo de conflictos.

Además, en el aula se debe propiciar un ambiente favorable, para que los aprendizajes de estos temas sean confiables, seguros y acogedores así mismo se debe mantener un dialogo abierto para la construcción de un aprendizaje significativo que favorezca la salud mental de los estudiantes.

### **Propósito de la propuesta**

Con esta propuesta transformadora se pretende alcanzar los siguientes propósitos:

- Continuar con el desarrollo de Campañas orientadas a la salud mental transversalizadas con las diferentes áreas.
- Fortalecer la alta capacidad de resiliencia que poseen los niños, niñas y adolescentes ante acontecimientos estresantes y traumáticos, evitando así desarrollar problemas de salud mental a largo plazo.
- Brindar un apoyo apropiado en las primeras etapas donde se desarrollan las habilidades sociales.

- Que la Institución Educativa siga siendo un contexto de protección y socialización en pro del bienestar integral de los estudiantes incidiendo positivamente en la salud mental.
- Mediante las Escuelas de Padres se propicien espacios que permitan fortalecer los factores psicoemocionales de cuidadores
- Realizar capacitación a docentes sobre salud mental.

## **7 CAPITULO VII. Conclusiones**

La experiencia de la práctica profesional desde el campo educativo realizada en la Institución Educativa Municipal Nuestra Señora de Guadalupe, a través de las diferentes vivencias ha permitido contrastar la teoría adquirida a lo largo de la carrera, además la experiencia ha aportado nuevos aprendizajes que se pondrán en práctica en la vida profesional.

Por medio de la experiencia vivenciada en la Campaña de Prevención y Promoción en Salud mental, se logró identificar la necesidad de mejorar los conocimientos de los estudiantes referentes a la salud mental, desde la vinculación, apropiación de las temáticas propuestas en la campaña con el fin de disminuir factores de riesgo que afecten su bienestar integral.

La importancia de promover en la experiencia de práctica, el trabajo en conjunto y coordinado entre la escuela, familia y sociedad, con el fin de llevar a cabo intervenciones donde los estudiantes puedan beneficiarse en mejorar las conductas saludables e incrementar el bienestar emocional además de logró prevenir la repercusión de trastornos mentales en la vida de los estudiantes.

Los directivos y el equipo de orientación escolar se percataron del incremento de los casos mediante la finalización de la ejecución de la campaña de prevención y entendiendo así la importancia de abordar las temáticas necesarias para cuidar la salud integral y mejorar el rendimiento académico de sus estudiantes.

La participación de los estudiantes en la campaña fue un proceso evolutivo evidenciado en los buenos resultados que se obtuvieron.

### Referencias Bibliográficas

- Arvilla Ropain, A. R., Palacio Orozco, L. P., & Arango Gonzáles, C. P. (2013). El psicólogo educativo y su quehacer en la institución educativa. *Duazary*, 8(2), 258–261.  
<https://doi.org/10.21676/2389783X.231>
- Bedoya, D. Buitrago, D. Restrepo. y Vanegas, A. (2020). Salud mental: De un ejercicio conceptual a un modelo de formación.  
[https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/9877/Libro\\_Salud%20Mental\\_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/9877/Libro_Salud%20Mental_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Casañas, R. Lalucat, Ll. (2019). Promoción de la salud y bienestar emocional en los adolescentes: panorama actual, recursos y propuestas. *Revista De Estudios De Juventud* Septiembre 18 n° 121.  
[http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/7.\\_promocion\\_de\\_la\\_salud\\_mental\\_prevenccion\\_de\\_los\\_trastornos\\_mentales\\_y\\_lucha\\_contra\\_el\\_estigma.\\_estrategias\\_y\\_recursos\\_para\\_la\\_alfabetizacion\\_emocional\\_de\\_los\\_adolescentes.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/7._promocion_de_la_salud_mental_prevenccion_de_los_trastornos_mentales_y_lucha_contra_el_estigma._estrategias_y_recursos_para_la_alfabetizacion_emocional_de_los_adolescentes.pdf)
- Cova, F, Grandón P, Saldivia S, Inostroza C. (2019). Promoción Y Prevención En Salud Mental: ¿Esperanza Fundada, Vana Ilusión O Contrabando Psicopatologizador? *Papeles del Psicólogo*, 40(3),211-216 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77864998008>
- Equip Vincles Salut. Guía para la promoción de la salud mental en el medio penitenciario. Madrid: Ministerio del Interior. Secretaria General de Instituciones Penitenciarias; 2011. 198 p.
- Guerrero, R. Oliva, T. Ojeda, M. (2017). Características de la entrevista fenomenológica en investigación en enfermería. *Revista Gaúcha de Enfermagem*. Recuperado de <https://www.scielo.br/pdf/rgenf/v38n2/0102-6933-rgenf-1983-144720170267458.pdf>

- Guamán Gómez, Verónica Jacqueline, & Venet Muñoz, Regina. (2019). El aprendizaje significativo desde el contexto de la planificación didáctica. *Conrado*, 15(69), 218-223. Epub 02 de septiembre de 2019.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442019000400218&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000400218&lng=es&tlng=es).
- Hernández R, Fernández C & Baptista P. (2014) Metodología de la Investigación. Sexta edición. México: McGraw Hill
- Jara, O. (2011). Orientaciones teórico-prácticas para la sistematización de experiencias. Programas significados. *Revista de Educación y Desarrollo Social*, 9(2), 86-101.
- Medina, M. Sarti, E Y Real, T. (2014) La depresión y otros trastornos psiquiátricos. Academia nacional de medicina Mexico.  
[http://www.derechopenalenlared.com/libros/L27\\_ANM\\_DEPRESION.pdf#page=116](http://www.derechopenalenlared.com/libros/L27_ANM_DEPRESION.pdf#page=116)
- Ministerio de Salud y protección social. (2020). Todos a cuidar nuestra salud mental durante la COVID-19. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Todos-a-cuidar-nuestra-salud-mental-durante-la-COVID-19.aspx>
- Molla, J. (2020). Como Afecta emocionalmente a los adolescentes la crisis del coronavirus. <https://theconversation.com/como-afecta-emocionalmente-a-los-adolescentes-la-crisis-del-coronavirus-149770>
- Organización Mundial de la salud. (2020). Salud mental del adolescente.  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Pose, G. (2011). Sobre la salud mental de las y los adolescentes.  
[http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1688-12492007000200013](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-12492007000200013)

Saavedra, G. y Luna, F. (2015). Perspectiva de enfermería sobre la promoción de la salud mental de adolescentes. Revista “Ciencia y Tecnología”, Escuela de Postgrado - UNT  
<https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/pgm/article/view/270>

Valladolid, G. López, F. (2021). La salud mental de los adolescentes, en crisis por la pandemia: ¿Como evitar complicaciones futuras?<https://theconversation.com/la-salud-mental-de-los-adolescentes-en-crisis-por-la-pandemia-como-evitar-complicaciones-futuras-157663>

Zubillaga Rodríguez, A. C. y Zavala Ojeda, M. A. (2017). Estrategias de enseñanza para la promoción de aprendizajes significativos. México, D.F, Mexico: Editorial Digital UNID.<https://elibro.net/es/ereader/uniminuto/41169?page=6>.

**Anexos**

**Apéndice A - Matriz De Ordenamiento**

<b>Fecha</b>	<b>Actividad</b>	<b>participantes</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Método</b>	<b>Resultado</b>	<b>Contexto</b>
22 de febrero del 2021	Presentación con interlocutor del escenario de práctica.	<p>Practicante psicología: Edith Lorena Benavides.</p> <p>Practicante psicología: Angie Lizeth Castro.</p> <p>Interlocutor Wilson Andrés Salazar.</p> <p>Asesora de práctica educativa Ginna Melitza Patiño.</p>	Presentar al equipo de practicantes que llevaran a cabo su práctica profesional en la IEM Nuestra Señora de Guadalupe.	Mediante llamada telefónica se agenda la reunión virtual con asesora de práctica, interlocutor y practicantes, con el fin de realizar la presentación formal y dar a conocer las funciones a desempeñar durante los dos semestres de práctica profesional en el campo educativo en la IEM Nuestra Señora de Guadalupe como son: Capacitación para docentes, diseño y aplicación de escuela de padres, planeación de talleres educativos y su respectiva aplicación, orientación educativa y también vocacional, creación de medios didácticos, asesoría	Se obtuvo una excelente acogida por parte del interlocutor, quien da a conocer las expectativas frente al trabajo que se va a desarrollar durante la práctica profesional.	Se logró un acercamiento con el interlocutor dónde se estableció una buena comunicación lo que permitió un excelente inicio de la práctica profesional en el establecimiento educativo.

				familiar y emocional a estudiantes y a padres de familia, evaluación del aprendizaje, apoyo a proceso de admisión, creación de proyectos de inclusión, fortalecimiento de procesos de aprendizaje a través del afianzamiento de los procesos básicos de desarrollo y cognitivos.		
23 de marzo del 2021	Diagnóstico psicosocial	<p>Practicante psicología: Edith Lorena Benavides.</p> <p>Practicante psicología: Angie Lizeth Castro.</p> <p>Padres de familia Docentes Administrativos Estudiantes.</p>	Realizar el diagnóstico psicosocial con el propósito de reconocer factores de riesgos que se presentan en la IEM Nuestra Señora de Guadalupe.	Mediante entrevistas y encuestas realizadas a estudiantes, docentes, administrativos y padres de familia se logró recolectar información de los factores de riesgo relacionadas con implicaciones a nivel psicoemocional que presentan los estudiantes la IEM Nuestra Señora de Guadalupe como los son: estrés, ansiedad, ideación e intento	<p>Al realizar el diagnóstico psicosocial se identificó las áreas de intervención con el fin de prevenir situaciones difíciles que pueden acarrear el hecho de no actuar de forma oportuna.</p> <p>Así mismo se obtuvo efectos satisfactorios, puesto que al presentar los resultados con el</p>	<p>Se evidencio la participación activa de estudiantes, padres de familia, docentes y administrativos de la institución en el desarrollo de las entrevistas y encuestas.</p> <p>Se logró obtener con facilidad cuales son las necesidades a las cuales se le debe dar prioridad para</p>

				<p>suicida y cuáles son los factores que los desencadenan como lo son: el desarrollo de la gran cantidad de guías de trabajo, dificultad para comprender las diferentes temáticas, problemas familiares, pérdida de seres queridos, temor a no alcanzar los logros.</p>	<p>comité de convivencia se evidencio que se concordó con los referentes que se requería intervenir.</p>	<p>implementar un plan de acción desde orientación escolar.</p> <p>Las remisiones realizadas por docentes y atención a estudiantes fue un insumo que permitió identificar casos de estudiantes que presentan alteraciones emocionales.</p>
<p>28 de marzo del 2021</p>	<p>Análisis matriz DOFA</p>	<p>Practicante psicología: Edith Lorena Benavides.</p> <p>Practicante psicología: Angie Lizeth Castro.</p>	<p>Analizar mediante la matriz DOFA las necesidades a las que se requiere intervenir.</p>	<p>Con los resultados arrojados en el diagnostico psicosocial se categorizo aquellas debilidades, oportunidades, fortaleza y amenazas. De las cuales se evidencio que la necesidad a intervenir de manera oportuna es mejorar la salud mental de los estudiantes de la IEM Nuestra Señora de</p>	<p>A partir del análisis de la matriz DOFA se encontró que entre la población estudiantil se han generado cambios suscitados por la pandemia, lo que ha provocado alteraciones emocionales, entre ellas está la ansiedad, el estrés, la ira, la depresión, agostamiento e ideación suicida.</p>	<p>Al realizar la presentación de la propuesta de promoción y prevención de la salud mental ante directivos, docentes directores de grupos se logró la aceptación para que esta sea desarrollada.</p>

				Guadalupe debido a las diversas implicaciones a nivel psicoemocional que se están presentando.	Por esta razón fue de imperiosa necesidad planificar y proponer una campaña de prevención y promoción de la salud mental.	
6 Septiembre 2021	Video que contiene información sobre la importancia de cuidar la salud mental y los hábitos para mantenerla.	<p>Practicante psicología: Edith Lorena Benavides.</p> <p>Practicante psicología: Angie Lizeth Castro.</p> <p>Estudiantes grado noveno, decimo y once.</p>	Fortalecer la salud mental de los estudiantes de los grados noveno, decimo y once de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe desarrollando actividades de información y difusión a través de un video instructivo, un plegable y una cartelera.	Se creó el video para fortalecer la salud mental, se incluye como un recurso de enseñanza - aprendizaje que cumpla con el objetivo didáctico anteriormente formulado, una estrategia atractiva e interesante que permita la socialización del tema la salud mental con los estudiantes y a partir de su divulgación construir aprendizaje significativo, por medio del video se aprende de forma visual y auditiva	Hasta el momento se ha notado el interés por conocer cuáles son aquellos hábitos que influye en el bienestar emocional, psicológico y social.	Se evidenció en las reproducciones hechas del video que fue compartido con los grupos tomando un valor significativo dado que los estudiantes viven en zona rural y no cuentan con conexión a internet, en la socialización se evidencia la motivación y la atención por parte de los estudiantes.

				logrando captar la atención de los estudiantes. Con duración de pocos minutos, con imágenes atractivas y entretenidas favoreciendo los distintos estilos de aprendizaje, se comparte el link con los con el fin de que los estudiantes puedan revisar en cualquier momento.		
14 septiembre 2021	Plegable que contengan algunas recomendaciones para favorecer la salud mental durante la pandemia.	<p>Practicante psicología: Edith Lorena Benavides.</p> <p>Practicante psicología: Angie Lizeth Castro.</p> <p>Estudiantes grado noveno, decimo y once.</p>	Fortalecer la salud mental de los estudiantes de los grados noveno, decimo y once de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe desarrollando actividades de información y difusión a través de un video instructivo, un plegable y una cartelera.	Se realizó con el propósito de brindar información con seis recomendaciones para cuidar la salud mental, se pretende que los estudiantes cuenten con una herramienta visual con colores llamativos que les permita fortalecer la importancia de crear hábitos saludables en su vida. La información sobre las recomendaciones se	Los plegables fueron una herramienta que permitió fortalecer la información adquirida en la observación del video.	Los estudiantes se mostraron interesados en leerlo, realizar preguntas con buena participación en la entrega y socialización de los plegables, de igual manera son los mismos estudiantes quienes proponen utilizar el cuaderno de Ética para poderlo

				presenta de forma reducida con una extensión breve y fácil de entender		pegar y conservarlo.
21 de septiembre del 2021	Cartelera con recomendaciones sobre el cuidado de la salud mental.	<p>Practicante psicología: Edith Lorena Benavides.</p> <p>Practicante psicología: Angie Lizeth Castro.</p> <p>Estudiantes grado noveno, decimo y once.</p>	Fortalecer la salud mental de los estudiantes de los grados noveno, decimo y once de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe desarrollando actividades de información y difusión a través de un video instructivo, un plegable y una cartelera.	<p>La cartelera informativa contiene consejos para cuidar la salud mental.</p> <p>Es una herramienta visual que fue ubicada en un lugar estratégico de la Institución Educativa donde se cuenta con la afluencia de estudiantes se buscó complementar y enriquecer el fortalecimiento de la salud mental de los estudiantes de los grados noveno, decimo y once de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe además en el diseño de la cartelera se usan imágenes llamativas para motivar al estudiante a realizar la respectiva lectura, con</p>	Después de su respectiva socialización se ubica en la Institución Educativa y los estudiantes demuestran su interés por realizar la lectura.	Con los grupos noveno, decimo y once, se percibe que los estudiantes presentan curiosidad frente al tema salud mental, se encuentran receptivos y siempre se mostraron atentos al momento de realizar la socialización de la cartelera, el video y el plegable. Se evidencia que las metodologías usadas tienen buena acogida en especial el video llama más la atención, esto fue evidenciado en una encuesta que

				letra legible, el menor texto posible para evitar el exceso de texto y resulte atractiva		se realizó posterior a la presentación de las diferentes herramientas audio visuales.
27 septiembre 2021	Cartilla que contenga pautas para el manejo de las emociones	Practicante psicología: Edith Lorena Benavides.  Practicante psicología: Angie Lizeth Castro.  Estudiantes grado noveno, decimo y once.	Promover la regulación emocional en los estudiantes de los grados sexto, séptimo y octavo de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe a través de una cartilla que oriente con pautas para el manejo de las emociones.	Se elaboró una cartilla digital que contiene información relevante en cuanto al manejo de las emociones, como primera instancia es necesario que los estudiantes conozcan que son las emociones, cuales son y cómo manejarlas mediante la regulación emocional.	La cartilla titulada la aventura de las emociones tuvo una gran acogida, debido que el contenido fue llamativo y con facilidad podían encontrar las recomendaciones que para regular sus emociones en momentos de crisis.	Una de las dificultades encontradas es que no todos los estudiantes tienen acceso a internet para poder descargar la cartilla digital, por esta razón se optó por presentarla en formato PDF y realizar la descarga usando el wifi institucional, de igual manera esta fue compartida en la página web de la institución para que los padres que toda la comunidad en general tenga acceso a ella.

<p>4 de octubre 2021</p>	<p>Infografías sobre las estrategias de resolución de conflictos y resiliencia.</p>	<p>Practicante psicología: Edith Lorena Benavides.  Practicante psicología: Angie Lizeth Castro.  Estudiantes grado noveno, decimo y once.</p>	<p>Sensibilizar a los estudiantes de los grados noveno, decimo y once de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe, sobre las estrategias de afrontamiento y resiliencia por medio de infografías.</p>	<p>Se busca que los estudiantes cuenten con estrategias para controlar, identificar y manejar diferentes situaciones que se les presenten en su diario vivir. Para que los estudiantes asimilen la información que contienen las infografías se hizo necesaria una socialización que incluyo situaciones reales como ejemplos tanto en el contexto familiar como en el escolar donde se requieran poner en práctica estas habilidades sociales.</p>	<p>Con la información presentada en las infografías a los estudiantes se pretendía que comprendan, asimilen la información y sea puesta en práctica en su vida diaria.</p>	<p>Se observó interés y participación activa al momento de ejemplificar situaciones que los llevo a poner en practica la información que logrado adquirir mediante la ficha gráfica y la explicación de esta.</p>
<p>7 de octubre 2021</p>	<p>Talleres: Aprendo a relajarme con imaginación guiada y Avanzar si es posible.</p>	<p>Practicante psicología: Edith Lorena Benavides.  Practicante psicología: Angie Lizeth Castro.</p>	<p>Promover una técnica de relajación breve, que sea más factible de realizar la practica en casa de forma más frecuente.</p>	<p>Usando los recursos ofrecidos por la institución como el aula audiovisual con recursos tecnológicos como video Beam, recursos multimedia y el recurso humano de UNIMINUTO. Los talleres que se</p>	<p>Se obtuvo un resultado positivo debido a que existió una participación activa en cada uno de los talleres. Uno de los factores que afecto el desarrollo de los</p>	<p>se mostró interés por parte de los estudiantes debido a que realizaron muchas preguntas sobre la temática y solicitaron se realicen más ejercicios</p>

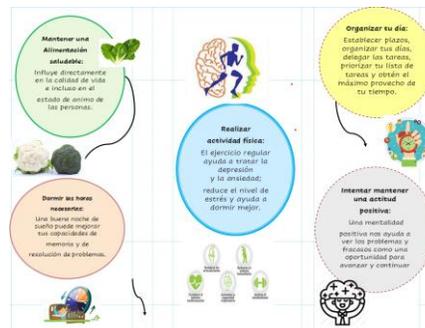
		Estudiantes grado noveno, decimo y once.	Reflexionar y afianzar sobre la concepción de resiliencia, aplicado en el contexto escolar y social para que los estudiantes tengan herramientas que incorporen en su día a día.	realizaron fueron: Aprendo a relajarme con imaginación guiada y Avanzar si es posible, este último basado en la temática de resiliencia que era un tema necesario afianzar en los estudiantes;	talleres fue el tiempo asignado en cada grado debido a que este fue corto, bajo nuestra observación y vivencia se hace necesario más tiempo para poder trabajar con más pausa y dedicación en los temas pertinentes, además porque estando los talleres planteados surgieron dudas que se deben aclarar.	prácticos como los que se llevó a cabo en los dos talleres.  Con grados decimos y onces se identificó mayor concentración al momento de realizar la técnica de relajación guiada.
11 de octubre 2021	Seguimiento y evaluación	Practicante psicología: Edith Lorena Benavides.  Practicante psicología: Angie Lizeth Castro.  Estudiantes grado noveno, decimo y once.	Evaluar la efectividad y el impacto de la Campaña Prevención y Promoción en Salud Mental en los estudiantes de grados noveno, decimo y once.	Se planteó una encuesta con preguntas que permitan saber si los estudiantes después de realizar la campaña se preocupan por cuidar su salud mental y dado que se tuvo más visitas de estudiantes en búsqueda de asesoramiento emocional, asimismo	Se ha logrado identificar mediante este proceso que se alcanzó a cumplir los objetivos propuesto de cada una de las herramientas y talleres utilizadas en la campaña.	Gracias al seguimiento realizado en los diarios de campo se puede notar como ciertas estrategias atraen más a los jóvenes y señoritas para la comprensión de diferentes temas como también se registran las actitudes que son

				se hace pertinente realizar llamadas de acompañamiento continuo a padres de familia para que acompañen el proceso con su hija o hijo.		reveladas durante la campaña. Por otro parte se evalúa la sensibilización que se realizó sobre el cuidado mental, ya que se ha originado empatía hacia el grupo de orientación escolar y apoyo psicosocial de la Institución mediante la campaña.
--	--	--	--	---	--	---

## Apéndice B - Materiales

Video Salud Mental. Enlace del video: <https://youtu.be/zQQc0yvb51k>

### Plegable.



### Cartelera



### Cartilla



### Infografías.



## Taller 1

Tomados de Equip Vincles Salut (2011).

### TALLER PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN SALUD MENTAL

**Temática:** Aprendo a relajarme con imaginación guiada.

**Población a quien va dirigido:** Grados noveno, décimo y once.

#### Objetivo:

Promover una técnica de relajación breve que sea más probable que la puedan practicarla de forma más o menos habitual.

#### Bienvenida:

Bienvenidos y bienvenidas, espero se encuentren bien, Somos Angie Lizeth Castro y Edith Lorena Benavides practicantes profesionales de psicología UNIMINUTO.

El día de hoy estamos aquí para desarrollar una actividad grupal. ¿Están interesados en aprender técnicas de relación que les permita canalizar mejor sus emociones? Esperamos entre 2 a 4 minutos para observar y escuchar respuestas si las hay

Esta actividad tiene una duración de media hora y su motivo es crear un espacio donde se aprendan una técnica de relajación con el fin de disminuir los efectos de la ansiedad y el estrés en sus mentes y cuerpos.

Tendremos un espacio dinámico e interactivo, partiendo del respeto mutuo y la confidencialidad que nos permitan compartir y aprender unos de otros.

#### Dinámica inicial

Se organiza a los estudiantes en círculo y se ubiquen en sus sillas dejando de lado sus celulares o distractores que tengan cerca.



#### Sensibilización:

La relajación muscular es un método eficaz para reducir las manifestaciones físicas de la ansiedad y el estrés. Ha sido comprobado que es imposible estar mentalmente inquieto o inquieta en un cuerpo que se siente relajado.

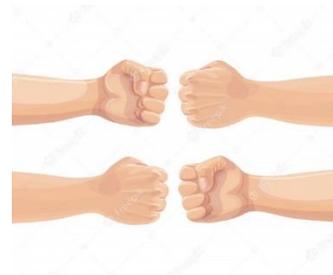
Esta técnica trata de eliminar la tensión muscular que es una de las manifestaciones fisiológicas más habituales de la activación emocional. La técnica en sí es muy sencilla y consiste en empezar a relajar los músculos desde los pies e ir progresivamente hasta que hayamos relajado los músculos de todo el cuerpo.

La realidad es que en nuestro país se están presentado cada vez más casos de jóvenes que sufren depresión y ansiedad afectando la salud mental, lo que se pretende en este taller es que no permitamos que esto continúe.

### **Participación de los estudiantes:**

Inicio: se les pide, para lograr la discriminación entre tensión y relajación, que cierren sus manos en forma de puño a la vez que estiran ambos brazos y que observen las sensaciones de tensión mientras la mantienen.

Seguidamente se les pide que abran sus manos y dejen caer sus brazos sobre sus piernas, soltando toda tensión, y que observen las sensaciones que aparecen durante unos segundos en sus brazos



A continuación, se les da las siguientes instrucciones:

- Siéntate en una posición cómoda (derecho, con la espalda contra el respaldo de la silla, las piernas en ángulo recto, las plantas de los pies sobre el suelo y las manos sobre el regazo)
- Cierra los ojos para poder estar más concentrado o concentrada en tus sensaciones corporales. Vamos a relajar gradualmente todos los músculos del cuerpo, comenzando por los dedos del pie y continuando con el resto del cuerpo (tobillos, piernas, estómago, pecho, hombros, brazos, manos, cuello) hasta los músculos de la cara y la cabeza. A medida que vayas relajando los músculos concéntrate en esas sensaciones.
- Nota como entra y sale el aire suavemente...
- Visualiza en tu mente tus pies...imagina que los ves...dentro de tus zapatos...nota como están, si hay alguna sensación de tensión...Ahora, pídele a los músculos de tus pies que se relajen y se suelten más y más.... Nota las sensaciones...
- Ahora siente tus pantorrillas,... ¿notas alguna tensión?... pídele a los músculos de tus pantorrillas que se sigan soltando y relajando un poco más... más... Nota las sensaciones de relax que van apareciendo...

- Sigue visualizando tus rodillas,... tus muslos... nota si hay tensión.... Pídele a los músculos de tus muslos que se suelten, se relajen más y más.....
- Ahora nota tus nalgas como están apoyadas sobre el asiento.... La zona baja de tu espalda y el vientre... observa cualquier sensación de tensión que notes y.... pídele a tus músculos que se suelten, se relajen... más y más.....nota las sensaciones que vas experimentando....
- Imagina y siente tu estómago.... Relaja los músculos de tu estómago dejando que tu barriga quede cada vez más blanda, suelta, relajada.....
- Concéntrate ahora en tu pecho y en tu respiración... nota como se tensa ligeramente con cada inspiración y se relaja con la espiración.... Suelta toda la tensión....
- Observa ahora tu espalda....observa si hay alguna zona con tensión...toma conciencia de ello, nota como están esos músculos.....ahora,... pídele a los músculos de tu espalda que se suelten más y más...se relajen y queden blandos...observa las sensaciones y permite cada vez más y más relajación....
- Fíjate en tus hombros y la parte superior de tu espalda ¿notas si hay tensión?.... concéntrate en soltar cada vez más toda la tensión,..pídele a los músculos de tus hombros que se suelten, se relajen cada vez más y más.....observa.
- Observa tus brazos, antebrazos y manos....nota si hay alguna sensación de tensión y concéntrate en soltar todos los músculos permitiendo que tus brazos queden cada vez más sueltos,.. pesados,... relajados,
- Visualiza ahora tu cuello, nota la tensión,... intenta relajar aquellos músculos de tu cuello que no necesitas para sujetar la cabeza... relaja los músculos innecesarios más y más....
- Observa ahora tu rostro... nota si hay alguna tensión... repasa tu frente y pídele que se estire,...la frente cada vez está más relajada.... Tus párpados están suavemente cerrados sobre tus ojos,...relaja todos los músculos,... siente como tu mandíbula cae ligeramente entreabriendo un poco tus labios....suelta toda la tensión y nota como tu cara se relaja más y más...
- Una vez que hayas relajado todos los músculos de tu cuerpo, imagínate en algún sitio tranquilo, calmado, sintiéndote completamente relajado, sin preocuparte por nada....

(En esta parte, la persona que dirige el taller, puede proponer una imagen relajante pero ofrece la posibilidad de no seguir sus palabras a quien prefiera otro tipo de experiencia relajante)

- Imagina que estás mirando al mar....el mar está tranquilo, en calma... las olas rompen suavemente en la orilla y escuchas el sonido cadencioso y tranquilo... notas la cálida arena bajo tus pies... es suave...blanda...el sol, calienta tu cuerpo sin quemar...notas como te da un abrazo cálido.... El cielo está despejado de nubes, con un azul intenso y

luminoso....percibes el sonido del mar....notas el olor fresco.....una suave brisa sobre tu rostro....escuchas el sonido de las aves...te sientes en paz....formando parte de la naturaleza....de la belleza....

(La persona que facilita el taller, deja por unos minutos de hablar y permite que cada uno siga concentrado en sus imágenes y sensaciones... )

Transcurridos unos minutos,... les va volviendo a la situación pidiéndoles que vuelvan a tomar conciencia de su cuerpo y del contacto del mismo con la silla, el suelo,...les pide que muevan los dedos de manos y pies, piernas.... Desperezarse y estirarse como cuando se despiertan....y, cuando estén listos, se les pide que abran los ojos. Se realiza una puesta en común comentando como se han sentido, el grado de relajación conseguido, las sensaciones que han experimentado, las dificultades que han tenido, las posibilidades que tienen para poder realizar este tipo de relajación en su medio, momentos más adecuados.

Se señala que las técnicas de relajación vistas en la sesión es la mejora del sueño y el tiempo de descanso. Es un tema muy importante porque influye directamente en la salud física y mental de las personas. Muchas veces no le prestamos suficiente atención cuando en realidad nos pasamos la tercera parte de nuestra vida durmiendo o intentando dormir.

**Cierre:** se finaliza el taller motivando a poner en práctica esta técnica de relajación con imaginación guiada y que la enseñen a sus seres queridos. (p. 97).

## Taller 2.

Tomados de Equip Vincles Salut (2011).

### **TALLER PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN SALUD MENTAL**

**Temática:** Avanzar si es posible - Resiliencia

**Población a quien va dirigido:** Grados noveno, décimo y once.

**Objetivo:**

Reflexionar y afianzar sobre el concepto de resiliencia aplicado en el contexto escolar y social para que los estudiantes tengan herramientas que incorporen en su día a día.

**Bienvenida:**

Bienvenidos y bienvenidas, espero se encuentren bien, Somos Angie Lizeth Castro y Edith Lorena Benavides practicantes profesionales de psicología UNIMINUTO.

Esta actividad tiene una duración de media hora y su motivo es crear un espacio donde se aprendan sobre una habilidad emocional que es la Resiliencia

Tendremos un espacio dinámico e interactivo, partiendo del respeto mutuo y la confidencialidad que nos permitan compartir y aprender unos de otros.

#### **Dinámica inicial**

Se organiza a los estudiantes en círculo y se ubiquen en sus sillas dejando de lado sus celulares o distractores que tengan cerca.

#### **Sensibilización:**

La Resiliencia Hay distintas definiciones del término “resiliencia”, veamos algunas de ellas

- La resiliencia es la capacidad que posee un individuo frente a las adversidades, para mantenerse en pie de lucha, con dosis de perseverancia, tenacidad, actitud positiva y acciones, que permiten avanzar en contra de la corriente y superarlas. E. Chávez y E. Yturralde (2006)
- La resiliencia es un proceso dinámico que tiene por resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad. Luthar (2000)
- Habilidad para resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva. ICCB, Institute on Child Resilience and Family (1994)
- Capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformados por ellas. Grotberg (1995)
- La resiliencia significa una combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos. Suárez Ojeda (1995)

#### **Participación de los estudiantes:**

Se forman parejas, y se invita a que entablen una conversación sobre “personas y situaciones conocidas en su vida que puedan ser ejemplos de cómo hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformados por ellas”. A los 5 minutos, se le da a cada participante una tarjeta con las 7 características personales (las “resiliencias internas” de Wolin y Wolin, 1995). Se leen por parte de la persona facilitadora y se explican brevemente. Se pide que reflexionen acerca de si las personas sobre las que están conversando tienen o no estas características. Se aclara que no es necesario que las personas tengan todas y cada una de ellas.

Tarjetas de Wolin y Wolin

- 1) Iniciativa: capacidad de emprender acciones ante una situación adversa, no quedarse paralizado, “hacer” aunque sea “pensar qué puedo hacer”
- 2) Independencia: capacidad de apartarse de situaciones externas, mantener cierta distancia y lejanía para poder saber cómo me afectan y ser yo el que las “controlo”
- 3) Introspección: percibir que algo está mal y porqué, capacidad de “juzgar”, de sentido crítico; capacidad de preguntarse sobre las situaciones, en qué medida me pueden dañar o pueden dañar a otras personas
- 4) Relación: destrezas o habilidades que le permiten hablar, conectar, comunicarse, encontrar puntos en común... ...“desarrollarse” con otras personas
- 5) Humor: capacidad de reírse, incluso de uno mismo y de las situaciones más adversas
- 6) Creatividad (capacidad para inventar, construir, establecer, fundar, introducir por vez primera algo; hacerlo nacer o darle vida, en sentido figurado)
- 7) Moralidad: tener altruismo (buscar el bien de los demás) y actuar con integridad, de manera coherente con los principios y valores que uno tiene

Se pone en común “lo conversado” y se pasa a la exposición cada grupo indica si la persona que escogieron cumple con algunas de las características que se exponen en las tarjetas o de lo contrario no era una persona resiliente.

**Cierre:** Se finaliza el taller motivando a los estudiantes en brindar y recibir apoyo y afecto que es clave para desarrollar la resiliencia y se espera que de ahora en adelante se propongan superar los problemas y situaciones adversas cultivando además una capacidad creativa para buscar diferentes alternativas (p.172).

## Apéndice C

### Instrumentos aplicados.

### Encuesta para padres de familia.

**Encuesta para padres de familia**  
**Diagnóstico psicosocial IEM Nuestra Señora de Guadalupe**

Las preguntas que se realizan a continuación son abiertas donde usted puede expresar sus opiniones libremente.  
 La información recolectada será de uso confidencial e investigativo.

ebenavides@uniminuto.edu.co (no compartidos)  
 Cambiar de cuenta

\*Obligatorio

1. ¿Por qué escogió la IEM Nuestra Señora de Guadalupe para la educación de su hijo/hija? \*

Por la calidad en la educación  
 Por sus instalaciones  
 Por la cercanía a su hogar  
 Por la jornada única  
 Otra

2. ¿Cuáles son las actividades que le gusta desarrollar a su hijo o hija? \*

Practicar algún deporte  
 Salir con sus amigos  
 Usar las redes sociales  
 Videojuegos  
 Mirar televisión

Si la respuesta anterior fue afirmativa que dificultad presenta

Tu respuesta \_\_\_\_\_

8. En su familia hay jóvenes o señoritas que han abandonado sus estudios? \*

Si  
 No

Si la respuesta anterior fue afirmativa diga las razones del abandono de los estudios

Tu respuesta \_\_\_\_\_

9. ¿Tiene establecidas unas normas de convivencia en casa? \*

Si  
 No

si la anterior respuesta fue afirmativa. Qué grado de cumplimiento se tiene?

Alto  
 Medio  
 Bajo

3. ¿Mantiene diálogo con sus hijos respecto a problemas escolares y personales? \*

Si  
 No

5. ¿Cuáles son los aspectos que su hijo o hija debe mejorar? \*

La indisciplina  
 La impaciencia  
 La irresponsabilidad  
 La desobediencia  
 Su caracter  
 Otro

6. ¿Cuáles son las cualidades que tiene su hijo o hija? \*

Es responsable  
 Es obediente  
 Es respetuoso  
 Es Colaborador

7. ¿En el aprendizaje su hijo o hija presenta dificultades? \*

Si  
 No

10. ¿Qué conflictos se han presentan con sus hijos? \*

La falta de comunicación  
 La rebeldía  
 La falta de respeto  
 Abuso físico  
 Abuso verbal

11. ¿Quién toma las decisiones en casa?

El padre  
 La madre  
 Conjuntamente los dos  
 Abuelos - Tíos - Amigos

### Docente Orientador Escolar.

#### Docente Orientador Escolar

 ebenavides8@uniminuto.edu.co (no compartidos)   
[Cambiar de cuenta](#)

\*Obligatorio

1. Nombre las problemáticas psicosociales que usted identifica en la IEM Nuestra Señora de Guadalupe \*

Tu respuesta

2. ¿De las problemáticas anteriormente mencionadas cuál es la de mayor relevancia?

Tu respuesta

3. ¿Cuál es el mayor reto como orientador de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe?

Tu respuesta

### Encuesta para personal administrativo.

#### Encuesta para personal administrativo- Diagnóstico Psicosocial IEM Nuestra Señora de Guadalupe

La información recolectada será de uso confidencial e investigativo.

1. ¿Cuáles son las problemáticas que se presentan en Estudiantes de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe? \*

- Problemas económicos
- Falta de afecto
- Violencia intrafamiliar
- Abandono

2. De las siguientes problemáticas académicas ¿ Cuáles ha identificado en estudiantes de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe? \*

- Bajo rendimiento
- Ausentismo escolar
- Falta de motivación para el desarrollo de las actividades escolares

3. ¿Qué asuntos se debería trabajar en la IEM Nuestra Señora de Guadalupe con el equipo de apoyo psicosocial? \*

- Orientación en sexualidad e identidad
- Manejo en ideación suicida
- Talleres de convivencia escolar
- Otro

Si su respuesta es otra, por favor escríbala \*

Texto de respuesta larga

### Entrevista semiestructurada para estudiantes.

<p><b>Entrevista semiestructurada para estudiantes</b> <b>Diagnostico psicosocial IEM Nuestra Señora de Guadalupe</b></p> <p>Las preguntas que se realizan a continuación son abiertas donde usted puede expresar sus opiniones libremente. La información recolectada será de uso confidencial e investigativo.</p>	<p>5. ¿Cuáles son las desventajas de la educación virtual? *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>
<p>1. ¿Le gusta pertenecer a la IEM Nuestra Señora de Guadalupe? ¿por qué? *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>	<p>6. ¿Cómo es su relación con los profesores de las diferentes áreas: Mala buena excelente? justifique su respuesta *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>
<p>2. ¿Qué le cambiaría a su IEM Nuestra Señora de Guadalupe? *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>	<p>7. ¿Describe cómo es su relación con sus compañeros de clases? *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>
<p>3. ¿Con quién vive actualmente? *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>	<p>8. ¿Usted sabe si en la IEM Nuestra Señora de Guadalupe hay compañeros que hayan sido víctimas de bullying? *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>
<p>4. ¿Cuáles son las ventajas de la educación virtual? *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>	<p>9. ¿Tiene o ha tenido algún problema con alguien perteneciente a la IEM Nuestra Señora de Guadalupe? *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>
<p>10. ¿Qué acostumbra hacer en su tiempo libre? *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>	
<p>11. ¿Conoce usted si en la IEM Nuestra Señora de Guadalupe existen campañas educativas sobre sexualidad? *</p> <p><input type="radio"/> Opción 1</p>	
<p>12. ¿Conoce usted si en la IEM Nuestra Señora de Guadalupe existen campañas de prevención para el consumo de sustancias psicoactivas? *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>	
<p>13. ¿Usted considera que el consumo de Sustancias psicoactivas en la IEM Nuestra Señora de Guadalupe es alta, media o baja? *</p> <p><input type="radio"/> Alta</p> <p><input type="radio"/> Media</p> <p><input type="radio"/> Baja</p>	
<p>14. ¿Usted sabe porque compañeros de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe han abandonado sus estudios? *</p> <p>Texto de respuesta larga</p>	

## Encuesta para docentes- Diagnóstico Psicosocial.

**Encuesta para docentes- Diagnóstico Psicosocial**  
IEM Nuestra Señora de Guadalupe.

La información recolectada será de uso confidencial e investigativo.

1. ¿En que situaciones ha remitido a sus estudiantes al servicio de Orientación Escolar? \*

- Problemáticas familiares
- Seguimiento y orientación a estudiantes con dificultades académicas
- Orientación a estudiantes con dificultades comportamentales

2. De las siguientes problemáticas familiares ¿cuáles ha identificado en sus estudiantes? \*

- Abandono
- Problemas económicos
- Falta de afecto
- Desplazamiento por violencia
- Violencia intrafamiliar
- Otra...

3. De las siguientes problemáticas académicas ¿Cuáles ha identificado en sus estudiantes? \*

- Bajo rendimiento
- Ausentismo escolar
- Falta de motivación en actividades escolares
- Problemas de aprendizaje

4. ¿Considera que los estudiantes son apoyados por sus familiares en las diferentes actividades escolares? justifique su respuesta \*

Texto de respuesta larga

5. ¿Qué asuntos se deberían trabajar en la IEM Nuestra Señora de Guadalupe con el equipo de apoyo psicosocial? \*

- Orientación en sexualidad e identidad
- Prevención en consumo de sustancias psicoactivas
- Manejo en ideación suicida
- Talleres de Convivencia escolar
- Otra

6. ¿Cuál es la problemática comportamental más relevante que ha identificado en los estudiantes de la IEM Nuestra Señora de Guadalupe? \*

- Consumo de sustancias psicoactivas
- Embarazos a temprana edad
- Bullying
- Conductas disruptivas
- Ninguna

7. ¿Qué mecanismo emplea para solucionar problemas de convivencia entre sus estudiantes? \*

Texto de respuesta larga

**Apéndice D - Evidencias del trabajo de campo.**

