



“Las Estrellas vuelven a brillar”, es un homenaje a la tierra de Petorca, la casa de mis abuelos maternos, donde en cada noche de invierno y verano, veíamos con nuestros primos las estrellas en el cielo despejado y el significado de cada una de ellas. Enseñanza de nuestros abuelos.

“Las Estrellas vuelven a brillar”, es un documento que recopila todas las estrategias pedagógicas y de apoyo socioemocional, para ayudar y orientar a los docentes en el trabajo de contención con los estudiantes. Estamos seguros de que es un inicio y una ayuda para las Comunidades Educativas, en este periodo tan difícil que estamos viviendo como Sociedad.

Para reflexionar

“Las Estrellas vuelven a brillar”, es una motivación para seguir creciendo y soñando en poder lograr un equilibrio armónico de toda la Comunidad y transformar nuestras conductas, en instancias que nos permitan ser mejores seres humanos.

Este documento ha sido dedicado en homenaje a todos los docentes y asistentes de la educación de nuestro País, que han sido héroes y un pilar fundamental en la Educación Formativa y Cognitiva de nuestros estudiantes y de sus familias.

El autor

Cada día la vida nos entrega muchas sorpresas y bellos momentos, que seguramente se vuelven mágicos y reales en los momentos que abrimos nuestros ojos, sentimos el aroma de la naturaleza o tocamos la magia de la tierra. Son nuestros sentidos y recuerdos que se conectan entre sí, para hacer cada momento de nuestras vidas algo mágico y único. La vida, por lo tanto, es para disfrutarla en pleno, entregando lo más preciado que tenemos a los demás para así crecer en conjunto y en armonía.

Para iniciar este relato, les quisiera pedir que mientras lean estas líneas puedan cerrar sus ojos y pensar en los momentos felices que han tenido en sus vidas ¿cómo se sintieron?, ¿qué sentimientos afloraron?, ¿qué personas están conectadas en sus recuerdos?, sin duda son muchos los recuerdos que nacen, que llenaron de amor y bienestar el alma y corazón de cada uno(a). Hoy, sin embargo, la tristeza y la angustia nos invaden al ver nuestro País inmerso en una gran Pandemia, que seguramente sobrepasará los 120 mil infectados mientras dure. Cifra que irá variando a medida que pasen las horas y los días. Para ello dentro de las medidas urgentes que se han

adoptado por el Gobierno, fue la suspensión de clases presenciales y cuarentena total de los estudiantes en sus casas. Medida que en su inicio parece la oportunidad de estar en sus hogares en un periodo de descanso, no obstante, los docentes han planificado un óptimo trabajo pedagógico, que permite nivelar el aprendizaje y el currículum. Para ello se han confeccionado guías y trabajos en líneas, que los estudiantes junto a sus familias deben realizar. Esta decisión y otras son en gran medida de contención y de apoyo, no obstante, no hemos reparado como esta cuarentena en casa debe abordarse para que no entorpezca una sana convivencia al interior de los hogares y

posteriormente en los Colegios. Hoy esta medida, es considerada una gran oportunidad para descansar de la rutina diaria y poder compartir entre todos los miembros de la familia. Seguramente a medida que pasen los días, nos invadirá la incertidumbre sobre cuánto tiempo durará la medida, si alcanzará el dinero y por ende aumentarán las preocupaciones por los medicamentos, locomoción y alimentos. En casa, se mezclarán los miedos y ansiedades de cada miembro del hogar. Se afectarán unos a otro, el estrés podrá generar irritabilidad hacia las personas con las que vivimos, sentimientos de soledad y apatía o cansancio por la inactividad. Los coaching

familiares dicen que cada persona enfrenta la situación de una manera diferente.

Para algunos, mantener una rutina parecida a la de la vida cotidiana los ayudará. A otros les funcionará dedicarse a aquellas cosas que en general posponen porque, precisamente, siempre se quejan de falta de tiempo. Se proponen a continuación algunas recomendaciones para manejar el estrés en el hogar durante este periodo de cuarentena:

- 1. Evitar hablar constantemente sobre el nuevo COVID-19.*
- 2. Mantener las rutinas y horarios para trabajar, descansar, asearse y comer.*

3. *Comunicarse de forma clara. Todos deben tener derecho a opinar y a preguntar, incluyendo niños y personas mayores.*
4. *Escuchar al otro. Comunicarse para entender sus necesidades, no para reprocharle ideas o sentimientos. Establecer tareas juntos y formas de colaborar.*
5. *Hacer actividades juntos, como compartir una ronda de juegos de mesa, lecturas en grupo o la preparación de alguna receta nueva.*
6. *Respetar los momentos de soledad. No podemos hacer todo juntos. Cada miembro del hogar tiene intereses que*

desea desarrollar, necesita espacios para relajarse, o incluso debe atender tareas de teletrabajo.

7. *Tomar distancia cuando nos sentimos ofuscados. Comprender que la familia estará junta en un solo lugar por mucho tiempo, y es mejor evitar que las discusiones se agraven.*
8. *Recuperar viejas costumbres, como ver una película en familia o sentarse a comer todos juntos.*
9. *Jugar más en familia y alejarse por un momento de la tecnología y los celulares. Estas recomendaciones para realizar en el hogar permitirán compartir más y poner en práctica*

aquellos valores que aprendimos de nuestros abuelos y padres, que seguramente muchas veces hablamos de ellos y no los ponemos en práctica: la empatía, la responsabilidad, la solidaridad y el respeto. Estos valores son fundamentales para trabajar una vez que nuestros estudiantes regresen a las aulas de los Colegios. Trabajo que debe ser enfocado en desarrollar Habilidades Sociales para lograr un perfil de egreso de nuestros estudiantes, que sea óptimo y útil para la Sociedad de hoy. Perfil que buscará mejorar el Clima de Convivencia Escolar al interior de las Comunidades.

Contenidos

Los contenidos que se enunciarán han sido trabajados en diferentes charlas y exposiciones pedagógicas: (Seminarios, talleres por plataforma virtuales, entrevistas en radio, periódico y TV).

Todos ellos están enmarcados en buscar y construir mejores estrategias para abordar de manera proactiva acciones que permitan nivelar los aprendizajes en su totalidad.

- 1. La importancia de las Habilidades Sociales en tiempos de Pandemia.*
- 2. Como evitar los elevados índices de Cyberbullying en tiempo de Pandemia.*

3. *La importancia de los Planes de Inclusión y de Convivencia Escolar en tiempos de Pandemia.*
4. *Estrategias para el reencuentro con los estudiantes posterior a la Pandemia.*
5. *El Rol que cumple la familia en tiempos de cuarentena.*

Cada temática fue expuesta y trabajada con varios agentes de la educación: profesores, estudiantes de pedagogía, apoderados y periodistas. Cada uno desde su Rol, valoró y retroalimentó dichas instancias.

LA IMPORTANCIA DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Esta temática, fue trabajada durante el mes de Abril con los estudiantes de pedagogía de la Universidad Andrés Bello de Viña del Mar, quienes junto a su profesora (Jefe de Carrera de General Básica), valoraron dicha reflexión. Además, fue expuesta en el mes de Mayo en la radio Vacaciones de la Comuna de El Quisco, donde hubo una reflexión en conjunto con los auditores de la Provincia de San Antonio y de todo el litoral de Los Poetas.

La pérdida de las Habilidades Sociales ¿ solo ha sido en tiempos de cuarentena?

Esa es la gran interrogante que nos invita a reflexionar y darnos cuenta como veníamos como Sociedad antes del inicio de la Pandemia. Veníamos con falencias sociales y de relaciones interpersonales, donde la comunicación efectiva no estaba instalada en nuestras rutinas y solo construíamos nuestro propio refugio individualista, que no permitía poder entablar relaciones sociales gratificantes.

La pérdida de las habilidades sociales fue hace mucho y hoy, se acrecentó con el confinamiento de las familias en sus propios

hogares, lo que ha impedido el contacto social.

¿Qué son las Habilidades Sociales?

Es la capacidad de establecer y mantener relaciones saludables, gratificantes con diversos individuos y grupos. Esto incluye: comunicar claramente sentimientos e ideas. Además de saber escuchar activamente y cooperar. Enfrentar de mejor manera los conflictos y buscando ayuda cuando sea necesario. Las habilidades sociales se motivan desde el Colegio, se desafían y se intencionan en forma gradual.

Las habilidades sociales permiten a los niños y adolescentes desenvolverse mejor, tomar mejores decisiones, prevenir conductas de

riesgo y lo más importante mejorar la motivación.

*Hoy se pide que los Colegios de nuestro país sean reflexivos en torno a esta materia y que les permitan a sus docentes elaborar estrategias hacia el crecimiento integral de los estudiantes. Ellos a su vez, deben ser reforzados en su hogar, con cada uno de los integrantes de su familia, mejorando día a día, el autoestima, la empatía y el **aprender a escuchar y ser escuchado por otros.***

¿Hoy, cuál es nuestra preocupación?, ¿es sólo el covid 19?, seguramente nuestra reflexión nos debe llevar a mirar más allá y darnos cuenta como hemos evolucionado como Sociedad. Esta reflexión nos invita a

efectuar un análisis que se puede dividir en tres etapas:

- 1. **Pre vivir Pandemia:** Nos convertimos es una Sociedad consumista y muchas veces individualista, donde lo importante no era la comunicación social ni gratificante. La comunicación era mediante redes sociales y plataforma virtuales. El juego y la recreación no eran temas para los estudiantes ni menos para las familias que vivían en una rutina absorbente y estresante. Aparecieron los malos tratos por redes sociales (Ciberbullying) y los conflictos mal abordados.*

2. Vivir la Pandemia: Hoy nos encontramos, conociendo e interactuando con muchas personas mediante plataformas virtuales, que impiden el acercamiento social y por lo mismo no hay expresión de emociones. Estamos obligados a permanecer en nuestras casas sin tener la posibilidad de acudir a saludar a nuestras familias y compartir con nuestros amigos. Las clases virtuales de los colegios sólo permiten nivelar en cierto grado los aprendizajes. ¿Es esto suficiente?, por cierto, que no, pero es ahora en estas instancias que hemos aprendido a mirar atrás y quizás valoramos los

aplausos, las caricias, los abrazos y el saludo afectuoso de mucha gente, que en su momento no lo hicimos.

3. Post Pandemia: Lo que ocurrirá posterior a esta Pandemia, el destino lo sabrá. Sin duda hemos aprendido que lo importante en la vida es aquello que nos invade con la sencillez, resumiéndose en un gracias, buen día, hasta mañana y te quiero.

Construcción de Panel de Habilidades Sociales

Hoy, nuestro país necesita enfocarse en el estado emocional de nuestros estudiantes cuando ellos regresen a las aulas de sus Colegios. Es ahí donde los docentes y asistentes de la educación deberán crear un programa que permitan nivelar las habilidades sociales.

A continuación, se proponen 3 dimensiones que podrían ayudar a nivelar el estado emocional de los estudiantes:

- ✓ ***Habilidades de Comprensión de sí mismo:*** *Que permita a los estudiantes reconocer sus fortalezas, debilidades y aquello que le provoca estrés. Es aquí*

donde el trabajo de Proyecto de Vida cobra importancia para los estudiantes de Segundo a Cuarto Medio.

- ✓ ***Habilidades de Autorregulación:*** *Aprender a controlar las emociones.*
- ✓ ***Habilidades de Comprensión del otro:*** *Permitir establecer relaciones gratificantes, poner en evidencias valores y conceptos como la empatía y la solidaridad.*

El desarrollo de las habilidades sociales es tarea de todos los integrantes de la Comunidad Educativa en conjunto con las acciones que determine la Familia.

La educación de las emociones debe ser en junto equilibrio, permitiendo al estudiante un desarrollo pleno de su crecimiento.

COMO EVITAR LOS ELEVADOS ÍNDICES DE CIBERBULLYING EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Esta temática ha sido de gran importancia y con mucho sentido. Antes de la Pandemia, los índices de maltrato escolar del año 2019 en comparación al 2018, habían subido un 21%, lo que refleja un aumento considerable y preocupante.

Este año, de acuerdo con los datos entregados por la Unicef, ha existido un aumento del 10% en época de Pandemia, ya que los estudiantes tienen mayor acceso a

internet y por consiguiente a ocupar más redes sociales, tanto para realizar sus tareas escolares on line, como para poder conversar con sus amigos y familiares.

La presentación de esta temática se tituló: “Frasas que ya no dejan marcas”, referido a buscar estrategias de poder disminuir los índices de maltrato escolar. Sendo presentada en la Universidad Andrés Bello el 7 de Enero de 2020, en un Seminario Internacional de Educación, además fue publicado en el diario El Líder de San Antonio y en el Canal Quinta Visión de VTR.



El confinamiento de estudiantes puede traer consigo al peligroso ciberbullying

Según el experto Cristian Sotomayor, es muy importante tener control del tiempo que pasan conectados a internet.

Juan Gilberto Hernández O. coorca@idemanantoniocl

“Muchos de los problemas de convivencia escolar que se viven hoy en las escuelas, tienen su versión en el mundo digital”, dice la página web de la Superintendencia de Educación para referirse a los casos de acoso escolar, cuando se dan en un plano virtual. Se trata de hostigamientos y agresiones a través de las redes sociales, conocidos como ciberbullying.

En los últimos años, con la masificación del uso de internet y la irrupción de las redes sociales como herramienta de comunicación masiva entre las personas, el ciberbullying se ha convertido en un tema de gran preocupación para los especialistas. Básicamente, por los perjuicios psicológicos que estas agresiones pueden causar tanto en niños como en adolescentes, quienes son más vulnerables a las intimidaciones o agresiones injustificadas dentro de su propio entorno social o a través del internet.

ACOSO EN CUARENTENA

Para el profesor Cristian Sotomayor, que se ha especializado en este tema, el confinamiento de las familias por la emergencia sanitaria puede convertirse en un caldo de cultivo ideal para el surgimiento de ataques a través de las redes sociales.

“Con la cuarentena, como los niños están confinados en las casas y no tienen la posibilidad de compartir e interactuar con sus



EL ESPECIALISTA LLAMA A PONER ATENCIÓN AL TIEMPO QUE LOS NIÑOS PASAN CONECTADOS A INTERNET Y SUPERVISARLOS.

“Lo más importante es que los niños tengan una rutina dentro de la casa. Preocuparse de tener una buena comunicación, que se den el tiempo de jugar”.

mejorar la convivencia al interior de las comunidades educativas porque están usando las redes sociales para sus tareas, pero también para eventualmente interactuar haciendo mal uso de esas redes. Por eso pensamos que cuando regresen a clases será fundamental el trabajo de las habilidades sociales de las comunidades educativas para potenciar las relaciones y



EL PROFESOR SOTOMAYOR SE HA ESPECIALIZADO EN CIBERBULLYING.

afecta considerablemente a las víctimas, por parte de su perpetrador o víctimas rios inconscientes.

Por esta razón, el experto explica que “lo más importante es que los niños tengan una rutina dentro de la casa. Preocuparse de tener una buena comunicación, que se den el tiempo de jugar dentro del poco espacio que tienen, que conversen, que puedan interactuar y que no sola-

mente queden solos y que hagan lo quieran sin una supervisión de lo que están haciendo porque en esos espacios algunos niños pueden aprovechar de tomar el celular y usar mal las redes y causar este daño que al final genera dolor entre las familias y causa daño en las comunidades educativas”.

El problema principal es que las redes sociales y su tiempo real han generado que los contenidos que pueden ser compartidos, se transformen en temas virales, es decir, que son capaces de llegar a cientos o miles de personas en cuestión de segundos. Muchas veces quien comparte no está consciente del daño que está causando realmente, al verlo como un contenido chistoso o interesante.

Desde esta perspectiva, el profesor Sotomayor insiste en que “lo más importante es tener control del tiempo que los niños

“Desde el momento que un niño se aísla, es porque algo está pasando”,
profesor Cristian Sotomayor

adolescentes pasan conectados. Eso tiene que tener supervisión. Si los niños se aíslan mucho hay que estar atento porque desde el momento que un niño se aísla, es porque algo está pasando; si no quieren conversar, si les cuesta interactuar es señal inequívoca de que algo está pasando y esos son signos importantes a los que hay que estar atento”.

TIPOS DE PARTICIPANTES

Ante situaciones de ciberbullying, el especialista reconoce tres tipos de participantes: “El niño agresivo es un niño introvertido, que le cuesta expresarse, que se centra en sí mismo, que tiene problemas para interactuar con los demás; el niño agresor tiene personalidad fuerte, es potente frente a los demás; y el que observa es un niño como que le da lo mismo lo que ve porque no siempre sabe cómo enfrentar lo que está pasando”, explica.

Sobre el ciberbullying la Superintendencia de Educación dice que “sin duda, debido a la dinámica y viralidad de internet, la normativa se ve sobrepasada por la realidad, sin embargo, esto no obsta a que los colegios deban tener una mirada preventiva, formativa y realista promoviendo la educación intencional de la convivencia escolar, tanto en el mundo real como en el virtual, desde muy temprana edad, involucrando en la tarea de la prevención y formación a las familias, asistentes de la educación, profesores y alumnos”.

El Cyberbullying, se define como el hostigamiento constante mediante redes virtuales y/o sociales, donde el agresor se aprovecha del anonimato para dañar psicológicamente a una persona y establecer su superioridad. Esta situación en los últimos años en nuestro País, ha tenido un grave aumento ya que hoy las personas no tienen la capacidad de entablar una conversación y carecen de herramientas para abordar un conflicto. Se usa este medio por ser más fácil dañar y no poder hacerse cargo de las emociones de la otra persona.

El año 2019 en comparación al 2018, tuvo un aumento del 21%, y este año ya los datos entregados por la Unicef, indican un aumento

del 10% en periodo de Pandemia. Entonce surge la interrogante, ¿ cómo nos hacemos cargo de esta situación?,¿ quién debe ser el responsable de establecer acciones de mejora?. Surgen muchas interrogantes, las cuales deben ser abordadas en su totalidad por el Colegio y la Familia, en un trabajo común, con objetivos y acciones claras, pensando en el crecimiento integral de cada estudiante.

Hoy, se debe establecer una mirada global de la problemática, mirando desde “arriba” la situación y viendo todos los personajes y sus movimientos(mirada desde el balcón). De esa forma podremos establecer acciones remediales y proactivas, creando un clima de

crecimiento emocional activo.

Los Planes de Inclusión y de Buena Convivencia Escolar, deben ser la base para elaborar propuestas que permiten abordar los conflictos de manera pacífica, formativa, proactiva e integral. Todas ellas deben posicionar a la Familia como el agente motivador, de comunicación y sobre todo de valoración ya que es ahí donde se forman las bases para lograr mejores seres humanos.

La invitación es a revisar constantemente cada uno de los Planes Educativos que tienen los Colegios y desde ahí, elaborar propuestas proactivas que permitan que los estudiantes puedan formarse bajo el alero de los valores fundamentales(solidaridad, responsabilidad,

cooperación, empatía y respeto).

A continuación, se adjunta una encuesta de Convivencia Escolar, relacionada con el Bullying, en la cual los estudiantes la pueden contestar en forma on line. Esta información puede ser subida a la página Web del Establecimiento para que sea pública.

Los resultados pueden permitir a los colegios saber la realidad de las relaciones de sus estudiantes y aplicar medidas más concretas

ENCUESTA SOBRE MAL TRATO ESCOLAR

Este breve cuestionario tiene por finalidad identificar las percepciones de nuestros estudiantes respecto al maltrato o al acoso escolar. Por ello es importante que respondas con la verdad pues así podremos comprender de mejor manera lo que ocurre en nuestro colegio y tomar medidas las medidas más adecuadas a nuestra realidad.

Te solicitamos por favor, prestar atención a las siguientes indicaciones:

1. Cada afirmación tiene varias alternativas. Lee con atención y elige la que tú consideras representa de mejor manera la realidad del colegio y la situación que estás enfrentando.
2. Todas las preguntas exigen una sola respuesta.
3. Lee la definición de acoso escolar antes de responder el cuestionario para tener mayor claridad al momento de responder.
4. Si deseas agregar algo que no se ha preguntado en el cuestionario o quieres dar tu testimonio puedes agregarlo al final del cuestionario en "otros datos"
5. La franqueza y la veracidad en este cuestionario es muy importante.

Definición: De acuerdo con el Mineduc el acoso escolar es el acto de agresión u hostigamiento, realizado por estudiantes que atenten en contra de otro estudiante, valiéndose de una situación de superioridad. Estos actos agresivos pueden ser cometidos por un solo estudiante o por un grupo, y puede ser tanto dentro como fuera del establecimiento educacional.

	Muy a menudo	A menudo	Ocasionalmente	Casi nunca
En mi colegio se dan situaciones de acoso escolar.				
Me he sentido intimidado, agredido o discriminado en mi colegio.				
He agredido, amenazado o discriminado a algún miembro de mi comunidad escolar				
Frente a una situación de acoso escolar, me manifiesto en desacuerdo con quienes actúan de esta manera.				
En mi escuela los estudiantes juegan un rol importante cuando se trata de hacerse cargo de problemas de violencia o maltrato.				
En mi colegio se toman medidas frente a las situaciones de acoso escolar.				

La presente evaluación que se muestra a continuación es de parte de una estudiante de la Carrera de General de Básica de la Universidad Andrés Bello de Viña del Mar, quien junto a sus compañeras de promoción asistió a una charla por plataforma digital, sobre como erradicar el Ciberbullying en tiempos de Pandemia.

EVALUACIÓN FRASES QUE YA NO DEJAN MARCAS
11 de mayo de 2020

Institución: Universidad Andrés Bello.

Primero que todo agradecer la instancia de escuchar más sobre cómo enfrentar situaciones de bullying y ciberbullying, sobre todo en estos tiempos de contingencia a nivel mundial.

En lo personal, es un tema que me interesa mucho para seguir abordando y aprendiendo, ya que mi tesis está relacionada con el saber desarrollar las habilidades sociales, blandas y emocionales, frente a situaciones que se vayan presentando al interior del aula, con las familias respectivamente, y comunidad educativa. En lo que a mí respecta, me pareció súper interesante, escuchar otra opinión frente a este tema que para muchos es sólo un tema más, y que es bastante delicado de abordar, teniendo en consideración que no se le da la importancia que se debería.

La moraleja, me pareció una muy buena idea para realizar y hacer ver a los alumnos, padres y funcionarios de la educación, que todos somos valiosos y que pese a lo que pase en nuestras vidas, las veces que nos caigamos al suelo, seremos igual o más valiosos de lo que éramos antes de dicha situación.

¡Muchas gracias por su tiempo, y buena disposición!

Del 1 al 10, un 11!

LA IMPORTANCIA DE LOS PLANES DE INCLUSIÓN Y CONVIVENCIA ESCOLAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Esta temática es de vital importancia hoy en los Colegios de nuestro País. Cada Establecimiento Educacional posee un equipo profesional multidisciplinario, compuesto por: Psicólogo(a), Orientador(a), Psicopedagogas y Educadoras Diferenciales. Es este grupo de profesionales, que tiene la Misión de buscar las estrategias de apoyo al aprendizaje de cada uno de los estudiantes que tiene a cargo.

Hoy, resulta complejo poder acompañar y guiar el aprendizaje de los estudiantes que requieren un apoyo de especialistas internos

y externos al establecimiento. Es por eso que debe existir una adecuada comunicación con las familias, para en conjunto poder supervisar, guiar y monitorear los aprendizajes y entregar estrategias inclusivas de apoyo integral.

El Miércoles 27 de Mayo por plataforma zoom, se entregó a los profesores un taller relacionado con esta temática. A su vez el Jueves 28 de Mayo por radio Vacaciones de la Comuna de El Quisco, se difundió dicha temática, para poder orientar a los profesores y a la familia.

Hoy, la inclusión y la valoración de la diversidad, es fundamental en los procesos educativos y de formación de nuestros

estudiantes. De acuerdo con la ley 20.845 de 2015, los Colegios no pueden discriminar por situación económica, social, por creencias o etnias a sus estudiantes y familias. Pero este tema va más allá e implica una reflexión de mayor jerarquía y de valoración de los equipos multidisciplinarios de los Establecimientos Educacionales. El equipo de profesionales (Psicopedagogas y Educadoras Diferenciales) es fundamental para que ellos junto a las estrategias implementadas por el Colegio, logren un aprendizaje significativo en sus estudiantes.

Hoy, cuando la situación de la Pandemia se agrava aún más, es de vital importancia poder establecer estrategias para ayudar a

los estudiantes una vez que regresen a los Colegios o poder entregar en estos tiempos de cuarentena directrices y formas de trabajo. Se adjuntan propuestas de trabajo:

- 1. Realizar trabajos “proyectos”:** Los aprendizajes hoy, se pueden adquirir de diferentes formas, una de ellas es mediante proyectos donde el profesor entrega conocimientos y habilidades cognitivas transversales que pueden ser significativas para lograr óptimos aprendizajes.
- 2. Realizar un trabajo coordinado entre docentes:** Es de vital importancia poder establecer lineamientos y una planificación centrada en el trabajo

entre docentes, que puedan participar de la misma clase y así poder ayudar a todos los estudiantes. El trabajo en equipo logra mejores aprendizajes.

3. Coordinación con los profesionales externos: *La cuarentena no ha permitido un trabajo sistemático con los profesionales externos que ayudan y orientan a los estudiantes, no obstante, es deber del equipo multidisciplinario del Colegio poder fortalecer los lazos profesionales, por que de esa manera se adquieren mejores estrategias pedagógicas.*

4. Trabajo en conjunto con la Familia: *Hoy, el grupo familiar tiene un Rol fundamental en el aprendizaje de los estudiantes. Debe mantener y mejorar los canales de información con los profesionales del Colegio, para poder supervisar el trabajado académico de sus hijos(as).*

Así como el Plan de Inclusión y de Valoración de la Diversidad, la Convivencia Escolar juega un Rol importantísimo en la formación de las Comunidades Educativas, sea en tiempos de Pandemia o normales. Cada Establecimiento debe poseer un Plan de Buena Convivencia Escolar, donde mediante un enfoque formativo y preventivo, logre un

aprendizaje integral de los estudiantes.

En cada acción debe quedar plasmada el sello del Establecimiento y los aprendizajes que desea que sus estudiantes logren una vez que egresen del Colegio. Es aquí donde debe quedar reflejado el PEI del Colegio en conjunto con acciones del PME. Se hace necesario un trabajo en conjunto, donde cada uno(a) desde su Rol, logre que sus estudiantes adquieran aprendizajes significativos.

EL ROL QUE CUMPLE LA FAMILIA EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Esta temática fue trabajada con docentes de varios lugares de Chile, mediante la plataforma zoom en el mes de Junio de 2020 y expuesta en la radio Vacaciones de El Quisco, efectuando la siguiente reflexión:

Hoy, a las familias de Chile, los invade una gran inseguridad, ansiedad y sin duda una incertidumbre por no saber como irá a terminar esta emergencia sanitaria.

Muchas veces en nuestras vidas, hemos pasado por grandes catástrofes y debemos levantarnos y volver a mirar hacia adelante. Terremotos, fallecimiento de familiares

directos y Pandemia, forman el grupo de grandes desastres que nos provocan temor, angustia y un gran daño en nuestro entorno. ¿Cómo podemos potenciar y fortalecer las familias de nuestro País? Teorías de Psicólogos apuntan a fortalecer el Yo interior, el cual debe enfocarse en tres dimensiones:

- ✓ **Yo tengo:** Valorar las personas que tenemos en nuestro entorno, escuchar y hacer sentido las enseñanzas de vida de aquellos que con su ejemplo nos dan directrices de como actuar en la vida.
- ✓ **Yo soy:** Sentir que somos esenciales en la familia y que podemos ayudar.

✓ **Yo puedo:** Hablar libremente de lo que me pasa y siento. Seguir las indicaciones de las autoridades y poder entre todos lograr vencer y seguir adelante.

Nuestro análisis y reflexión no puede quedar al margen de los difíciles momentos que están teniendo nuestras familias: problemas económicos, sociales y de mucha inseguridad, la cual es transmitida sin filtro a los hijos e hijas.

Se pide que cada familia pueda potenciar en el seno del hogar:

- ✓ Buena comunicación.
- ✓ Apoyo mutuo.
- ✓ Flexibilidad.

✓ *Optimismo.*

✓ *Confianza.*

Estas acciones permitirán lograr una identidad y una pertenencia familiar.

Para potenciar aún más la labor de la familia, la Superintendencia de Educación entrega estrategias que se resumen en dos grupos:

Grupo 1

- **Trabajo en conjunto con el Colegio:** *Es aquí donde debe existir una buena comunicación con el Establecimiento Educacional, para adquirir material pedagógico y de contención emocional. Si bien hoy es imposible acudir a los Colegios, es de vital importancia poder*

ocupar otros medios: plataformas, página Web del Colegio, correos electrónicos, etc.

- **Mantener una rutina diaria organizada en el hogar que contemple:** *sesiones de estudio, descanso, horas de alimentación y de sueño.*
- **Consultar sobre trabajo alternativos:** *El trabajo coordinado con otros recursos educativos de apoyo al aprendizaje, es fundamental para complementar lo que cada docente envía a los estudiantes: cuentos, guías, Programas Educativos, cobran hoy mucha relevancia académica.*

Grupo 2

Se enfoca en manejar el estrés, uso equilibrado de las Redes Sociales, promover ambientes seguros que fomenten la resolución pacífica de conflictos.

Hoy se pide que cada espacio y momento en el hogar sea de reflexión y análisis de lo que hoy ocurre en el mundo.

ESTRATEGIAS DE REENCUENTRO CON LOS ESTUDIANTES POSTERIOR A LA PANDEMIA

Este es un tema que es muy complejo de poder abordar en forma clara, debido a que no existe un protocolo formal que pueda guiar a los Colegios, de cómo poder recibir a los estudiantes después que pase la Pandemia. Algunos han señalado que es necesario hacer entradas y salidas diferidas, recreos intercalados, jornadas de clases más cortas o día por medio. Son estrategias que hoy se plasman en un papel y se busca lograr el justo equilibrio. No obstante, lo que hoy es claro es que la Educación debe tener un buen sentido, enfocado en: mejor conexión con los docentes, ampliar el campo de

aprendizaje y buscando el desarrollo pleno de las habilidades socioemocionales de los estudiantes. Es en ésta última donde debemos dirigir nuestra mirada, ya que si los estudiantes logran equilibrar sus emociones podrían adquirir mejores aprendizajes cognitivos.

Se presenta a continuación una propuesta de cómo recibir a nuestros estudiantes posterior a la Pandemia. Este trabajo está dirigido a estudiantes de Pre Básica a Cuarto Medio, según detalle:

- 1. Pre Básica a Segundo Básico:
Dinámicas de reencuentro destinadas a saber cómo se encuentran.*

- 2. Tercero Básico a Sexto Básico:
Dinámicas dirigidas para ver como ellos ven la problemática actual.*

- 3. Séptimo Básico a Cuarto Medio:
Dinámicas de cómo pueden elaborar compromisos de mejora.*

Se debe enfatizar un trabajo en las primeras dos a tres semanas, donde los profesores y asistentes de la educación puedan en conjunto nivelar las emociones de sus estudiantes y de las familias. De esa manera podrán posteriormente nivelar los contenidos según el ajuste curricular pertinente.

Es bien sabido y que duda cabe de aquello, que los estudiantes durante este periodo de cuarentena, han estado expuestos a problemas de espacios, de aumento de ciberbullying y de aumento en los índices de violencia intrafamiliar. Lo que ha derivado en un estrés mayor y de NO expresiones de las emociones.

Se recomienda, por tanto, a los Colegios:

- ✓ Reducción de la carga horaria académica.*
- ✓ Aumentar los horarios de los recreos y en forma diferida.*
- ✓ Ocupar espacios cercanos a los Colegios, tomando los resguardos necesarios, que tengan un entorno*

natural: plazas, playas o cerros.

Sin duda estas son recomendaciones que los Colegios podrían adoptar para poder elaborar un Plan Educativo Global, que permita mejorar la comunicación, expresar en forma sana los sentimientos y emociones para de esa forma reconstruir nuestra Sociedad.

La educación hoy, exige poder lograr que cada espacio se convierta en un aprendizaje de gran significado, permitiendo el desarrollo de las habilidades socioemocionales, abordando elementos de autocuidado y empatía. Para de esa forma nivelar los conocimientos.

Agradecimientos

*La construcción de este documento, nació con la finalidad de poder ayudar, orientar y retroalimentar la labor de los dos pilares fundamentales de nuestra Sociedad: Familia y Colegio. Además de aquellas instituciones y personas que con su análisis supieron, enfocar el sentido que hoy exige nuestra Sociedad. **TRABAJAR ENTRE TODOS** para así salir juntos de esta situación.*

Gracias a las siguientes instituciones por su gran apoyo: Canal Quinta Visión, Diario El Líder de San Antonio, Radio Vacaciones de la Comuna de El Quisco, Universidad Andrés Bello de Viña del Mar, estudiantes de cuarto año de la Carrera de General Básica, a la jefa

de carrera de General Básica de la misma Universidad, a cada docente que participó de todas las charlas realizadas y por supuesto a mi familia que es el pilar fundamental en mi vida.

Hoy, no quisiera terminar estas líneas sin antes terminar señalando una reflexión, que seguramente los hará estremecerse como lo hizo conmigo:

Hoy es cuando, debemos valorar lo que la vida nos entrega, el mañana es incierto y cada amanecer es un milagro.