



Red Interagencial para la  
Educación en Situaciones  
de Emergencia

## Apoyo Psicosocial a través de la Educación en Situaciones de Emergencia

### Tabla de contenidos

Introducción	1
Materiales de la formación	2
Principales Mensajes y Objetivos del Aprendizaje	3
Descripción de la Sesión	4
Preparación, Recursos y Materiales de apoyo	6
Guía de Contextualización y Adaptación	9
Guía de Moderación	11
Materiales para el moderador	34
Manual del participante	49

### Introducción

Este módulo ofrece 3 horas (180 minutos) de actividades de formación y materiales relacionados con el apoyo psicosocial (PSS, por sus siglas en inglés) y el aprendizaje socioemocional (SEL, por sus siglas en inglés) en situaciones de emergencia. Incluye actividades complementarias para una mayor comprensión de los conceptos PSS-SEL, con una duración ampliada de 5 horas (270 minutos). Esta Guía del Facilitador proporciona los materiales, las notas del facilitador (incluyendo las ideas principales y las instrucciones de las actividades), además de un guión propuesto para la presentación que se adjunta. Se recomienda a los facilitadores que primero revisen las instrucciones antes de pasar a la formación, ya que contienen directrices para la contextualización de los recursos de la formación.

La formación animará a los participantes a aplicar las buenas prácticas sugeridas para proporcionar apoyo psicosocial y a utilizar las *Notas de Orientación de la INEE sobre el Apoyo Psicosocial* y el *Documento de Referencia de la INEE sobre Apoyo Psicosocial y el Aprendizaje Socioemocional para Niños, Niñas y Jóvenes en Situaciones de Emergencia* como sus instrumentos de planificación y ejecución.

**Nota:** Antes de esta formación, los participantes deben llevar a cabo una orientación en línea o presencial sobre las Normas Mínimas de la INEE. Los facilitadores deben animar a los participantes a revisar también las *Notas de Orientación de la INEE sobre el Apoyo Psicosocial* y el *Documento de Referencia de la INEE sobre el Apoyo Psicosocial y el Aprendizaje Socioemocional para Niños, Niñas y Jóvenes en Situaciones de Emergencia*.

# Materiales de la formación

Recursos	Instrucciones
<a href="#">Conjunto de diapositivas de PowerPoint</a> (.ppt en varios idiomas)	<ul style="list-style-type: none"> <li>El conjunto de diapositivas se puede abrir con Google Slides o descargar como una presentación de PowerPoint. <ul style="list-style-type: none"> <li>Para abrir con Google Slides, basta con abrir el enlace y seleccionar la opción amarilla en la parte superior de la pantalla titulada "Abrir con Google Slides".</li> <li>Para descargar las diapositivas como una presentación de PowerPoint que se puedan usar sin conexión, abra el enlace y seleccione el icono de descarga en la esquina superior derecha. A continuación, ábrala usando PowerPoint.</li> </ul> </li> <li>Las notas del facilitador se pueden encontrar en la sección de notas del facilitador, tanto en Google Slides como en PowerPoint. Estas incluyen los materiales necesarios para cada diapositiva, las instrucciones de la actividad y un guión propuesto.</li> </ul>
<a href="#">Guía para el Facilitador</a> (.doc y .pdf en varios idiomas)	<ul style="list-style-type: none"> <li>La guía del facilitador incluye una descripción del taller, los objetivos del aprendizaje, los materiales y los folletos, los recursos adicionales, los materiales para el facilitador y las hojas informativas para los participantes.</li> <li>Para imprimir la guía, incluyendo las hojas informativas, por favor use la opción de pdf para asegurar el espaciado adecuado.</li> <li>Si desea modificar o adaptar la guía del facilitador, utilice la versión en formato Word. Ábrala con Google Docs mediante la opción situada en la parte superior de la página.</li> </ul>
<a href="#">Comentarios del Facilitador</a>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rogamos nos proporcionen información y sus opiniones sobre este taller usando el enlace arriba indicado.</li> </ul>
<a href="#">Notas de Orientación de la INEE sobre el Apoyo Psicosocial</a> (.pdf en varios idiomas)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Por favor, planifique descargar o solicitar suficientes copias de las Notas de Orientación para cada participante o, como mínimo, para cada grupo reducido.</li> <li>Descargue copias digitales gratuitas <a href="#">aquí</a>.</li> <li>Para solicitar copias impresas gratuitas de las Notas de Orientación, complete el <a href="#">formulario de Solicitud de Materiales de la INEE</a>.</li> </ul>

# Principales Mensajes y Objetivos del Aprendizaje

Al impartir o adaptar los contenidos de este módulo de formación, el facilitador debe tratar de abarcar los siguientes objetivos:

- Los desastres medioambientales y los conflictos armados pueden causar un gran sufrimiento psicológico y social. Cubrir las necesidades psicosociales es tan importante como cubrir las necesidades de alimentos, vivienda y atención médica.
- En situaciones de emergencia, la educación es un factor primordial en la protección de los niños y niñas, además de ser un elemento clave en la intervención psicosocial. Si se imparte correctamente, la educación puede ofrecer un ambiente seguro y estable, ayudando a restablecer la sensación de normalidad.
- El bienestar y la formación de los maestros y del personal docente es clave para una educación de calidad. Es importante reconocer que los maestros suelen verse afectados personalmente por las situaciones de emergencia y pueden necesitar apoyo para poder cumplir con sus obligaciones.
- La educación que respalda el bienestar psicosocial de los niños, las niñas y los adolescentes afectados por las crisis puede permitirles el aprender con una mayor facilidad y poder participar activamente en oportunidades educativas.
- Un PSS y un SEL bien diseñados y apropiados pueden mejorar los procesos resilientes y mitigar las vulnerabilidades a las que se enfrentan los niños, las niñas y los adolescentes.
- Los niños, las niñas y los adolescentes presentan diferentes experiencias, habilidades para afrontar problemas y respuestas ante un desastre o un conflicto. No todo el mundo se traumatiza, algunos son más resilientes y pueden recibir ayuda efectiva a través de una atención física y psicosocial básica, mientras que otros pueden verse muy afectados. Además, la propia resiliencia de los niños, las niñas y los jóvenes es un factor clave para su capacidad de afrontar las crisis.
- La mayoría de jóvenes, niños y niñas son capaces de afrontar las crisis y las dificultades de corta duración, aunque todavía se benefician de su participación en programas de PSS y SEL durante su etapa educativa.
- Los maestros y cuidadores pueden proporcionar intervenciones eficaces de PSS y SEL en entornos educativos con una formación mínima, pero de alta calidad.
- Es importante distinguir entre intervenciones grupales que pueden integrarse en las actividades educativas existentes y la necesidad de sistemas separados para los estudiantes que requieran servicios especializados y cuidados médicos.
- Los profesionales de la salud mental, como los psicólogos y los orientadores escolares, son opciones importantes de derivación para niños, niñas y jóvenes con necesidades específicas y síntomas graves de estrés. Los maestros y demás personal docente deberían recibir formación para comprender los mecanismos de derivación actuales e identificar cuándo un estudiante necesita apoyo específico.
- Resulta esencial desarrollar los mecanismos de derivación en la fase de preparación para las emergencias. Unos mecanismos de derivación bien comunicados requieren la colaboración entre los servicios de educación, de protección de la infancia y de la salud. La colaboración funcional garantiza la prestación de servicios especiales cuando se llevan a cabo las derivaciones.

# Descripción de la Sesión

Diapositivas	Contenido	Aprox. Tiempo	Actividad Didáctica
1 – 4	Introducción	20 minutos	Trabajo en grupo
<b>Parte A: Definición de conceptos fundamentales (105-175 minutos)</b>			
<b>Sección 1: Bienestar psicosocial (15-35 minutos)</b>			
6	¿Qué necesitas para sentirte bien?	10 minutos	Actividad y debate en grupos pequeños
7	¿Cómo afectan las crisis humanitarias al bienestar psicosocial?	5 minutos	Presentación y debate
8	Actividad complementaria 1: Bienestar	20 minutos	Actividad y debate en grupos pequeños
<b>Sección 2: Estrés (40-70 minutos)</b>			
10	Actividad complementaria 2: ¿Qué es el estrés?	10 minutos	Actividad y debate en grupos pequeños
11-12	Síntomas del estrés	15 minutos	Presentación, debate y actividad en grupos reducidos
13	Estrés positivo, tolerable y tóxico	10 minutos	Presentación y debate en grupos pequeños
14	Afrontamiento del estrés	10 minutos	Debate en grupos pequeños
15	Resiliencia	5 minutos	Presentación
16	Actividad complementaria 3: El estrés en situaciones de crisis	20 minutos	Debate en grupos pequeños
<b>Sección 3: Apoyo psicosocial y aprendizaje social y emocional (50-70 minutos)</b>			
18-21	Apoyo Psicosocial (PSS, por sus siglas en inglés)	30 minutos	Presentación y actividad en grupos reducidos
22	Aprendizaje Social y Emocional (SEL)	20 minutos	Presentación y actividad en grupos reducidos
23	Actividad complementaria 4: Uso de términos fundamentales	20 minutos	Actividad para toda la clase
<b>Parte B: Estrategias para fomentar el bienestar psicosocial a través de la educación (90-135 minutos)</b>			
<b>Sección 4: Intervenciones PSS y SEL (45-60 minutos)</b>			



25-26	Pirámide de la intervención: Ejemplos de PSS y SEL	15 minutos	Presentación y actividad adecuada para grupos reducidos
27	Actividad complementaria 5: Ejemplos desde la práctica	15 minutos	Actividad de asociación de fotografías
28	Aprendizaje a través los casos prácticos	30 minutos	Actividad con pósteres para grupos reducidos
<b>Sección 5: Estrategias PSS y SEL (45-75 minutos)</b>			
30	Promover el bienestar psicosocial a través de la educación	5 minutos	Presentación
31	Desarrollo y mejora de las estrategias de PSS y SEL	30 minutos	Actividad en grupos reducidos
32	Actividad complementaria 6: <i>Elaboración de un Plan de Acción</i>	30 minutos	Actividad en grupos reducidos
33-34	Reflexión y evaluación de la formación	10 minutos	Reflexión individual o por parejas
	<b>Duración total</b>	<b>215 minutos</b>	
	<b>Duración total con las actividades complementarias</b>	<b>330 minutos</b>	

# Preparación, Recursos y Materiales de apoyo

Diapositiva	Material	Notas para el Moderador
<b>Hojas informativas para los participantes</b>		
6-7	<b>Hoja informativa 1:</b> ¿Qué necesitamos para sentirnos bien?	Entregue una hoja informativa a cada participante. Anime a los participantes a trabajar en parejas o en grupos reducidos.
10-11	<b>Hoja informativa 2:</b> ¿Qué es el estrés?	Entregue una hoja informativa a cada participante.
12	<b>Hoja informativa 3:</b> Síntomas de estrés	Después de hacer la actividad de asociación en la pizarra/hoja de rotafolio, entregue una hoja informativa a cada participante.
13	<b>Hoja informativa 4:</b> Estrés positivo, tolerable y tóxico	Entregue una hoja informativa a cada participante. Anime a los participantes a trabajar en parejas o en grupos reducidos.
20	<b>Hoja Informativa 5:</b> Necesidades e Intervenciones de PSS	Entregue una hoja informativa a cada participante. Anime a los participantes a trabajar en parejas o en grupos reducidos.
22	<b>Hoja Informativa 6:</b> Competencias e Intervenciones de SEL	Entregue una hoja informativa a cada participante. Anime a los participantes a trabajar en parejas o en grupos reducidos.
25-26	<b>Hoja informativa 7:</b> Pirámide de intervención PSS y SEL	Entregue una hoja informativa a cada participante. Anime a los participantes a trabajar en parejas o en grupos reducidos.
28	<b>Hoja informativa 8A:</b> Caso práctico - Bikash en el Nepal afectado por el terremoto <b>Hoja informativa 8B:</b> Caso práctico - Amina sursudanesa en Uganda <b>Hoja informativa 8C:</b> Caso práctico - Refugiados sirios en Turquía	Entregue tanto la hoja informativa 6A, 6B, <u>o</u> 6C a cada grupo reducido. Asegúrese de que todos los participantes tengan el mismo caso práctico. Los diferentes grupos deben tener diferentes casos prácticos.
30-31	<b>Hoja informativa 9:</b> PSS y SEL y las Normas Mínimas de la INEE	Entregue una hoja informativa a cada participante. Anime a los participantes a trabajar en parejas o en grupos reducidos.

32	<b>Hoja informativa 10:</b> Plan de acción	Entregue una hoja informativa a cada participante. Anime a los participantes a trabajar en parejas o en grupos reducidos.
33	<b>Hoja informativa 11:</b> Autorreflexión	Entregue una hoja informativa a cada participante.
34	<b>Hoja Informativa 12:</b> Evaluación de la formación	Entregue una hoja informativa a cada participante. Recoja las hojas informativas una vez que los participantes las hayan completado.
<b>Materiales para el moderador</b>		
8	<b>Anexo 1:</b> Fotos de la actividad (Actividad Complementaria)	Recorte fotos individuales.
8	<b>Anexo 2:</b> Notas del Moderador sobre las fotos de la actividad (Actividad Complementaria)	Refiérase a este documento cuando modere el debate sobre las fotos de la actividad. Puede imprimir estas notas para los participantes, pero no las distribuya hasta que finalice la actividad.
12	<b>Anexo 3:</b> Actividad de asociación de los síntomas de estrés	Recorte los síntomas del estrés en tiras de papel. Mézclelas antes de darlas a los grupos.
23	<b>Anexo 4:</b> Uso de los términos claves (Actividad Complementaria)	Recorte los términos fundamentales en tiras de papel.
25-26	<b>Anexo 5:</b> Hoja de respuestas para la Pirámide de Intervención PSS y SEL	Refiérase a esta hoja de respuestas cuando revise/debata las respuestas de <u>la Hoja Informativa 7</u> .
27	<b>Anexo 6:</b> PSS y SEL en la Práctica (Actividad Complementaria)	Recorte fotos individuales.
28	<b>Anexo 7:</b> Notas del moderador sobre los casos prácticos	Refiérase a este documento cuando modere el debate sobre los Estudios de Caso. Puede imprimir estas notas para los participantes, pero no las distribuya hasta que finalice la actividad.
N/D	<b>Anexo 8:</b> Formulario de comentarios del moderador	Después de realizar el módulo, rellene y envíe el formulario de opiniones o actualice el documento de Seguimiento del Módulo PSS-SEL
<b>Otros Materiales Recomendados</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Papel de rotafolio y rotuladores de varios colores</li> <li>● Papel para anotaciones y lápices</li> </ul>		

- Copias impresas de los siguientes documentos (una por participante en la medida de lo posible):
  - Notas de Orientación de la INEE sobre el Apoyo Psicosocial
  - El Documento de Referencia de la INEE sobre Apoyo Psicosocial y Aprendizaje Social y Emocional para Niños, Niñas y Jóvenes en Situaciones de Emergencia
  - Normas Mínimas de INEE para la Educación: Preparación, Respuesta, Recuperación
- Presentación sobre el Apoyo Psicosocial de INEE a través de la Educación en Situaciones de Emergencia

# Guía de Contextualización y Adaptación

Al igual que con todas las formaciones, las herramientas y los recursos de la INEE, las diapositivas y las actividades deben ser contextualizadas a su entorno específico y a los participantes. Por favor, considere los siguientes dos puntos y revise, a continuación, las propuestas para la contextualización de cada sección del módulo.

- Revise las diapositivas de PowerPoint y el guión del módulo de formación y adáptelo o modifíquelo, según sea necesario para que refleje las normas y las dificultades del contexto local. Se anima a los moderadores a considerar cómo los conceptos de PSS-SEL pueden ser interpretados en su contexto, añadiendo sus propias fotos, ejemplos, casos prácticos y adaptando las actividades en consecuencia, etc.
- Tenga en cuenta que si el PowerPoint no está disponible, el contenido de las diapositivas de PowerPoint para la sesión se pueden escribir en papel de rotafolio.

## PARTE A: Definición de los Conceptos Clave

### Sección 1: Bienestar Psicosocial

- Diapositiva 8, Anexos 1-2: Reemplazar las fotos de la actividad con imágenes que sean apropiadas para el contexto y que reflejen adecuadamente el tipo de actividades que realizan las partes implicadas para mejorar su bienestar. Por ejemplo, deportes populares o prácticas religiosas locales. Adapte las Notas del Moderador en el Anexo 2 como corresponda.

### Sección 2: Estrés

- Diapositiva 14: Adapte la actividad de juego de rol para que sea relevante en el contexto de los participantes. Invite a los participantes a interpretar un papel positivo y otro negativo dentro de los mecanismos de afrontamiento que ellos mismos pueden desempeñar o incluso dentro de las comunidades con las que trabajan.
- Diapositiva 15: Reemplace la foto de la diapositiva con una o varias imágenes que demuestren ejemplos de resiliencia dentro de su contexto.

### Sección 3: Apoyo Psicosocial y Aprendizaje Social y Emocional

- Diapositivas 19-22, Hojas Informativas 5-6: Adapte/genere ejemplos de apoyo psicosocial e intervenciones de aprendizaje social y emocional que sean apropiados y factibles en los contextos de los participantes

## PARTE B: Estrategias para Promover el Bienestar Psicosocial mediante la Educación

### Sección 4: PSS y SEL en la práctica

- Diapositiva 25, Hoja Informativa 7: Adapte/genere ejemplos de apoyo psicosocial e intervenciones de aprendizaje social y emocional que sean apropiados y factibles en los contextos de los participantes
- Diapositiva 26, Anexo 6: Reemplace las fotos de la actividad con imágenes que sean apropiadas para el contexto y que reflejen adecuadamente el tipo de actividades que

realizan las partes involucradas para mejorar su bienestar. Por ejemplo, deportes populares o prácticas religiosas locales.

- Hoja Informativa 8A, 8B, 8C, Anexo 7: Adapte los casos prácticos para que reflejen los diferentes tipos de las partes involucradas (nombres, edades, géneros) con los que trabajarán los participantes. Asegúrese de que los casos prácticos sean relevantes para los contextos determinados y reflejen las dificultades y el apoyo necesario que probablemente requieran las partes interesadas. Lo ideal sería sustituir los casos prácticos proporcionados en las Hojas Informativas 8A, 8B y 8C por casos prácticos de los propios contextos de los participantes. Adapte las Notas del Moderador en el Anexo 7, según corresponda.

## **Sección 5: Estrategias PSS y SEL**

- Hojas Informativas 8A, 8B, 8C: Adapte los casos prácticos para reflejar las diferentes clases de partes interesadas (nombres, edades, géneros) con los que los participantes trabajarán. Asegúrese de que los casos prácticos sean relevantes para los contextos determinados y reflejen las dificultades y el apoyo necesario que probablemente requieran las partes interesadas. Lo ideal sería sustituir los casos prácticos proporcionados en las Hojas Informativas 8A, 8B y 8C por casos prácticos de los propios contextos de los participantes.
- Diapositiva 33: Reemplace la foto de la diapositiva con una o varias imágenes que demuestren ejemplos de resiliencia en su propio contexto.

### **Créditos Fotográficos**

Diapositiva 3: La INEE

Diapositiva 8: (en el sentido de las agujas del reloj desde arriba hacia la izquierda): Ayuda de la Iglesia Finlandesa (FCA), FCA, Johanna Kurki, Kimmo Kirves, FCA

Diapositivas 11, 15, 26, 33: Johanna Kurki

### **Créditos de los Gráficos**

Diapositiva 6: Lauren Gerken, 2019

Diapositiva 13: Centro de Desarrollo Infantil (Center on the Developing Child), Universidad de Harvard. 2017.

Diapositiva 18-19: La INEE

Diapositiva 20: REPSSI, 2010. Posibles Intervenciones Psicosociales, pág. 40

Diapositiva 22: La INEE

Diapositiva 25: Equipo del Informe GEM basado en IASC (2007), INEE (2016) y Frisoli et al. (2019)



Diapositiva 29: LA INEE, 2010

Diapositiva 25: Equipo del Informe GEM basado en IASC (2007), INEE (2016) y Frisoli et al. (2019)

Diapositiva 29: LA INEE, 2010


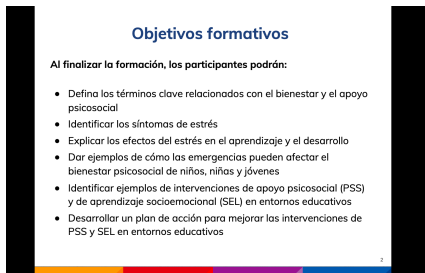
# Guía de Moderación

## Iconos

	Este icono indica cuándo se debe hacer una pregunta a todo el grupo
	Este icono indica una diapositiva, el material del moderador o el material para los participantes que debe ser adaptado o contextualizado. Consulte la guía de contextualización en las páginas 7-8 para obtener orientación específica sobre cómo contextualizar el recurso.

## Introducción: Definición de los Objetivos del Aprendizaje

20 minutos

<p><b>Diapositiva 1</b></p> 	<p><b>Diapositiva 1</b></p> <p><b>Notas para el moderador:</b> Dé la bienvenida a los participantes, preséntese.</p>
<p><b>Diapositiva 2</b></p> 	<p><b>Diapositiva 2</b></p> <p><b>Notas para el moderador:</b> Revise los objetivos del aprendizaje:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Defina los términos clave relacionados con el bienestar y el apoyo psicosocial</li> <li>Identifique los síntomas de estrés</li> <li>Explique los efectos del estrés en el aprendizaje y el desarrollo</li> <li>Dé ejemplos de cómo las emergencias pueden afectar el bienestar psicosocial de niños, niñas y jóvenes</li> <li>Identifique ejemplos de intervenciones de apoyo psicosocial (PSS) y de aprendizaje social y emocional (SEL) en entornos educativos</li> <li>Desarrolle un plan de acción para mejorar las intervenciones de PSS y SEL en entornos educativos</li> </ul>

### Diapositiva 3

#### La formación se basa en los siguientes documentos:

Notas de Orientación de la INEE sobre el Apoyo Psicosocial



El Documento de Referencia de la INEE sobre Apoyo Psicosocial y Aprendizaje Socioemocional para Niños, Niñas y Jóvenes en Situaciones de Emergencia



### Diapositiva 3

#### Materiales:

- Notas de Orientación de la INEE sobre el Apoyo Psicosocial
- El Documento de Referencia de la INEE sobre Apoyo Psicosocial y Aprendizaje Social y Emocional para Niños, Niñas y Jóvenes en Situaciones de Emergencia

#### Notas para el moderador:

- Presente las herramientas de PSS-SEL de la INEE.
- Anime a los participantes a usar las herramientas proporcionadas durante todo el día.

#### Guión:

Este módulo hará referencia a la Notas de Orientación de la INEE sobre el Apoyo Psicosocial y al Documento de Referencia de la INEE sobre Apoyo Psicosocial y el Aprendizaje Social y Emocional en Niños, Niñas y Jóvenes en Situaciones de Emergencia. Son herramientas excelentes para ayudar con el trabajo realizado de apoyo psicosocial.

### Diapositiva 4

#### Actividad en grupo: Levantarse y declarar

Escuche las preguntas. Colóquese en el lado de la habitación que corresponda a su respuesta.

NO ←

→ SÍ

1. ¿Ha trabajado en un contexto humanitario?
2. ¿Ha trabajado como maestro/a o facilitador/a de aprendizaje?
3. ¿Ha trabajado en la planificación de programas educativos?
4. ¿Ha asistido a una formación sobre apoyo psicosocial o aprendizaje socioemocional anteriormente?
5. ¿Tiene experiencia en la prestación de apoyo psicosocial en una crisis humanitaria?

### Diapositiva 4

#### Notas para el moderador:

- Proporcione la actividad de la línea como una breve evaluación de las necesidades para evaluar los conocimientos previos de los participantes sobre el tema.
  - Los participantes se ponen de pie en el centro de la sala.
  - Al hacer cada pregunta al grupo, los participantes se mueven al lado de la sala que representa su respuesta. "Sí" va hacia la derecha, "No" se dirige a la izquierda.
  - Si hay tiempo, pida a los participantes que compartan brevemente sus experiencias.

#### Guión:

"Por favor, levántese y muévase al centro de la sala. Le voy a hacer algunas preguntas acerca de su experiencia profesional. Si su respuesta a una pregunta es "sí", por favor muévase al lado derecho de la sala. Si su respuesta a una pregunta es "no", por favor muévase al lado izquierdo de la sala. Si su respuesta es "no lo sé", puede permanecer en el centro de la sala. "¿Listo?"



**¿Cuáles son algunas de las habilidades y experiencias que tenemos en la sala? ¿Alguien quiere compartirlas?**



## Parte A: Definición de Conceptos Clave

Tiempo total para la Parte A: 105 minutos (175 minutos con las actividades complementarias)

### Sección 1: Bienestar psicosocial

Tiempo: 15 minutos (35 minutos con las actividades complementarias)

#### Diapositiva 6



#### Diapositiva 6 (10 minutos)

##### Materiales:

- Hoja Informativa 1: ¿Qué necesitamos para sentirnos bien?
- Rotafolios/pizarra y marcadores/tiza

##### Notas para el facilitador:

- Dibuje el diagrama (Diapositiva 6) en la pizarra/el rotafolio.
- Pregunte a los participantes: "¿Qué necesitamos para sentirnos bien/felices/contentos/cómodos?"
  - Obtenga algunas respuestas como ejemplo.
  - Distribuya la Hoja Informativa 1.
- **Opción 1:** Lluvia de ideas en silencio
  - Dé a los participantes 5 minutos en grupos pequeños para que realicen una lluvia de ideas con ejemplos para cada enunciado.
  - Reparta tizas/marcadores a cada grupo. Anímeles a escribir por lo menos 2 o 3 ejemplos en el pizarra/rotafolio, agrupando respuestas parecidas.
  - Comente brevemente las respuestas escritas en la pizarra/el rotafolio.
- **Opción 2:** Pensar-Conectar-Compartir
  - Dé a los participantes 2 o 3 minutos para que ellos mismos realicen una lluvia de ideas con ejemplos de cada afirmación.
  - Pida a los participantes que se dirijan a un compañero y comparen/compartan sus respuestas.
  - Pida a las parejas que compartan algunas de sus respuestas con todo el grupo. Escriba sus respuestas en la pizarra/el rotafolio

##### Guión:

Hoy vamos a empezar hablando sobre el bienestar.



**¿Qué necesitamos para sentirnos bien/felices/contentos/cómodos?**

- Obtenga algunos ejemplos de los participantes. Si los participantes se mantienen callados, puede ser de gran ayuda dar un ejemplo o dos para alentarlos para que comiencen a participar.

Opción 1: Lluvia de ideas en silencio

	<p>Diríjase a su pareja. Usando <u>la Hoja Informativa 1</u>, tendrá 5 minutos para pensar en algunos aspectos, capacidades, sentimientos y creencias que todos necesitamos para sentirnos bien. Aproveche su experiencia personal y profesional para pensar en algunos ejemplos.</p> <p>(Cuando se acabe el tiempo, reparta los rotuladores/la tiza). Por favor, acérquese a la pizarra/el rotafolio y escriba 2 o 3 ejemplos en el área correcta.</p> <p><u>Opción 2: Pensar-Conectar-Compartir</u></p> <p>Usando <u>la Hoja Informativa 1</u>, tendrá 3 minutos para pensar en algunas aspectos, capacidades, sentimientos y creencias que todos necesitamos para sentirnos bien. Aproveche su experiencia personal y profesional para pensar en algunos ejemplos.</p> <p>(Cuando se acabe el tiempo) Por favor, diríjase a su pareja y compare sus respuestas. Tendrá 2 minutos para comentar con su pareja antes de compartir con el grupo.</p> <p><b>Ejemplos de Respuestas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tengo... comida y agua, vivienda, servicios médicos...</li> <li>• Puedo... pasar tiempo con mi familia, ir a la escuela, jugar con mis amigos.</li> <li>• Me siento... seguro, apoyado, comprometido con mi comunidad.</li> <li>• Creo... en mis creencias religiosas/espirituales/culturales, que tengo un futuro positivo.</li> </ul> <p>Como se puede ver por los ejemplos escritos en la pizarra/el rotafolio, existen aspectos físicos, sociales y emocionales del bienestar. Para sentirse bien, usted debe tener cubiertas sus necesidades físicas y biológicas, tales como las siguientes: comida y agua, vivienda, servicios médicos. También debe tener cubiertas sus necesidades sociales y emocionales, tales como estas: sentirse seguro, tener relaciones positivas con su familia y su comunidad y poder practicar sus tradiciones religiosas y culturales.</p> <p>En situaciones de emergencia, las necesidades biológicas y materiales de las personas suelen ser las más visibles. Sin embargo, las necesidades sociales, emocionales, mentales, culturales y espirituales, a veces, pueden ser más difíciles de identificar.</p> <p><b>?</b> <b>¿Por qué es importante entender lo que hace que una persona se sienta bien?</b></p> <p><b>Ejemplo de respuesta:</b> Para poder planificar y proporcionar un apoyo eficaz, necesitamos entender el bienestar y cómo influyen diversos factores en él.</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Diapositiva 7

### ¿Cómo afectan las crisis humanitarias al bienestar psicosocial?

Los **desastres ambientales** a menudo suponen un peligro directo para la vida, la consiguiente destrucción de infraestructuras y altos niveles de estrés y tensión.

Los **desastres causados por el hombre** a menudo llevan a conflictos prolongados y a emergencias constantes. No causan necesariamente graves peligros para la vida, sino más bien tensión continua y miedo persistente.

**Ambos** afectan a todos los aspectos de la vida diaria, incluidas la vivienda, la salud, el saneamiento, la recreación y la educación. Estos desastres alteran las relaciones familiares y la cohesión social y crean sentimientos de incertidumbre, miedo, ira y pérdida.

## Diapositiva 7 (5 minutos)

### Materiales:

- Hoja Informativa 1: ¿Qué necesitamos para sentirnos bien?

### Notas para el facilitador:

- Explique la información de la diapositiva.
- Pida a los participantes que consulten la Hoja Informativa 1: subraye los aspectos del bienestar que pueden estar amenazados por los desastres medioambientales, trace una línea ondulada bajo los aspectos del bienestar que pueden estar amenazados por los desastres provocados por el hombre y rodee con un círculo los aspectos del bienestar que pueden estar afectados por ambos.

### Guión:

Las crisis humanitarias están aumentando en todo el mundo. Hay un número cada vez mayor de desastres ambientales relacionados con el cambio climático que desplazan a comunidades enteras. Los desastres medioambientales, como huracanes, terremotos, tsunamis, sequías, ciclones, epidemias, inundaciones y deslizamientos de tierra, a menudo, destruyen la infraestructura y crean amenazas directas para la vida.

Los desastres humanitarios también pueden ser de origen humano, causados por conflictos y violencia. Los desastres provocados por el ser humano a menudo conducen a conflictos prolongados, que no necesariamente causan graves amenazas para la vida, sino más bien provocan tensiones continuas y temores persistentes.

Tanto los desastres medioambientales como los provocados por el ser humano perturban todos los aspectos de la vida diaria, incluyendo la vivienda, la salud, la sanidad, el ocio y la educación. Estos desastres alteran las relaciones familiares y la cohesión social y crean sentimientos de incertidumbre, miedo, ira y pérdida.

Los niños y niñas se encuentran entre los más vulnerables en las crisis. Incluso si los niños y las niñas sobreviven a una crisis, su bienestar psicosocial puede estar en grave peligro.

Vuelva a leer la Hoja Informativa 1. Con un compañero, trace una línea recta bajo los aspectos del bienestar que pueden estar amenazados por los desastres medioambientales, trace una línea punteada bajo los aspectos del bienestar que pueden estar amenazados por los desastres provocados por el ser humano y trace un círculo alrededor de los aspectos del bienestar que pueden verse afectados tanto por los desastres medioambientales como por los provocados por el ser humano.



**¿Alguien quiere compartir sus respuestas?**

## Diapositiva 8

**Actividad en grupo: bienestar**

Debate en grupo:

- ¿Cómo favorecen estas actividades al bienestar?
- ¿Cómo se vería afectado el bienestar de las personas si ya no pudieran realizar estas actividades?



## Diapositiva 8: **Actividad Complementaria** (20 minutos)

**Propósito:** Practicar la vinculación de las prácticas/actividades diarias con el bienestar psicosocial. En esta actividad, los participantes hablan sobre cómo las actividades comunes, como practicar deportes o pasar tiempo con la familia, contribuyen al bienestar psicosocial.

### Materiales:

- Anexo 1: Fotos de las actividades
- Anexo 2: Fotos de las actividades - Notas del facilitador

### Notas para el facilitador:

- Divida a los participantes en grupos pequeños y distribuya una foto del Anexo 1 a cada grupo.
- Pida a los grupos pequeños que comenten las actividades en sus fotos, usando las preguntas de la Diapositiva 8.
  - ¿Cómo favorecen estas actividades el bienestar?
  - ¿Cómo se vería afectado el bienestar de las personas si ya no pudieran realizar estas actividades?
- Anime a los participantes a compartir sus comentarios. Utilice las notas del facilitador en el Anexo 2 para ayudar a estructurar la conversación.

### Guión:

Cada grupo debe tener ahora una foto de una actividad o una práctica diaria. En grupos pequeños, tendrá 10 minutos para debatir sobre las preguntas de la Diapositiva 8:

- ¿Cómo beneficia su actividad el bienestar?
- ¿Cómo se vería afectado el bienestar de las personas si ya no pudieran realizar su actividad?

Asegúrese de que se acuerda de cómo se verían afectadas las personas de diferentes edades, géneros, capacidades, etc.

Después de 10 minutos, compartiremos nuestras aportaciones en grupo.

## Sección 2: Estrés

Tiempo: 40 minutos (70 minutos con actividades complementarias)

## Diapositiva 10

## Diapositiva 10: **Actividad Complementaria** (10 minutos)

**Propósito:** Demostrar que las personas experimentan el estrés de manera diferente y presentar a los participantes los diferentes tipos de síntomas del estrés.

### Debate de grupo: ¿Qué es el estrés?

1. ¿Cuáles son algunas de las situaciones que le resultan estresantes?
2. ¿Cómo se siente físicamente cuando está estresado/a?
3. ¿Cómo se siente emocionalmente cuando está estresado/a?
4. ¿Cómo actúa cuando está estresado/a? (Por ejemplo: ¿se muerde los uñas?)

## Materiales

- Hoja informativa 2: ¿Qué es el estrés?

## Notas para el facilitador:

- Distribuya la Hoja informativa 2: ¿Qué es el estrés?
- Pida a los participantes que dediquen 2 minutos a contestar las preguntas de la primera columna. Nota: Puede ser útil ejemplificar estas preguntas primero en clase.
  - ¿Cuáles son algunas de las situaciones que le resultan estresantes?
  - ¿Cómo se siente físicamente cuando está estresado/a?
  - ¿Cómo se siente emocionalmente cuando está estresado/a?
  - ¿Cómo actúa cuando está estresado/a?
- Pida a los participantes que busquen dos nuevos compañeros para entrevistar. Explique que tendrán 6 minutos para hablar con su compañero y tomar nota de sus respuestas. Anime a los participantes a entrevistar a aquellas personas con las que aún no hayan trabajado.

## Guión:



### ¿Qué es el estrés?

La Hoja informativa 2 tiene algunas preguntas sobre el estrés. Por favor, tómese 2 minutos para reflexionar y responder a las preguntas sobre usted mismo en la Hoja Informativa 2. Escriba unas cuantas notas en la sección "¡Yo!" para ayudarlo a recordar sus respuestas.

- Los participantes tendrán 2 minutos para responder las preguntas.

Ahora que ha contestado las preguntas usted mismo, busque dos compañeros nuevos para entrevistar. Tendrá 6 minutos para hacer las mismas preguntas a sus compañeros y tomar notas de sus respuestas. Por favor, escriba el nombre de la persona con la que habló en la parte superior, donde dice "Nombre". Por favor, hable con personas con las que no haya trabajado todavía.

- Los participantes tendrán 6 minutos para entrevistarse entre sí.



### ¿Todos tenían las mismas respuestas a las preguntas? (No.) ¿Por qué cree que ocurre eso?

El estrés significa cosas diferentes para cada persona y las reacciones al estrés pueden ser muy diferentes. Una situación que causa estrés a una persona podría no causar estrés a otra. Un poco de estrés puede incluso ser saludable, dándole energía y motivándole para que finalice sus tareas de manera efectiva.

## Diapositiva 11

### Clasificar los síntomas de estrés

Los **síntomas físicos** se refieren a las reacciones que tiene su cuerpo. (Por ejemplo: los dolores de cabeza)

Los **síntomas emocionales** se refieren a sus sentimientos y a su estado de ánimo. (Por ejemplo: sentirse abrumado(a))

Los **síntomas cognitivos** se refieren a su habilidad para pensar y procesar la información. (Por ejemplo: tener problemas de concentración)

Los **síntomas conductuales** se refieren a la manera en la que se comporta. (Por ejemplo: morderse las uñas)

## Diapositiva 11 (5 minutos)

### Notas para el facilitador:

- Explique la diferencia entre los síntomas físicos, emocionales, cognitivos y conductuales del estrés.
- Pida a los participantes que señalen ejemplos de cada tipo de estrés

### Guión:

El estrés asociado con vivir/trabajar en una situación humanitaria puede tener un impacto directo en el bienestar de la persona. Sin embargo, las personas asimilan el estrés de diferentes maneras, por lo que una situación que puede ser estresante o incluso traumática para una persona puede no serlo para otra. Además, las personas reaccionan al estrés de diferentes maneras, por lo que sus síntomas de estrés también pueden ser diferentes. Existen cuatro tipos de síntomas del estrés:

- Los síntomas físicos se refieren a cómo se siente el cuerpo. Por ejemplo, tener dolores de cabeza.
- Los síntomas emocionales se refieren a sus sentimientos y estado de ánimo. Por ejemplo, sentirse abrumado.
- Los síntomas cognitivos se refieren a su capacidad de pensar y procesar la información. Por ejemplo, tener dificultad para concentrarse.
- Los síntomas del comportamiento se refieren a sus acciones. Por ejemplo, morderse las uñas.



**¿Puede pensar en algunos ejemplos para cada síntoma del estrés?**

## Diapositiva 12

### Clasificar los síntomas de estrés

físico Cómo se siente su cuerpo	emocional Sus sentimientos y estado de ánimo	cognitivo Cómo piensa y procesa la información	conductual Sus acciones


## Diapositiva 12: (10 minutos)

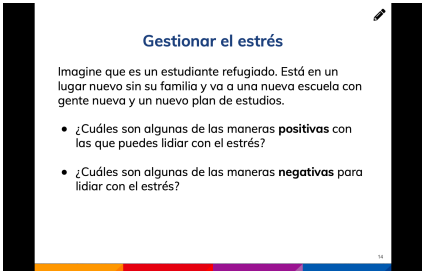

### Materiales:

- Anexo 3: Actividad de identificación de los síntomas del estrés
- Hoja Informativa 3: Síntomas del estrés
- Pizarra y tiza o rotafolio y rotulador
- Cinta adhesiva o papeles adhesivos

### Notas para el facilitador:

- Dibuje la tabla en la Diapositiva 12 en la pizarra o en el rotafolio.
- Distribuya grupos de 2 o 3 participantes.
- Distribuya por grupo 3 o 4 fichas de síntomas del estrés que figuran en el Apéndice 3.
- Las parejas tendrán 3 minutos para decidir qué tipo de síntomas del estrés (físico, emocional, cognitivo o conductual) corresponde a cada uno de los síntomas en las fichas que les han sido asignadas.
- Cuando los participantes hayan decidido, deben pegar sus fichas en la columna correcta de la pizarra/ (usando cinta adhesiva o papeles adhesivos)
- Cuando hayan acabado todos, comente sobre los síntomas de estrés.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Distribuya <a href="#">la Hoja Informativa 3</a> con la tabla completa de síntomas del estrés DESPUÉS de hacer la actividad para que los participantes tengan algo a lo que referirse después de la formación. Pida a los participantes que añadan cualquier síntoma adicional a la hoja informativa.</li> </ul> <p><b>Guión:</b> A continuación, a usted y a su compañero se les entregarán unas cuantas tiras de papel. Cada tira de papel contiene un síntoma del estrés. Con un compañero, decida si cada síntoma es físico, emocional, cognitivo o conductual. Cuando lo hayan decidido, por favor coloque los síntomas en la columna correcta en la pizarra/.</p> <p><b>?</b> <b>¿Están todos los síntomas en la columna correcta? ¿Hubo algún síntoma que le sorprendiera? ¿Hay otros síntomas que le gustaría añadir?</b></p>
<p><b>Diapositiva 13</b></p> 	<p><b>Diapositiva 13 (10 minutos)</b></p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#">Hoja Informativa 4</a> - Estrés positivo, tolerable y tóxico</li> </ul> <p><b>Notas para el facilitador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Distribuya <a href="#">la Hoja Informativa 4</a>.</li> <li>Explique la diferencia entre estrés positivo, tolerable y tóxico. Pregunte a los participantes sobre los conceptos de las preguntas para asegurarse de que han entendido la diferencia entre los diferentes niveles de estrés.</li> <li>Pida a los participantes que hagan una lluvia de ideas con ejemplos de estrés positivo, tolerable y tóxico de <a href="#">la Hoja Informativa 4</a>.</li> </ul> <p><b>Guión:</b> Ahora que hemos aprendido sobre los síntomas del estrés, hablemos de los niveles de estrés. Cuando se enfrentan a riesgos, los niños y niñas tienen tres niveles de respuesta al estrés: positivo, tolerable y tóxico.</p> <p><b>?</b> <b>¿En qué consiste el estrés positivo, el estrés tolerable y el estrés tóxico? ¿Alguien puede dar una definición o algún ejemplo?</b></p> <p>Una <b>respuesta positiva al estrés</b> es una respuesta breve y bastante leve. Este tipo de estrés es una parte normal de la vida y es una parte esencial de un aprendizaje y desarrollo saludables. Un ejemplo de estrés positivo puede ser los nervios el primer día de colegio.</p> <p>Una <b>respuesta tolerable al estrés</b> es a corto plazo, pero para un estrés más grave. Puede desencadenarse por experiencias más traumáticas,</p>

	<p>como la muerte natural de un miembro familiar. Las relaciones de apoyo con los cuidadores ayudan a los niños y niñas a sobrellevar el estrés tolerable y pueden reducir de forma significativa el riesgo de daño permanente a la salud y al aprendizaje.</p> <p><b>?</b> <b>¿Cuál es la diferencia entre el estrés positivo y el estrés tolerable?</b>  <b>Ejemplo de respuesta:</b> El estrés tolerable es causado por una situación más seria.</p> <p>Una <b>respuesta de estrés tóxico</b> es el tipo más grave de estrés. Puede ocurrir cuando los niños y las niñas experimentan un estrés fuerte, continuo o prolongado sin relaciones de apoyo que les ayuden a sobrellevarlo. Los eventos que pueden desencadenar una respuesta de estrés tóxico incluyen el maltrato infantil, el abandono y la exposición a la violencia.</p> <p>La exposición prolongada al estrés tóxico puede dañar el cerebro e interrumpir el desarrollo cerebral, lo que conduce a un deterioro de la memoria, de la toma de decisiones, de la regulación de las emociones y del aprendizaje.</p> <p><b>?</b> <b>¿Cuál es la diferencia entre el estrés tolerable y el estrés tóxico?</b>  <b>Ejemplo de Respuesta:</b> El estrés tolerable es el estrés a corto plazo. El estrés tóxico es el resultado de un estrés repetido o a más largo plazo. El estrés tóxico ocurre si un niño o niña no tiene relaciones de apoyo que le ayuden a sobrellevar la situación.</p> <p><b>?</b> <b>¿Puede pensar en otros ejemplos de estrés positivo, estrés tolerable y estrés tóxico?</b></p>
<p><b>Diapositiva 14</b></p> 	<p> <b>Diapositiva 14</b> (10 minutos)</p> <p><b>Notas para el facilitador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pida a los participantes que imaginen que son estudiantes refugiados.</li> <li>• Pida a los participantes que realicen una lluvia de ideas sobre los mecanismos positivos y negativos para tratar el estrés causado por ser un estudiante refugiado <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Nota: Puede ser útil realizar una lluvia de ideas con 1 o 2 respuestas dentro del grupo completo antes de entrar a debatir el tema en grupos pequeños.</i></li> </ul> </li> </ul> <p><b>Guión:</b>  Hagamos un juego de roles rápido. Imagínese que usted es un estudiante refugiado. Está solo en un nuevo país, lejos de tus amigos y familia. Está asistiendo a una nueva escuela con gente nueva, un nuevo plan de</p>



estudios, quizás con un nuevo idioma. Su educación se ha visto truncada, así que usted también puede haberse quedado rezagado o tener dificultades en la escuela.



**¿Está estresado o estresada? ¿Cuáles son algunos de los factores que le están causando estrés?**

**Ejemplo de Respuestas:** Usted está experimentando incertidumbre, lejos de relaciones familiares de apoyo, puede haber experimentado traumas pasados, puede no sentirse seguro o segura, está empezando la escuela en un ambiente desconocido, el currículo o el idioma de la educación puede ser diferente, puede estar teniendo problemas o quedarse atrasado o atrasada en la escuela...

Por favor, hable con su compañero y dedique 4-5 minutos a comentar las preguntas de la Diapositiva 14.

- ¿Cuáles son algunas de las vías positivas/productivas con las que usted puede afrontar los factores estresantes que acabamos de discutir?
- ¿Cuáles son algunas de las vías negativas/potencialmente perjudiciales con las que podría afrontar esos factores estresantes?

Una vez que hayan intercambiado algunas respuestas a ambas preguntas, las compartiremos todos juntos.



**¿Cuáles son algunas de las vías positivas con las que usted puede afrontar ese estrés?**

**Ejemplos de respuestas:** Hacer respiraciones profundas; practicar la atención consciente (mindfulness); participar en actividades (como deportes, arte, música) que le hagan feliz; pedir ayuda a sus compañeros/as y/o maestros/as; participar en actividades comunitarias o religiosas; consultar a nuestros profesionales de salud mental.



**¿Cuáles son algunas de las vías negativas con las que podría estar afrontando ese estrés?**


**Ejemplos de respuestas:** Comunicarse mediante la ira o el comportamiento violento; practicar conductas de riesgo; abandonar la escuela; participar en el trabajo infantil.

## Diapositiva 15

**Resiliencia**

La resiliencia es la capacidad de hacer frente al estrés y adaptarse a los retos. La resiliencia se manifiesta cuando los factores de protección que apoyan el bienestar son más fuertes que los factores de riesgo que lo perjudican.

¿Cuáles son algunos de los factores que aumentan la resiliencia?



## Diapositiva 15(5 minutos)

### Notas para el facilitador:

- Presente la información de las diapositivas.
- Solicite a los participantes que den ejemplos personales.

### Guión:

Los niños, las niñas y los adolescentes presentan diferentes experiencias, habilidades para afrontar problemas y respuestas ante un desastre o un conflicto. Algunos sólo requieren atención a sus necesidades físicas y psicosociales básicas, mientras que otros pueden estar muy angustiados y traumatizados.

El bienestar psicosocial de una persona depende de los recursos disponibles y de su capacidad para responder a los desafíos. Llamamos a esto **capacidad de recuperación (resiliencia)**. La resiliencia tiene lugar cuando los factores de protección que respaldan el bienestar son más fuertes que los factores de riesgo que lo perjudican.



### ¿Cuáles son algunos de los factores que aumentan la resiliencia?

Anime a los participantes a que utilicen su experiencia como padres, miembros de la comunidad, maestros y profesionales de EeE.

**Ejemplos de respuestas:** Relaciones de apoyo, entornos de aprendizaje seguros y abiertos, hábitos.

Si está interesado en aprender más sobre la resiliencia, le recomendamos leer [el libro blanco de USAID sobre educación y resiliencia](#).

## Diapositiva 16

**El estrés en contextos de crisis**

Debata con un compañero:

1. ¿Cómo describiría las situaciones de desastre y crisis en las que ha vivido/trabajado?
2. ¿Qué tipo de influencias tuvo la crisis en la vida cotidiana de las personas?
3. ¿Qué tipo de síntomas de estrés observó en su entorno?
4. ¿Qué síntomas de estrés observó en su propio comportamiento?

## Diapositiva 16: *Actividad Complementaria* (20 minutos)

**Propósito:** Reforzar los conceptos de bienestar y estrés, motivando a los participantes a que los pongan en práctica en sus propias experiencias.

### Notas para el facilitador:

- Pida a los participantes que comenten las preguntas de la Diapositiva 16 en grupos pequeños.
  - ¿Cómo describiría las situaciones de desastre y crisis en las que vive/trabaja?
  - ¿Qué tipo de influencias tuvo la crisis en la vida cotidiana de las personas?
  - ¿Qué tipo de síntomas de estrés observó en su entorno?
  - ¿Qué síntomas de estrés observó en su propia conducta?

### Guión:

En pequeños grupos, comente las preguntas de la Diapositiva 16. Tendrán diez minutos para comentar y luego compartiremos todos juntos.

### Sección 3: Apoyo psicosocial y aprendizaje socioemocional

Tiempo: 50 minutos (70 minutos con las actividades complementarias)

#### Diapositiva 18



#### Diapositiva 18(5 minutos)

##### Notas para el facilitador:

- Explique el concepto de bienestar psicosocial.

##### Guión:

**El bienestar psicosocial** está condicionado por las fortalezas psicológicas y las experiencias sociales positivas.

- **Entre las fortalezas psicológicas** destacan las costumbres, creencias y rituales que le dan sentido a la vida. Estas actividades nos hacen sentir a salvo y protegidos y mejoran nuestra salud mental.
- **Las experiencias sociales positivas**, tales como nuestras relaciones con miembros de la familia y la comunidad que nos apoyan, crean un sentido de pertenencia. Las familias y las comunidades desempeñan un papel esencial en el apoyo al bienestar psicosocial.

#### Diapositiva 19



#### Diapositiva 19:(20 minutos)

##### Materiales:

- Hoja informativa 5: Necesidades e intervenciones de PSS

##### Notas para el facilitador:

- Presente la información de la diapositiva.
- Explique que los participantes usarán la Hoja Informativa 5 para aportar ejemplos de las necesidades de los niños y niñas con las posibles intervenciones de PSS en una escuela o en el aula.
- Repase pidiendo a cada equipo o grupo que comparta una respuesta. Recorra la sala hasta que se haya efectuado una intervención para cada necesidad.
- *Nota: Si no dispone de mucho tiempo, asigne sólo una necesidad psicosocial de las incluidas en la Hoja Informativa 5 a cada grupo y luego haga que los grupos la presenten.*

##### Guión:

**Apoyo psicosocial** El apoyo psicosocial (PSS) se refiere a los procesos y acciones que promueven el bienestar holístico de las personas en su mundo social y puede facilitar la resiliencia de las personas, las familias y las comunidades.

Para los niños y niñas en particular, hay varias necesidades que deben satisfacerse para garantizar su bienestar psicosocial mediante

intervenciones de apoyo psicosocial. Estas incluyen:

1. Sentimiento de pertenencia
2. Estimulación intelectual
3. Estimulación física
4. Relaciones personales
5. Sentirse valorado/a
6. Relación con compañeros/as



**¿Hay necesidades que no se han incluido en esta lista? ¿Cuáles podrían ser las necesidades de un niño o niña con capacidades diferentes?** (Escuche las respuestas de los asistentes y apúntelas en la pizarra o en el rotafolio).

Con un compañero o en un grupo pequeño, utilice la Hoja Informativa 5 para aportar ejemplos de PSS a partir de su propia experiencia.

- ¿Cuál sería un ejemplo positivo de cada necesidad? (Ejemplos en los que se atienden las necesidades de los niños y niñas)
- ¿Cuál sería un ejemplo negativo de cada necesidad? (Ejemplos en los que no se atienden las necesidades de los niños y niñas)
- ¿Cuál sería una posible intervención (en la escuela o en el aula) para mejorar el bienestar de los niños en relación con cada necesidad?



**¿Alguno de los presentes querría compartir sus ejemplos de intervenciones?**

## Diapositiva 20

Necesidades e intervenciones del apoyo psicosocial	
Las necesidades de los niños y niñas	Posibles intervenciones psicosociales
Un sentimiento de pertenencia	Establecer una estructura educativa donde niños y niñas se sientan incluidos. Favorecer la recuperación de las prácticas culturales y tradicionales de cuidado infantil, siempre que sea posible.
Relaciones con compañeros	Proporcionar una rutina interactiva y flexible, utilizando la escuela u otra actividad educativa organizada. Ofrecer actividades en grupo y en equipo (por ejemplo, deportes, teatro, etc.) que requieran cooperación y experiencia mutua.
Relaciones Personales	Inducir a diálogos que permitan formar relaciones de cuidado adecuadas con niños y niñas. Proporcionar oportunidades para la integración social y la unidad mediante la experiencia y el respeto de todos los valores culturales, independientemente de las diferentes procedencias.
Estimulación intelectual	Mejorar el desarrollo infantil proporcionando una variedad de experiencias educativas.
Estimulación Física	Fomentar actividades recreativas y creativas, tanto tradicionales como nuevas, a través de juegos, deportes, música, baile, etc.
Sentirse valorado	Crear oportunidades para expresarse a través de debates individuales/grupos, dibujo, escritura, teatro, música, etc. que favorezcan el orgullo y la confianza en sí mismos. Aprender, animar y reconocer a los niños y niñas.

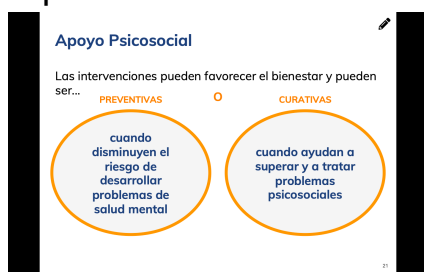


Diapositiva 20 (2,5 minutos)

**Notas para el facilitador:**

- Comparta la diapositiva con las respuestas una vez que los participantes hayan dado al menos un ejemplo de una intervención PSS para cada necesidad.
- Responda cualquier pregunta que puedan tener los participantes.

## Diapositiva 21



Diapositiva 21 (2,5 minutos)

**Notas para el facilitador:**

- Presente la información de la diapositiva

**Guión:**

Las intervenciones de apoyo psicosocial fomentan el bienestar. Las intervenciones pueden ser preventivas, lo que significa que disminuyen el riesgo que tiene un niño o una niña de desarrollar problemas de salud mental. Las intervenciones también pueden ser curativas, lo que significa que ayudan a los niños a sobrellevar o superar los problemas psicosociales.

## Diapositiva 22



## Diapositiva 22 (20 minutos)

### Materiales:

- Hoja informativa 6: Competencias e intervenciones de SEL

### Notas para el facilitador:

- Presente la información de la diapositiva
- Explique que los participantes usarán la Hoja Informativa 6 para encauzar un debate sobre qué competencias SEL son útiles/importantes y cómo pueden reforzarlas.
- Repase pidiendo a cada equipo o grupo que comparta una respuesta.
- *Nota: Si no dispone de mucho tiempo, asigne sólo una competencia SEL de la Hoja Informativa 6 a cada grupo y luego haga que los grupos la presenten.*

### Guión:

**El aprendizaje social y emocional (SEL)** es un elemento esencial del apoyo psicosocial. Por lo general, los programas PSS abren el camino al SEL. El SEL se refiere a los procesos y acciones que favorecen la autoconciencia, el alfabetismo emocional, la resiliencia y la confianza en sí mismo. Estos son esenciales para el bienestar y el aprendizaje en la escuela. Quizás la característica más destacada del SEL es su vinculación intencionada con el mundo académico. Está diseñado e implementado en espacios de aprendizaje e idealmente es un componente integral del currículo escolar.

El SEL puede percibirse como un enfoque pedagógico. A través del aprendizaje social y emocional, los niños, niñas y jóvenes adquirirán competencias para reconocer y gestionar sus emociones. Este puede ayudarles a tomar decisiones responsables, establecer relaciones positivas y afrontar los retos interpersonales de manera constructiva.

Con un compañero o en un grupo pequeño, comente las competencias SEL útiles/importantes y cómo pueden fortalecerlas. Use la Hoja Informativa 6 para tomar notas breves durante su debate.

- En su grupo pequeño comente: ¿Por qué es importante cada competencia? ¿Qué beneficio le aporta cada competencia a los niños y niñas?
- Fuera de su grupo pequeño comente: ¿Cómo se puede construir o fortalecer cada competencia? ¿Qué tipo de intervenciones serían apropiadas?



**¿Alguno de los presentes querría compartir algunas de las conclusiones de sus conversaciones?**

El marco SEL que hemos estado debatiendo es el marco de CASEL, pero hay muchos otros marcos SEL que también se utilizan en la educación en situaciones de emergencia.

## Diapositiva 23

### Actividad grupal: Practicar los términos clave

- Busque un/a compañero/a.
- Describa el término en su hoja de papel. Su compañero/a debe adivinar qué término está describiendo.
- Cuando los dos miembros hayan descrito y adivinado los términos de sus papeles, intercambien los papeles.
- Busque un/a compañero/a NUEVO/A.
- Repita todo el proceso.

## Diapositiva 23: *Actividad Complementaria* (20 minutos)

**Propósito:** Reforzar los nuevos conceptos y términos presentados en la Parte A de la formación. Esta actividad evaluará la comprensión y la capacidad de los participantes para explicar los términos clave.

### Materiales:

Apéndice 4: Práctica de términos clave

### Notas para el facilitador:

- Reparta una ficha de términos clave del Apéndice 4 a cada participante. Pida a los participantes que guarden sus fichas en secreto. Dependiendo del número de participantes, es posible que sea necesario repetir algunos términos.
- Pida a los participantes que se levanten y encuentren una pareja.
- Explique que, en parejas, los participantes deben turnarse para explicar su término clave y tratar de adivinar el término del compañero.
- Una vez que ambos miembros hayan explicado y adivinado correctamente, deben cambiar las fichas de los términos clave y encontrar una nueva pareja con la que repetir el proceso. *Nota: Puede ser útil demostrar esto frente al grupo para asegurarse de que todos los participantes lo hayan entendido.*
- Transcurridos 10-15 minutos, pida a los participantes que regresen a sus asientos.
- Pida a algunos participantes seguros de sí mismos que describan sus términos clave y pida a todo el grupo que adivine los términos.

### Guión:

Hoy hemos aprendido muchos términos nuevos, así que ahora ¡vamos a practicarlos! Cada uno debe tener un papel con un término clave. ¡No le muestre su papel a nadie! Vamos a participar en un pequeño juego de preguntas y respuestas.

Todos deben levantarse y encontrar una pareja. Un miembro de la pareja describirá el término en su papel. El otro miembro de la pareja tratará de adivinar el término. Luego invertirán los roles y ahora el segundo miembro explicará mientras que el primero adivinará. Una vez que ambos miembros de la pareja hayan explicado y adivinado correctamente, intercambien los papeles, encuentre una nueva pareja y repita el proceso.



**¿Alguien quiere explicar su término a todo el grupo? Los demás adivinaremos cuál es su término.**

## Parte B: Estrategias para fomentar el bienestar psicosocial a través de la educación

Tiempo disponible para la Parte B: 90 minutos (135 minutos con las actividades complementarias)

### Sección 4: Intervenciones PSS y SEL

45 minutos (60 minutos con las actividades complementarias)

#### Diapositiva 25



#### Diapositiva 26



#### Diapositiva 25 y 26 (15 minutos)

##### Materiales:

Hoja informativa 7: Pirámide de intervención PSS y SEL

Apéndice 5: Hoja de respuestas para Pirámide de intervención PSS y SEL

##### Notas para el facilitador:

- Explique los distintos niveles de la Pirámide de intervención
- Distribuya la Hoja informativa 7.
- Pida a los participantes que trabajen en grupos de 2 o 3 personas para hacer coincidir los ejemplos de intervenciones con los diferentes niveles de la pirámide en la Hoja Informativa 7. Nota: Puede ser útil trabajar esta actividad como un grupo completo antes de pedir a los participantes que trabajen en parejas.
- Compare las respuestas como un solo grupo. Utilice la guía de respuestas del Apéndice 5 para verificar las respuestas de los participantes.

##### Guión:

Ahora que está familiarizado con algunos términos clave en PSS y SEL, vamos a ver algunas estrategias para las intervenciones de PSS y SEL.

Como se puede ver en la pirámide, hay cuatro niveles de intervención de PSS y SEL: **servicios básicos y seguridad**, **apoyo a la comunidad y a la familia**, **apoyo enfocado y no especializado** y **servicios especializados**.

- El nivel de **servicios básicos y seguridad** presenta la educación como un servicio esencial para crear rutinas y normalidad después de una emergencia. Algunos ejemplos de este nivel son: apertura de escuelas, espacios acogedores para niños, niñas y jóvenes, espacios de educación no formal y formación de instructores.
- El nivel de **apoyo a la comunidad y a la familia** presenta a las escuelas como un puente entre la familia y los sistemas de apoyo comunitario. Algunos ejemplos de este nivel son: Asociaciones de padres y maestros y Consejos escolares.
- El nivel de **apoyo enfocado y no especializado** reconoce que algunos alumnos necesitan más apoyo que otros. Por ejemplo: consejería grupal o apoyo entre compañeros/as en las escuelas.

- El **nivel de servicios especializados** reconoce que los alumnos más vulnerables pueden necesitar apoyo adicional fuera del entorno escolar. Por ejemplo: remisión a profesionales de la salud mental.

Con un compañero, por favor haga coincidir las intervenciones de la Hoja Informativa 7, con los niveles de la pirámide de intervención.



**¿Se le ocurre alguna otra intervención de PSS y SEL? ¿Ha efectuado alguna de estas intervenciones antes? ¿Qué ha funcionado bien? ¿Qué es lo que no funcionó tan bien?**

## Diapositiva 27

**PSS y SEL en el terreno**

1. ¿Dónde se realiza la actividad?
2. ¿En qué consiste la actividad?
3. ¿Quién coordina la actividad?
4. ¿Quién se beneficia de la actividad?
5. ¿Cómo ayuda esta actividad al bienestar?
6. ¿Qué nivel de la pirámide aborda esta actividad?



## Diapositiva 27 **Actividad Complementaria** (15 minutos)

**Propósito:** Esta actividad da a los participantes más práctica en la identificación de los diferentes tipos de intervenciones PSS y SEL y dónde encajan en la pirámide de intervención. Esta actividad puede ser útil para grupos con poca o ninguna experiencia con PSS y SEL.

### Materiales:

- Apéndice 6: PSS y SEL en la práctica

### Notas para el facilitador:

- Asigne grupos de 2-4 personas
- Dé 1 imagen a cada grupo.
- Pida a los participantes que analicen su foto usando las preguntas de la Diapositiva 6 y luego presenten brevemente sus respuestas a la clase. *Nota: Puede ser útil para el facilitador trabajar esta actividad con toda la clase antes de pedir a los participantes que trabajen en grupos pequeños.*
  - ¿Dónde se realiza la actividad?
  - ¿En qué consiste la actividad?
  - ¿Quién coordina la actividad?
  - ¿Quién se beneficia de la actividad?
  - ¿Cómo ayuda esta actividad al bienestar?
  - ¿Qué nivel de la pirámide aborda esta actividad?

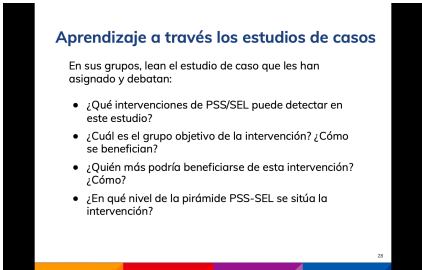

### Guión:

Estas fotos muestran ejemplos. Aquí, puede ver fotos de diferentes actividades que ayudan al bienestar psicosocial. ¿Puede hacer coincidir las fotos con el nivel de la pirámide?

### Ejemplos de respuestas:

- **Foto 1:** Estudiantes en una escuela de un campamento de desplazados internos en el estado de Rakhine, Myanmar. Se trata de una actividad PSS grupal, impartida por instructores formados en PSS. Esto es en el **nivel de apoyo enfocado y no especializado**.
- **Foto 2:** Estudiantes en un espacio de aprendizaje temporal habilitado tras el terremoto de Nepal fuera de un espacio de aprendizaje temporal. Los espacios de aprendizaje fueron



	<p>equipados con materiales recreativos, como cuerdas para saltar. Esto entra dentro <b>de los servicios básicos y seguridad</b>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Foto 3:</b> Una sesión de asesoramiento en un centro de acogida de refugiados, en la unidad de apoyo a menores no acompañados. El consejero está hablando con un niño que viajó en barco de Turquía a Atenas. Estaba deprimido y tenía dificultades para dormir y concentrarse en sus estudios. No tenía ninguna información sobre los miembros de su familia. Este caso recae en los <b>servicios especializados</b>.</li> <li>● <b>Foto 4:</b> Miembros de la comunidad leyendo información sobre la campaña "De vuelta a la escuela" tras el terremoto en Nepal. Hablaron sobre cómo la comunidad podría apoyar a los maestros para recuperar las rutinas escolares en la aldea. Esta actividad depende <b>del apoyo de la comunidad y de la familia</b>.</li> </ul>
<p><b>Diapositiva 28</b></p>  <p><b>Aprendizaje a través los estudios de casos</b></p> <p>En sus grupos, lean el estudio de caso que les han asignado y debatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué intervenciones de PSS/SEL puede detectar en este estudio?</li> <li>• ¿Cuál es el grupo objetivo de la intervención? ¿Cómo se benefician?</li> <li>• ¿Quién más podría beneficiarse de esta intervención? ¿Cómo?</li> <li>• ¿En qué nivel de la pirámide PSS-SEL se sitúa la intervención?</li> </ul>	<p> <b>Diapositiva 28 (30 minutos)</b></p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <u>Hoja informativa 8A, 8B, 8C</u>: Casos prácticos (un caso práctico por grupo)</li> <li>● <u>Apéndice 7</u>: Notas para el moderador para los casos prácticos</li> <li>● Papel de rotafolio y marcadores</li> </ul> <p><b>Notas para el facilitador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Los participantes leen su caso práctico y debaten las preguntas incluidas en la <u>Diapositiva 27</u>. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ¿Qué intervenciones de PSS/SEL puede detectar en este estudio?</li> <li>○ ¿Cuál es el grupo objetivo de la intervención? ¿Cómo se benefician?</li> <li>○ ¿Quién más podría beneficiarse de esta intervención? ¿Cómo?</li> <li>○ ¿En qué nivel de la pirámide PSS-SEL se sitúa la intervención?</li> </ul> </li> <li>● Pida a los participantes que usen su rotafolio para presentar su debate, pueden usar palabras, imágenes o ambas cosas.</li> <li>● Pida a los grupos que compartan su caso práctico usando su . Utilice las notas del facilitador en el <u>Apéndice 7</u> para ayudar a estructurar el debate.</li> </ul> <p><b>Guión:</b></p> <p>Cada grupo debe tener un caso práctico. Por favor, lea su caso práctico y comente las preguntas en la diapositiva. Utilice el papel de rotafolio para presentar su debate sobre el caso práctico. Puede utilizar palabras, imágenes o una combinación de ambas. Tienen unos 20 minutos para trabajar juntos, luego compartiremos nuestras conclusiones.</p>

## Sección 5: Estrategias PSS y SEL

Tiempo: 45 minutos (75 minutos con las actividades complementarias)

### Diapositiva 30



### Diapositiva 30 (5 minutos)

#### Materiales:

- Notas de Orientación de la INEE sobre el Apoyo Psicosocial

#### Notas para el facilitador:

- La Nota de Orientación de la INEE sobre Apoyo Psicosocial puede utilizarse como herramienta para guiar las intervenciones de PSS-SEL.
- La Nota de orientación sobre apoyo psicosocial de la INEE se organiza en torno a las Normas Mínimas de la INEE:
  - Normas fundamentales
  - Acceso y ambiente de aprendizaje
  - Enseñanza y aprendizaje
  - Maestros y otro personal educativo
  - Política educativa
- Nota: Recuerde que antes de hacer esta formación, los participantes deben haber recibido una orientación en línea o en persona sobre las Normas Mínimas de la INEE. Esta actividad supone que los participantes tienen algún conocimiento de las Normas Mínimas de la INEE

#### Guión:

La Nota de Orientación de la INEE sobre Apoyo Psicosocial se puede utilizar como una herramienta para planificar e implementar intervenciones de PSS y SEL. La Nota de Orientación también proporciona ejemplos de programas PSS que se han ejecutado por todo el mundo. La Nota de Orientación está organizada en torno a los ámbitos de las Normas mínimas de la INEE: normas fundamentales, acceso y entorno de aprendizaje, enseñanza y aprendizaje, maestros y otro personal educativo; y política educativa.

### Diapositiva 31

**Desarrollo y mejora Estrategias PSS y SEL**

Con ayuda de la Nota de orientación de la INEE sobre apoyo psicosocial, responda a las siguientes preguntas sobre su estudio de caso:

- ¿Cómo aborda su intervención cada una de los dominios de las normas mínimas de la INEE?
- ¿En qué se queda corto?
- ¿Cómo se podría mejorar?

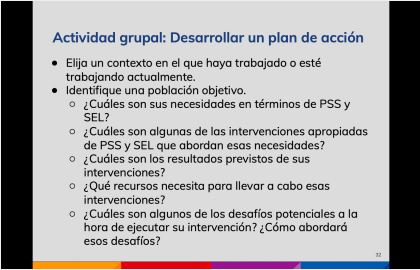
### Diapositiva 31 (30 minutos)

#### Materiales:

- [Hoja informativa 9: PSS y SEL y las Normas Mínimas de la INEE](#)
- [Notas de Orientación de la INEE sobre el Apoyo Psicosocial](#)

#### Notas para el facilitador:

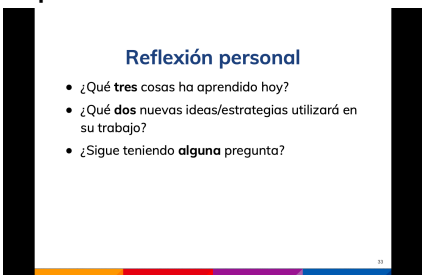
- Utilizando los mismos casos prácticos, los participantes analizarán y sugerirán mejoras a las intervenciones utilizando las Normas Mínimas de la INEE.
- Nota: Si no dispone de mucho tiempo, asigne a cada grupo sólo un



	<p>ámbito de las Normas Mínimas de la INEE incluidas en la <u>Hoja informativa 9</u> y luego haga que todos los grupos lo presenten.</p> <p><b>Guión:</b></p> <p>En la próxima actividad, continuaremos trabajando en los mismos grupos, con los casos prácticos. Utilizando la Nota de Orientación de la INEE sobre apoyo psicosocial analice sus casos prácticos de acuerdo con los cinco ámbitos de las Normas Mínimas de la INEE. Use la <u>Hoja informativa 9</u> para captar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo aborda la intervención en su caso práctico cada dominio?</li> <li>• ¿Cómo es posible que la intervención en su caso práctico sea insuficiente?</li> <li>• ¿Cómo puede mejorarse la intervención en su caso práctico?</li> </ul> <p>Tendrán 30 minutos para trabajar en sus grupos pequeños y luego lo comentaremos todos juntos.</p>
<p><b>Diapositiva 32:</b></p> 	<p><b>Diapositiva 32: <i>Actividad complementaria</i> (30 minutos)</b></p> <p><b>Propósito:</b> Esta actividad complementaria se puede utilizar como una evaluación acumulativa, para determinar si los participantes han entendido y pueden aplicar la información presentada en esta capacitación. Los participantes identificarán las necesidades de PSS y SEL en una población meta con la que están familiarizados y planificarán las intervenciones relevantes de PSS y SEL.</p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Hoja informativa 10</u>: Plan de Acción</li> </ul> <p><b>Notas para el facilitador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Distribuya la <u>Hoja informativa 10</u>: Plan de Acción.</li> <li>• Explique que los participantes tendrán 30 minutos para trabajar con un compañero/grupo pequeño para desarrollar un plan de acción para una intervención PSS y SEL. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Pida a los participantes que elijan un contexto en el que hayan trabajado o en el que estén trabajando actualmente.</li> <li>○ Los participantes deben usar las preguntas de la <u>Hoja informativa 10</u> para guiarse en su planificación.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Guión:</b></p> <p><b>?</b> ¿Ha trabajado alguna vez en un contexto que en su opinión se hubiera beneficiado de una intervención de PSS y SEL? ¿Dónde y por qué?</p> <p>Como última actividad de hoy, vamos a practicar cómo aplicar algunos de los conceptos que hemos aprendido. Usando la <u>Hoja informativa 10</u> como guía, usted va a crear un plan de acción para ejecutar una intervención PSS y SEL. Trabajando en parejas o en pequeños grupos, por favor elija un</p>

	<p>contexto en el que haya trabajado o esté trabajando actualmente y que piense se podría haber beneficiado de una intervención de PSS y SEL.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar una población meta (por ejemplo: niñas adolescentes) y las necesidades de PSS y SEL en esa población.</li> <li>• Luego, elabore una lista de recursos que necesitará para aplicar su intervención, pensando de forma exigente sobre los recursos que ya tiene y cómo adquirir recursos adicionales.</li> <li>• Finalmente, aporte algunos desafíos posibles para aplicar su intervención y las estrategias necesarias para abordar esos desafíos.</li> </ul> <p>Por favor, consulte las hojas informativas anteriores o la Nota de Orientación sobre apoyo psicosocial para ayudar a estructurar su planificación. Siéntanse libres de hacerme cualquier pregunta. (Si tenemos tiempo) luego tendrán la oportunidad de presentar su plan de acción.</p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Evaluación de la formación

Duración: 10 minutos

<p><b>Diapositiva 33</b></p>  <p><b>Reflexión personal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué tres cosas ha aprendido hoy?</li> <li>• ¿Qué dos nuevas ideas/estrategias utilizará en su trabajo?</li> <li>• ¿Sigue teniendo alguna pregunta?</li> </ul>	<p><b>Diapositiva 33 (5 minutos)</b></p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Diapositiva 11</u>: Autorreflexión</li> </ul> <p><b>Notas para el facilitador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Opción 1:</b> Pida a los participantes que reflexionen en silencio sobre la capacitación y respondan a las preguntas de autorreflexión incluidas en la <u>Hoja Informativa 11</u>.</li> <li>• <b>Opción 2:</b> Pida a los participantes que comenten las preguntas incluidas en la <u>Hoja Informativa 11</u> en parejas o en pequeños grupos.</li> <li>• Para cualquiera de las dos opciones, reserve tiempo para responder cualquier pregunta que los participantes puedan tener. Anime a los participantes a responder las preguntas de los demás.</li> </ul> <p><b>Guión:</b></p> <p>Por favor, tómense unos minutos para reflexionar sobre el taller de hoy. Reflexionen sobre las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Pueden mencionar 3 cosas que aprendieron hoy?</li> <li>• ¿Cuáles serían 2 nuevas ideas/estrategias que utilizará en su trabajo?</li> <li>• ¿Tienen aún alguna pregunta?</li> </ul> <p><b>?</b> ¿Alguien tiene alguna reflexión o pregunta que quiera compartir con el grupo?</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>Diapositiva 34</b></p>  <p><b>Evaluación de la formación</b></p> <p>¡Gracias por su participación!</p> <p>Por favor, ayúdenos a mejorar esta formación completando la siguiente evaluación de la formación.</p> <p>¡Agradecemos sus comentarios!</p>	 <p><b>Diapositiva 34 (5 minutos)</b></p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Hoja informativa 12</u>: Formulario de evaluación</li> </ul> <p><b>Notas para el facilitador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dé 5 minutos a los participantes para que completen el formulario de evaluación.</li> </ul> <p><b>Guión:</b></p> <p>Gracias a todos por asistir al taller de hoy. Por favor, rellene el formulario de evaluación para ayudarnos a mejorar un poco más nuestros talleres de capacitación.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

# Materiales para el moderador

**Apéndice 0:** Recursos en línea

**Apéndice 1:** Fotos de la actividad

**Apéndice 2:** Notas del facilitador sobre las fotos de la actividad

**Apéndice 3:** Actividad de asociación de los síntomas de estrés

**Apéndice 4:** Práctica de términos clave

**Apéndice 5:** Hoja de respuestas para la Pirámide de Intervención PSS y SEL

**Apéndice 6:** PSS y SEL en la práctica

**Apéndice 7:** Notas del facilitador sobre los casos prácticos

**Apéndice 8:** Formulario de comentarios del facilitador

## Apéndice 0: Recursos en línea

### Recursos destacados:

- Colección de Recursos de Apoyo Psicosocial y Aprendizaje socioemocional de la INEE <https://inee.org/collections/psychosocial-support-and-social-and-emotional-learning>

### Apoyo psicosocial general

- Comité Permanente entre Organismos (IASC, por sus siglas en inglés). 2007. Directrices del IASC sobre salud mental y apoyo psicosocial en situaciones de emergencia. [https://www.who.int/mental\\_health/emergencies/guidelines\\_iasc\\_mental\\_health\\_psychosocial\\_june\\_2007.pdf](https://www.who.int/mental_health/emergencies/guidelines_iasc_mental_health_psychosocial_june_2007.pdf)
- ACT Alianza e Iglesia de Suecia. 2015. Manual de capacitación en apoyo psicosocial basado en la comunidad. [https://actalliance.org/wp-content/uploads/2015/07/Community\\_Based\\_Psychosocial\\_Support\\_Training\\_Manual.pdf](https://actalliance.org/wp-content/uploads/2015/07/Community_Based_Psychosocial_Support_Training_Manual.pdf)

### Apoyo psicosocial en la educación

- Finn Church Aid. 2018. Mejorar el bienestar a través de la educación: Integrando el apoyo psicosocial basado en la comunidad con la educación en situaciones de emergencia. <https://inee.org/resources/improving-well-being-through-education>
- Comité Internacional de Rescate. 2011. Creando Aulas de Sanación: Guía del Facilitador. <https://inee.org/resources/creating-healing-classrooms-multimedia-teacher-training-resource>

### Aprendizaje socioemocional en la educación

- Equipo del Informe de Seguimiento de la Educación Mundial. 2019. La educación como sanación: Abordar el trauma del desplazamiento a través del aprendizaje social y emocional. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000367812>

### La resiliencia en la educación

- USAID. 2019. Transformando Sistemas en Tiempos de Adversidad: Libro Blanco sobre Educación y Resiliencia <https://www.eccnetwork.net/resources/transforming-systems-times-adversity-education-and-resilience-white-paper>





## Apéndice 1: Actividad de Fotografías













## Apéndice 2: Notas del facilitador sobre las fotos de la actividad



Estudiantes en Camboya.

### Tema: Oportunidades educativas

**Mensaje:** La educación continua y de calidad brinda oportunidades de aprendizaje y apoya al bienestar de muchas maneras. La educación ofrece una rutina estable y una estructura para el día, lo cual apoya al bienestar emocional. La escuela es un lugar para conocer a compañeros/as y miembros de la comunidad, lo cual respalda al comportamiento colaborativo y el bienestar social. Si existe la posibilidad de almorzar gratis en la escuela, ello favorece también al bienestar biológico. A largo plazo, las posibilidades de educación favorecen el bienestar material al asociar el aprendizaje con la obtención de ingresos y el sustento.

**Si se ve afectado por una crisis:** Las rutinas diarias relacionadas con la escolarización se interrumpen; los niños, niñas y jóvenes pierden oportunidades de aprender, desarrollar sus capacidades e interactuar con sus compañeros/as en un entorno escolar; la falta de aprendizaje y desarrollo de habilidades pone a los jóvenes en riesgo de desempleo futuro, bajos salarios y diferentes desventajas sociales y económicas.



Jóvenes con antecedentes de refugiados jugando en el programa Peace United.

### Tema: Deportes y juegos

**Mensaje:** Los deportes y el juego favorecen el desarrollo de relaciones saludables y fortalecen el sentido de pertenencia a la comunidad. Los juegos cooperativos como el fútbol pueden estimular la coexistencia y el bienestar social. Los deportes y el juego apoyan el desarrollo de las habilidades sociales y emocionales. Jugar con compañeros/as ayuda a los niños y niñas a relajarse y divertirse al favorecer su bienestar emocional. Otras actividades recreativas como dibujar, pintar, cantar, tocar instrumentos musicales, etc. son actividades importantes para apoyar el bienestar emocional de los niños, niñas y jóvenes.

**Si se ven afectados por una crisis:** Los niños, niñas y jóvenes pierden oportunidades de jugar y de reunirse en la comunidad. Pierden oportunidades de autoexpresión y de gestión del estrés.



Familia proveniente de Siria.

### Tema: Los miembros de la familia pasan tiempo juntos

**Mensaje:** La familia y los amigos crean estructuras sociales, sentimientos de seguridad y un sentido de pertenencia todo lo cual contribuye al bienestar emocional, social y mental. Entornos familiares seguros con alimentos adecuados y los artículos necesarios para la vida diaria favorecen el bienestar biológico y material.

**Si se ve afectado por una crisis:** En las crisis humanitarias, las relaciones familiares pueden verse perturbadas de muchas maneras: los miembros de la familia pueden separarse unos de otros o, en casos graves, los miembros de la familia pueden perder la vida, quedar discapacitados o enfermarse gravemente. Esto perturba la integración social y crea sentimientos de miedo, pérdida y aislamiento. Esto influye en el desarrollo de los niños, niñas y jóvenes: las experiencias dolorosas, especialmente en la primera infancia, pueden causar daños permanentes en la salud mental.



Ceremonia católica en el hogar en Timor-Leste.

### Tema: Eventos espirituales en la comunidad

**Mensaje:** Atender las necesidades espirituales de las personas les ayuda a mantener una buena salud mental y un sentimiento de pertenencia o conexión. Ello apoya muchos aspectos del bienestar, entre ellos el espiritual, el cultural, el mental y el emocional.

**Si se ve afectado por una crisis:** En las crisis humanitarias, las rutinas se ven perturbadas, lo que impide a las personas practicar sus creencias religiosas en una forma normal. Los líderes religiosos pueden ser víctimas de desastres. Algunas personas también sienten que sus creencias han fallado, lo que puede causar una crisis de fe y una interrupción de su vida espiritual.



Agua potable de un pozo en Timor-Leste.

### Tema: Acceso al agua potable

**Mensaje:** El agua potable es una necesidad humana fundamental. El funcionamiento de los sistemas de agua, saneamiento e higiene (WASH) es esencial para la supervivencia, la salud y el bienestar biológico de las personas, las familias y las comunidades. El agua potable mejora el desarrollo cognitivo de los niños al aumentar la velocidad de respuesta cognitiva y favorece la digestión.

**Si se ve afectado por una crisis:** La falta de agua potable causa riesgos graves y que amenazan la vida de las personas en lo que respecta a la salud y la supervivencia. El agua contaminada causa enfermedades graves como enfermedades diarreicas y cólera. Esto también puede afectar el bienestar cognitivo en los casos en que los niños y niñas enfermos no asisten a la escuela. Los niños y niñas pueden perder oportunidades de educación cuando no se dispone fácilmente de agua potable, por lo que deben participar en los procesos de captación de agua que les consumen mucho tiempo.

### Apéndice 3: Actividad de unir los síntomas de estrés

Recorte cada cuadro con un síntoma y distribúyalo equitativamente entre los grupos.

aumento del ritmo cardíaco	Sentimiento de soledad
respiración acelerada	Incapacidad para concentrarse
tensión y dolor muscular	ser pesimista y ver sólo el lado negativo de las cosas
hipertensión	Pensamientos acelerados
Dolores de cabeza	Olvidos
Malestar estomacal	Preocupación constante
Dificultad para dormir	Falta de juicio

Manos frías o sudorosas	Comportamiento nervioso como morderse las uñas
Enfermedades frecuentes	Mayor riesgo de consumo de drogas
Frustrarse fácilmente	Evitar responsabilidades
Sentirse abrumado/a	cambios en el apetito (comer más o menos de lo habitual)
Dificultad para relajarse	Evitar a los demás
Sentirse mal consigo mismo/a	

**Apéndice 4: Práctica de términos clave**

Recorte los términos y entregue uno a cada participante. Es posible que necesite hacer más de una copia.

- - - - - ✂

Bienestar

- - - - - ✂

Estrés positivo

- - - - - ✂

Estrés tolerable

- - - - - ✂

Estrés tóxico

- - - - - ✂

Resiliencia

- - - - - ✂

Apoyo psicosocial

- - - - - ✂

Aprendizaje social y emocional

- - - - - ✂

## Apéndice 5: Hoja de respuestas para la Pirámide de intervención PSS y SEL

*Haga coincidir las intervenciones con el nivel correcto de la pirámide de intervención.*

A: Servicios especializados

B: Apoyos específicos, no especializados

C: Apoyos comunitarios y familiares

D: Servicios básicos y seguridad

1. C Contratación de miembros de la comunidad como asistentes de enseñanza
2. D Distribución de juguetes y juegos para niños y niñas
3. B Actividades PSS y SEL en grupo facilitadas por los profesores en espacios educativos temporales
4. B Programas de prevención de la violencia en las escuelas
5. C Organizar actividades culturales en espacios de aprendizaje temporales
6. D Actividades recreativas en espacios de aprendizaje
7. C Colaborar con las Asociaciones de Padres y Maestros y los consejos escolares
8. B Contratar consejeros escolares para identificar y apoyar a estudiantes con necesidades particulares dentro del entorno educativo en los entornos educativos
9. A Referir a niños, niñas y jóvenes con trauma severo a los servicios de salud mental
10. C Organizar acciones comunitarias colectivas en las escuelas, como construir y pintar espacios educativos temporales
11. B Enfoques de aprendizaje entre compañeros/as que unen a los niños y niñas vulnerables compañeros/as de apoyo
12. D Programas de defensa relacionados con la protección de la infancia





## Apéndice 6: PSS y SEL en la práctica







## Apéndice 7: Notas del facilitador sobre los casos prácticos

	Intervención de PSS-SEL	Grupo objetivo y beneficios:	A quién beneficia:	Nivel de Pirámide:
CASO 1: Bikash en el terremoto que afectó a Nepal	Espacio acogedor para niños y niñas (CFS) en la aldea de tiendas de campaña	Niños y niñas que estaban viviendo en refugios provisionales en la aldea de tiendas de campaña	Los padres se benefician de esta intervención ya que en CFS los niños tienen la oportunidad de pasar su tiempo en un lugar seguro, mientras que los padres tienen tiempo para realizar sus actividades diarias (recoger agua, alimentos, etc.)	Servicio básico y seguridad
CASO 2: Amina sursudanesa en Uganda	Programa de Educación Acelerada (PEA) en el asentamiento de refugiados	Jóvenes sudaneses del sur que no asisten a la escuela y tienen historial de refugiados y que habían perdido la esperanza de regresar a la escuela ahora tienen la oportunidad de estudiar. Después del programa de aprendizaje acelerado, pueden continuar sus estudios en la educación general. La intervención da mucho valor y aumenta la esperanza de un futuro mejor.	Los beneficios se pueden ver incluso a nivel social: la generación joven sursudanesa se prepara con educación.	Puede ser tanto de apoyo a la comunidad y a la familia como de apoyo enfocado y no especializado
CASO 3: Refugiados sirios en Turquía	Festival, Apoyo entre iguales en el estudio de la lengua árabe	Estudiantes y familias turcos y sirios; aumenta la comunicación y la interacción; el apoyo de los compañeros aumenta las habilidades árabes de los estudiantes turcos; el apoyo de los compañeros aumenta la confianza en sí mismos de los estudiantes sirios	Las intervenciones pueden aumentar la cohesión social a nivel de comunidad	Apoyos enfocados, no especializados (apoyo entre compañeros/as) y servicios básicos y de seguridad (centros de educación temporal que se mencionaron al principio de la historia)

## Apéndice 8: Formulario de Comentarios del Moderador

Por favor, rellene y envíe el siguiente formulario o actualice el uso del módulo en la página de seguimiento de módulos PSS-SEL.

[Formulario de seguimiento del módulo PSS-SEL](https://drive.google.com/open?id=1y5O5qa7ACfKaa-SVNddedDDvOzqjlfMZDzBjn3ytHJE)

(<https://drive.google.com/open?id=1y5O5qa7ACfKaa-SVNddedDDvOzqjlfMZDzBjn3ytHJE>)

<b>Fecha</b>	
<b>Organización</b>	
<b>Moderador</b>	
<b>Ubicación</b>	
<b>Audiencia</b> (ej: personal del programa, docentes)	
<b>Reflexión</b> (comentarios, sugerencias para mejorar)	

# Manual del participante

## Términos clave

**Hoja informativa 1:** ¿Qué necesitamos para sentirnos bien?

**Hoja informativa 2:** ¿Qué es el estrés?

**Hoja informativa 3:** Síntomas de estrés

**Hoja informativa 4:** Estrés positivo, tolerable y tóxico

**Hoja informativa 5:** Necesidades e intervenciones de PSS

**Hoja informativa 6:** Competencias e intervenciones de SEL

**Hoja informativa 7:** Pirámide de intervención PSS y SEL

**Hoja informativa 8A:** Caso práctico - Bikash en el Nepal afectado por el terremoto

**Hoja informativa 8B:** Caso práctico - Amina sursudanesa en Uganda

**Hoja informativa 8C:** Caso práctico - Refugiados sirios en Turquía

**Hoja informativa 9:** PSS y SEL y las Normas Mínimas de la INEE

**Hoja informativa 10:** Plan de acción

**Hoja informativa 11:** Autorreflexión

**Hoja informativa 12:** Evaluación de la capacitación



## Términos clave:

**Apoyo psicosocial:** El apoyo psicosocial (PSS) se refiere a "los procesos y acciones que promueven el bienestar holístico de las personas en su mundo social". Ello incluye el apoyo que proporciona la familia y amigos" (INEE, 2010a, pág. 121). El apoyo psicosocial también se puede describir como "un proceso que facilita la resiliencia en individuos, familias y comunidades" (IFRC Centro de Referencia para la Prestación de Apoyo Psicosocial, 2009, pág. 11). El PSS (por sus siglas en inglés) apunta a ayudar a los individuos a recuperarse después de que una crisis ha trastornado sus vidas y a aumentar su habilidad para regresar a la normalidad después de experimentar acontecimientos adversos.

**Resiliencia:** A menudo llamada resultado, la resiliencia se refiere al proceso por el cual los individuos en situaciones adversas se recuperan e incluso prosperan. La Nota de orientación PSS define la resiliencia como la capacidad de adaptación de un sistema, comunidad o individuo potencialmente expuesto a peligros. Esta adaptación significa resistir o cambiar para alcanzar y mantener un nivel aceptable de funcionamiento y estructura. La resiliencia depende de las estrategias de afrontamiento y las habilidades para la vida como resolución de problemas, capacidad de buscar apoyo, motivación, optimismo, fe, perseverancia e ingenio (El Proyecto Esfera, 2017). La resiliencia ocurre cuando los factores de protección que respaldan el bienestar son más fuertes que los factores de riesgo que lo perjudican. Las actividades que favorecen el PSS y el SEL pueden contribuir a la resiliencia puesto que fomentan las competencias principales que apoyan el bienestar y los resultados del aprendizaje (es decir, habilidades, actitudes, comportamientos y relaciones) y que a su vez permiten a los niños, niñas y jóvenes y a los sistemas educativos de los que forman parte, poder gestionar y superar la adversidad. Es importante mencionar que la resiliencia individual a menudo aumenta con el apoyo de la comunidad, que incluye interacciones con compañeros/as, familiares, maestros, líderes comunitarios y demás (Díaz-Varela, Kelcey, Reyes, et al., 2013).

**El aprendizaje socioemocional (SEL)** se ha definido como el proceso de adquisición de competencias básicas para reconocer y manejar las emociones, fijar y alcanzar metas, apreciar la perspectiva de los demás, establecer y mantener relaciones positivas, tomar decisiones responsables y lidiar con situaciones interpersonales de manera constructiva" (Elias, Zins, Weissberg et al., 1997). Las cualidades que la psicoeducación busca fomentar incluyen consciencia de uno mismo, alfabetismo emocional, memoria mejorada, resiliencia, persistencia, motivación, compasión, aptitudes relacionales y sociales, comunicación efectiva, saber escuchar, autoestima, seguridad en sí mismo, respeto y autorregulación (INEE, 2016, págs. 10-11). El aprendizaje socioemocional es un componente importante en el área del apoyo psicosocial. La INEE considera el aprendizaje socioemocional como un componente importante del apoyo psicosocial que los educadores deben abordar, puesto que es de fácil aplicación y se utiliza con frecuencia en entornos educativos, además de contribuir a un mejor bienestar psicosocial de niños, niñas y jóvenes. Es una práctica pedagógica y un proceso que resultan especialmente adecuados tanto en entornos educativos formales como informales, puesto que fomenta las destrezas y habilidades que ayudan a niños, niñas, jóvenes y adultos a aprender.

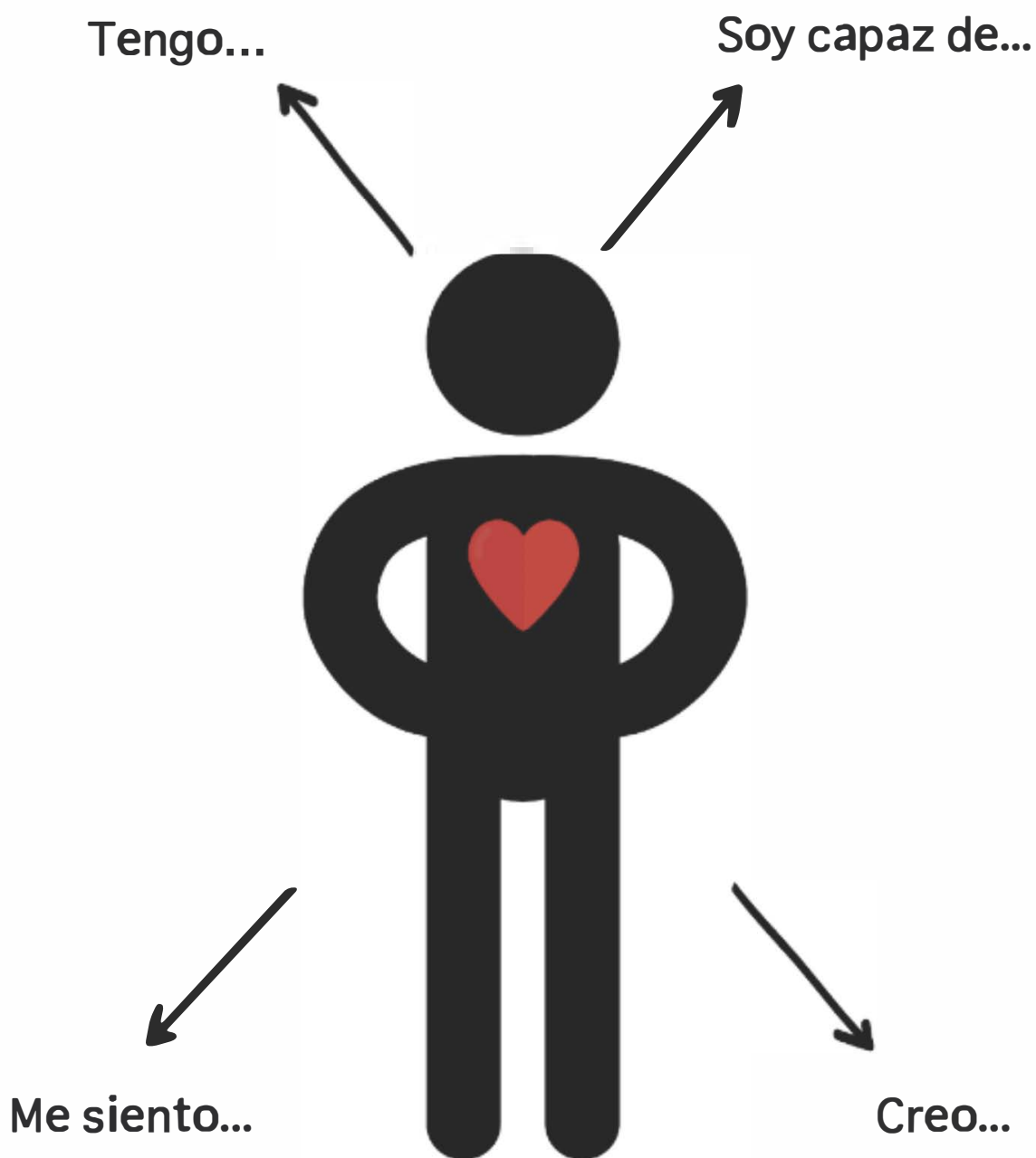
**Estrés tóxico:** Una respuesta de estrés tóxico para un niño o una niña puede ocurrir cuando experimenta una adversidad fuerte, frecuente y/o prolongada, como abuso físico o emocional, negligencia crónica, abuso de sustancias o enfermedad mental del cuidador, exposición a la violencia y/o las cargas acumuladas de dificultades económicas familiares, sin un apoyo adecuado de los adultos. Este tipo de activación prolongada del sistema de respuesta del estrés y puede interrumpir el desarrollo de la arquitectura del cerebro y otros sistemas de órganos y aumentar el riesgo de deterioro cognitivo y enfermedades relacionadas con el estrés, hasta bien entrada la edad adulta.

**Bienestar:** El bienestar se define como una condición de salud holística y el proceso de alcanzar esta condición. Se refiere a la salud física, emocional, social y cognitiva. El bienestar incluye lo que es bueno para una persona: tener un papel social significativo; sentirse feliz y esperanzado; vivir de acuerdo con buenos valores según se defina localmente; tener relaciones sociales positivas y un entorno solidario; manejar los desafíos con capacidades positivas para la vida; y tener seguridad, protección y acceso a servicios de calidad. Los aspectos del bienestar son: biológico, material, social, espiritual, cultural, emocional y mental (ACT Alliance & Church of Sweden, 2015, pp. 42 43).



### Hoja informativa 1: ¿Qué necesitamos para sentirnos bien?

Aporte algunos ejemplos de cosas, personas, experiencias que las personas necesitan para sentirse bien. Piense en sus experiencias personales o profesionales.







## Hoja informativa 2: ¿Qué es el estrés?

Primero, responda las preguntas sobre usted mismo/a. Luego, pregunte a dos personas más. Anote sus respuestas en la tabla a continuación:

	¡YO!	Nombre:	Nombre:
1 - ¿Qué situaciones encuentra estresantes?			
2 - ¿Cómo se siente físicamente cuando está estresado/a?			
3 - ¿Cómo se siente emocionalmente cuando está estresado/a?			
4 - ¿Cómo actúa cuando está estresado/a? (Por ejemplo: ¿se muerde las uñas?)			



### Hoja informativa 3: Síntomas de estrés

¿Puede pensar en algún otro síntoma de estrés que se ajuste a cada categoría?

<b>Físico</b> Cómo se siente su cuerpo	<b>Emocional</b> Sus sentimientos y estado de ánimo	<b>Cognitivo</b> Qué piensa y cómo procesa la información	<b>Conductual</b> Sus acciones
Aumento de la frecuencia cardíaca	Frustrarse fácilmente	Incapacidad para concentrarse	Comportamiento nervioso como morderse las uñas
Respiración acelerada	Sentirse abrumado/a	Ser pesimista y ver sólo el lado negativo de las cosas	Mayor riesgo de consumo de drogas
Tensión muscular y dolor muscular	Dificultad para relajarse	Pensamientos acelerados	Evitar responsabilidades
Presión sanguínea alta	Sentirse mal consigo mismo/a	Olvidos	Cambios en el apetito, comer demasiado o no comer suficiente
Dolores de cabeza	Sentimiento de soledad	Preocupación constante	Evitar a los demás
Malestar estomacal		Falta de juicio	
Dificultad para dormir			
Manos frías o sudorosas			
Enfermedades frecuentes			



## Hoja informativa 4: Positivo, Tolerable y Estrés tóxico

Cuando se enfrentan a riesgos, los niños y niñas tienen tres niveles de respuesta al estrés: positivo, tolerable y tóxico.



**El estrés positivo** es una respuesta al estrés leve. Este tipo de estrés es una parte normal de la vida y es una parte esencial de un aprendizaje y desarrollo saludables. Un ejemplo de estrés positivo puede ser los nervios el primer día de colegio.

¿Puede pensar otro ejemplo de estrés positivo?



**El estrés tolerable** es de corta duración, pero más serio. Puede desencadenarse por experiencias más traumáticas, como la muerte natural de un miembro familiar. Las relaciones de apoyo con los cuidadores ayudan a los niños y niñas a sobrellevar el estrés tolerable y pueden reducir de forma significativa el riesgo de daño permanente a la salud y al aprendizaje.

¿Puede pensar en otro ejemplo de estrés tolerable?



**El estrés tóxico** es el tipo de estrés más serio. Puede ocurrir cuando los niños y las niñas experimentan un estrés fuerte, continuo o prolongado sin relaciones de apoyo que les ayuden a sobrellevarlo. Los eventos que pueden desencadenar una respuesta de estrés tóxico incluyen el maltrato infantil, el abandono y la exposición a la violencia.

**La exposición prolongada al estrés tóxico puede dañar el cerebro e interrumpir el desarrollo cerebral, lo que conduce a un deterioro de la memoria, de la toma de decisiones, de la regulación de las emociones y del aprendizaje.**

¿Puede pensar en otro ejemplo de estrés tóxico?



## Hoja informativa 5: Necesidades e intervenciones de PSS

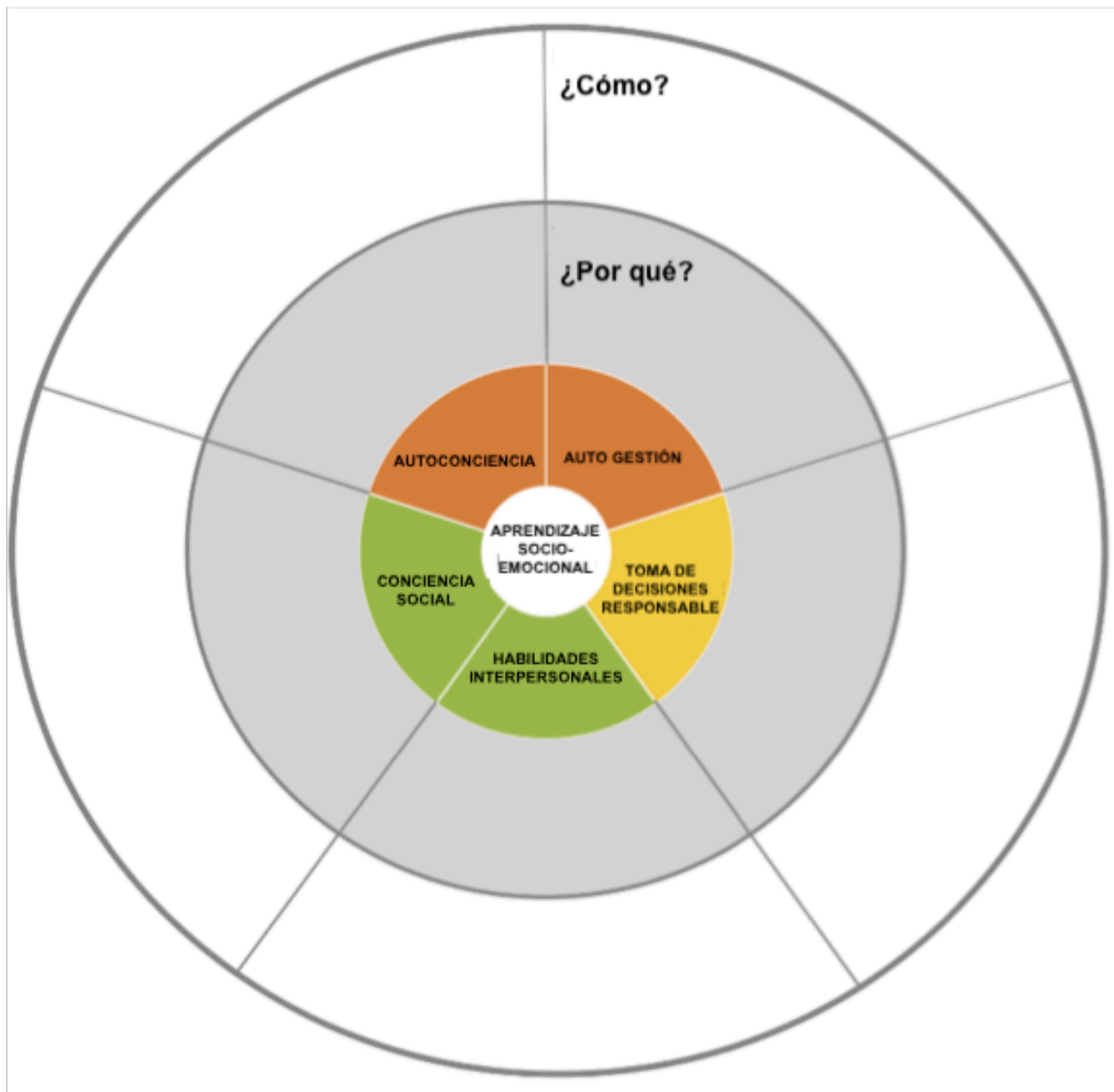
Necesidades infantiles	Ejemplos positivos	Ejemplos negativos	Intervenciones posibles par mejorar el bienestar de niños y niñas
Sentido de pertenencia			
Intelectual Estimulación			
Estimulación Física			
Personal Vínculos			
La necesidad de sentirse valorados			
Relaciones con compañeros/as			



## Hoja informativa 6: Competencias e intervenciones de SEL

**En el círculo interno:** ¿Por qué es cada competencia importante? ¿Qué beneficio le aporta cada competencia a los niños y niñas?

**En el círculo exterior** ¿Puede construir o fortalecer cada competencia? ¿Qué tipo de intervenciones serían apropiadas?





## Hoja informativa 7: Pirámide de intervención PSS y SEL

Haga coincidir las intervenciones con el nivel correcto de la pirámide de intervención.

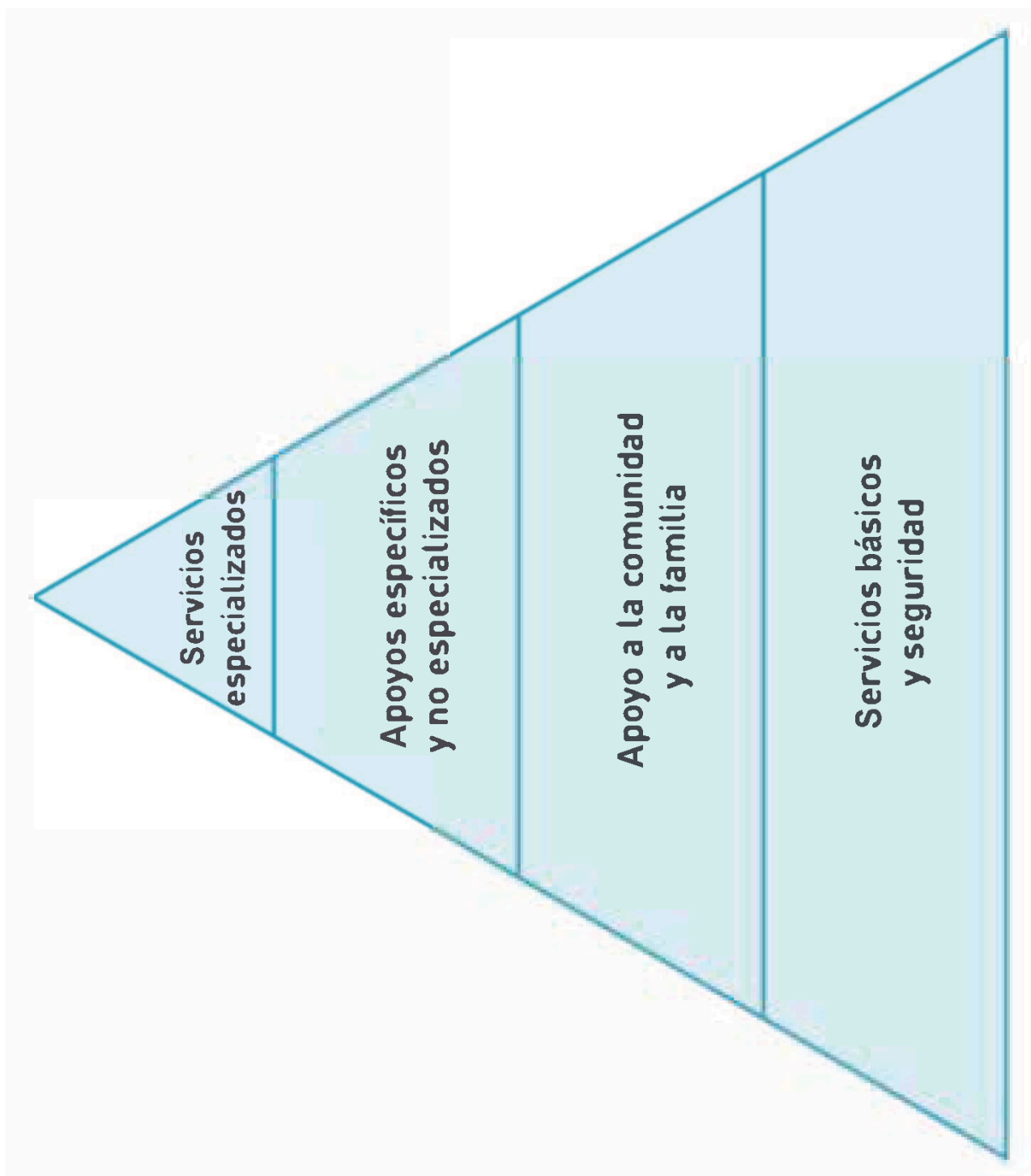
A: Servicios especializados

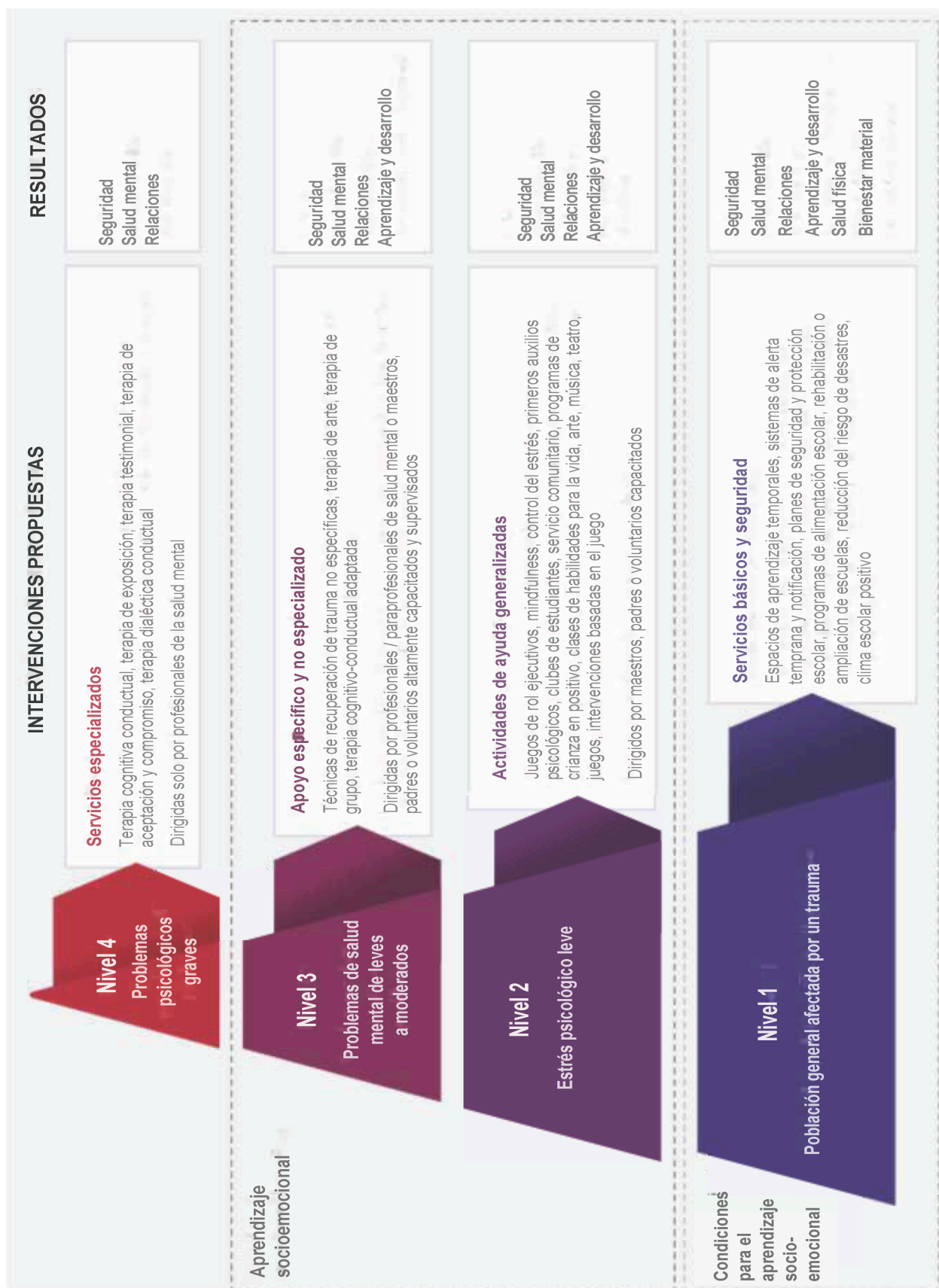
B: Apoyos específicos, no especializados

C: Apoyos comunitarios y familiares

D: Servicios básicos y seguridad

1. \_\_\_\_\_ Contratación de miembros de la comunidad como auxiliares docentes
2. \_\_\_\_\_ Distribución de juegos y juguetes para niños y niñas
3. \_\_\_\_\_ Actividades grupales de PSS y SEL facilitadas por maestros en espacios de aprendizaje temporales
4. \_\_\_\_\_ Programas de prevención de la violencia en las escuelas
5. \_\_\_\_\_ Organización de actividades culturales en espacios de aprendizaje temporal
6. \_\_\_\_\_ Actividades recreativas en espacios de aprendizaje
7. \_\_\_\_\_ Colaboración con asociaciones de padres y maestros y consejos escolares
8. \_\_\_\_\_ Contratación de consejeros escolares para identificar y apoyar a los estudiantes con necesidades especiales en los entornos educativos
9. \_\_\_\_\_ Remitir a niños, niñas y jóvenes con traumas graves a los servicios de salud mental
10. \_\_\_\_\_ Organización de acciones colectivas comunitarias como en las escuelas, como construir y pintar espacios educativos temporales
11. \_\_\_\_\_ Enfoques de aprendizaje entre compañeros/as que unen a lo/as niño/as vulnerables con compañeros/as de apoyo
12. \_\_\_\_\_ Programas de defensa relacionados con la protección de la infancia









## Hoja informativa 8A: Caso práctico - Bikash en el Nepal afectado por el terremoto

Bikash tenía 9 años cuando el sábado 25 de abril de 2015 hubo un terremoto en su ciudad, Katmandu, Nepal. La casa de Bikash y el negocio de su familia (una tienda de comestibles adjunta a su hogar) se derrumbaron por completo ese día, pero afortunadamente él y su familia no resultaron heridos, ya que todos estaban fuera de la casa en ese momento. Bikash y su familia se quedaron en la casa de un amigo de la familia esa primera noche y luego se mudaron a una tienda de campaña con otras 20 personas que una ONG local instaló en un gran campo de fútbol. Estaba bastante abarrotado de gente y era aterrador escuchar las historias horribles de todos sobre sus seres queridos perdidos y sus hogares derrumbados. Allí se enteró de que su escuela también había quedado destruida.

La semana siguiente, trabajadores de ONG fueron a visitar las carpas del campo de fútbol y le hicieron algunas preguntas a Bikash sobre su edad, escolarización y lo que les sucedió a él y a su familia cuando ocurrió el terremoto. Fue difícil entender las preguntas, ya que el entrevistador no hablaba nepalés y había otra persona traduciendo, algunas palabras eran difíciles de entender y se sintió avergonzado al tener que hablar delante de muchas personas que escuchaban.

La semana siguiente, la misma ONG levantó una gran tienda de campaña y estableció un espacio amigable para niños y niñas (CFS, por sus siglas en inglés). Bikash y otros niños fueron invitados a visitar la tienda de campaña. Sus padres estaban nerviosos por enviarlo a la tienda de campaña porque nadie les había informado sobre el propósito del CFS, pero lo llevaron de todos modos para ver de qué se trataba. El CFS tenía cuerdas para saltar, pelotas de fútbol, voleibol, ceras, papel de dibujo y muchos diferentes juegos de mesa. El CFS estaba abarrotado con demasiados niños y niñas, pero había un buen facilitador que organizaba los juegos. Bikash disfrutó mucho su tiempo en el CFS y aprendió que otro/as niño/as estaban en la misma situación que él, algunos incluso habían perdido a sus familiares. Bikash se sintió afortunado de tener aún a su madre, a su padre y a su hermano pequeño.

Bikash se volvió a conectar con muchos amigos en el CFS, pero Sunam, su amigo de la escuela, no quería jugar con él en el CFS. Sunam no quería jugar con nadie. Estaba pálido y parecía muy cansado. Solo quería sentarse en un rincón de la tienda, mirando siempre el mismo libro infantil. El monitor de CFS intentó animarlo para que jugara, pero él siguió sentado en el rincón de la tienda. Bikash estaba sorprendido y sentía curiosidad por el comportamiento de Sunam: antes del terremoto siempre jugaba con otros niños.



## Hoja informativa 8B: Caso práctico - Amina sursudanesa en Uganda

Amina es una joven madre de Sudán del Sur, que llegó al asentamiento de refugiados de Bidibidi en Uganda en septiembre de 2016, escapando del aumento del conflicto en su zona. Llegó con su hijo de 1 año, cuatro hermanos y su madre. La vida era difícil para Amina en el asentamiento debido a la falta de instalaciones limpias, oportunidades de medios de vida y falta de privacidad; tenía miedo de ir al baño porque a menudo había hombres jóvenes que miraban. Temía dormir a veces porque había escuchado de casos de violación en el asentamiento.

A finales de 2017, una ONG comenzó a aplicar un Programa de Educación Acelerada (AEP, por sus siglas en inglés) para niñas y niños refugiados sursudaneses en Bidibidi. El AEP ofreció la oportunidad de estudiar a 1500 niños y niñas sursudaneses refugiados que no asistían a la escuela. Amina no había asistido a la escuela desde hacía más de dos años y estaba entusiasmada con la oportunidad del AEP. Amina se registró como estudiante de Nivel 2 y esperaba poder integrarse en la enseñanza primaria reglada en 2018.

Amina estaba muy contenta con la educación que le ofrecía el AEP. La asistencia a las clases le dio una rutina y una esperanza para el futuro. A Amina también le gustaban las instalaciones sanitarias proporcionadas por el programa. Aún así, seguía preocupada por el acoso: había hombres jóvenes que acudían al AEP no para estudiar, sino solo para hostigar a las niñas. A menudo había casi 60 niños en la misma clase y era difícil encontrar espacio para sentarse cómodamente y escuchar lo que decía la maestra.

A Amina realmente le gustaban los maestros amables que no gritaban ni golpeaban a los niños, como había sido su experiencia previa con la escuela. A Amina le gustaba especialmente la Sra. Koleta porque ella también era una refugiada de Sudán del sur y entendía los desafíos a los que se enfrentaba Amina. Deseaba que hubiera más maestros de Sudán del sur, pero entendía que tenían que ser voluntarios para el trabajo y no recibían un buen sueldo, por lo que muchos sursudaneses que eran maestros en su país no podían permitirse continuar esa profesión en el asentamiento. ¡Recoger leña estaba mejor pagado que ser profesor en Bibidi!



## Hoja informativa 8C: Caso práctico - Refugiados sirios en Turquía

Desde 2011, como resultado de la guerra en Siria, más de 3,6 millones de sirios han huido para vivir bajo protección temporal en Turquía, incluidos más de 1 millón de niños en edad escolar. Como una forma de conectar a los niños sirios en el sistema educativo formal en Turquía, se abrieron en 2015 los Centros de Educación Temporal (TEC) y se cerraron en 2017 cuando todos los niños sirios ingresaron en las escuelas formales turcas.

En todo el país, las ONG desarrollaron programas de cohesión social facilitados por los sectores de Educación y Protección Infantil. Uno de estos proyectos en Estambul se centró en un festival conjunto para familias sirias y turcas organizado por las escuelas turcas para facilitar la comunicación y construir relaciones positivas.

El proyecto comenzó con una capacitación para maestros de escuelas formales turcas sobre la guerra en Siria y así ayudarles a comprender mejor los antecedentes de los niños sirios. Se estableció una Comisión del Festival, que involucró a estudiantes sirios y turcos, a sus familias y maestros. Se puso a disposición de todos los estudiantes, padres y maestros, una caja de sugerencias para recoger ideas sobre el programa del festival y las actividades planificadas. Se ofrecieron obras de teatro cortas, representaciones de danza, poesía y representaciones corales y orquestales. Se abrió una página de Facebook para el festival y se actualizaba continuamente el progreso del festival. Se prepararon comidas y bebidas. Esto aumentó la comunicación entre estudiantes, padres y docentes.

Al final del proceso, el festival se organizó con éxito y los tres meses de planificación condujeron a una mayor comunicación entre los estudiantes sirios y turcos, sus padres y maestros. El festival en sí fue un éxito y brindó la oportunidad a los maestros de conocer a los padres y familiares de los estudiantes. Juntos expusieron nuevas ideas para reforzar la colaboración y la comunicación entre los niños.

Una idea fue la de comenzar a impartir clases de árabe en los colegios, tanto para niños sirios como para niños turcos, permitiéndoles conectar y crear redes de apoyo entre los compañeros. La clase de lengua árabe creó muchas amistades nuevas y tuvo un efecto positivo en la autoestima de los estudiantes sirios: se sintieron felices cuando pudieron ofrecer apoyo a sus compañeros/as turcos/as. Sin embargo, aún había estudiantes sirios que guardaban silencio y se mostraban reacios a unirse al programa. Los maestros no estaban seguros de qué hacer con estos estudiantes.

Las ONG que desarrollaron el programa compartieron su aprendizaje de la planificación y la organización del festival y sus resultados con las direcciones de educación provinciales para alentar esas buenas prácticas en otras regiones y para incidir en la política de cohesión social.



## Hoja informativa 9: PSS y SEL y la Normas mínimas de la INEE

Analice la intervención en su caso práctico.

Ámbito de las Normas Mínimas de la INEE	¿Cómo aborda la intervención este ámbito?	¿Dónde es insuficiente la intervención?	¿Cómo se puede mejorar la intervención?
Ámbito 1: Normas fundamentales			
Ámbito 2: Acceso y ambiente de aprendizaje			
Ámbito 3: Enseñanza y aprendizaje			
Ámbito 4: Maestros y otros miembros del personal de educación			
Ámbito 5: Política educativa			



## Hoja informativa 10: Plan de Acción

Trabajar con un compañero o en un grupo pequeño, escoja un contexto en el que haya trabajado o en el que esté trabajando. Identifique las necesidades de PSS y SEL en ese contexto y desarrolle un plan de acción para abordar esas necesidades.

1. ¿Quién es su **público objetivo**?

2. ¿Cuáles son las necesidades de PSS y SEL **de la** población objetivo? ¿Cómo lo sabe?

3. ¿Cuáles son algunas **intervenciones** de PSS y SEL apropiadas para abordar esas necesidades?

4. ¿Cuáles son los **resultados** anticipados de sus intervenciones?

5. ¿Qué **recursos** humanos o materiales necesita para implementar esas intervenciones? ¿Qué recursos tiene ya? ¿Qué recursos adicionales necesita? ¿cómo puede obtener esos recursos?

6. ¿Cuáles son algunos de los **desafíos** potenciales para aplicar sus intervenciones?

7. ¿Cómo **abordará esos desafíos**?



## Hoja informativa 11: Autorreflexión

Reflexione sobre la capacitación y responda las siguientes preguntas

¿Qué **tres** cosas ha aprendido hoy?

¿Qué **dos** nuevas ideas o estrategias usará en su trabajo?

¿Qué **duda** tiene aún?



## Hoja informativa 12: Formulario de evaluación

Marque con una **X** la casilla que corresponda a la respuesta a cada afirmación. Por favor explique sus respuestas en la columna de "comentarios".

	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo	Comentarios
La información recibida antes de la capacitación fue importante.					
El facilitador estaba bien preparado.					
El facilitador se mostró involucrado.					
Las instrucciones fueron claras y fáciles de entender.					
El material proporcionado fue claro y fácil de entender.					
Los materiales proporcionados fueron importantes.					
Podré utilizar lo que he aprendido en mi trabajo.					



Otros comentarios:

Sugerencias de mejoras:

**¡Gracias por sus comentarios!**