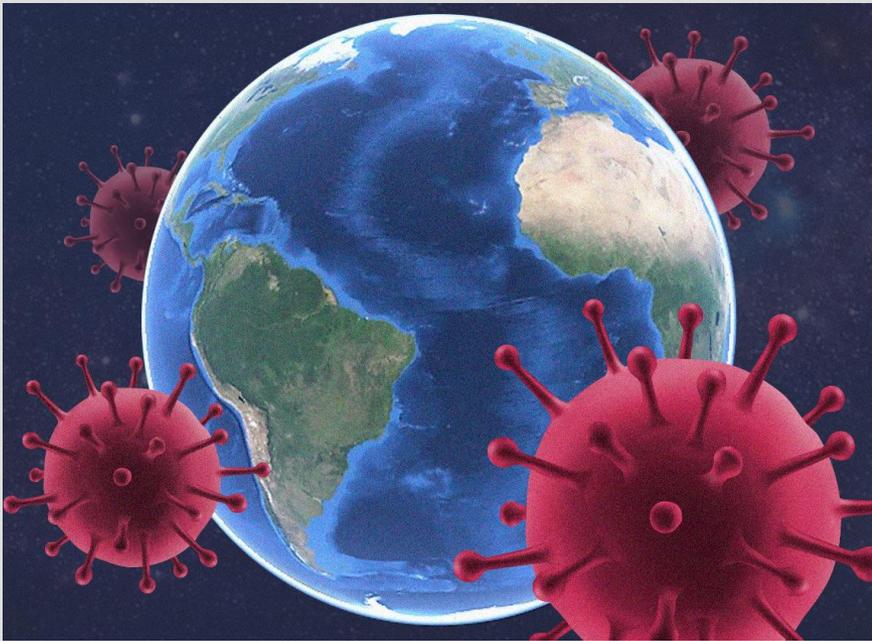


# **IMPLICANCIAS DE LA PANDEMIA EN ADOLESCENTES**

**Dra. Verónica Villarroel H.**  
**Directora Centro de Investigación y Mejoramiento de la Educación (CIME)**  
**Facultad de Psicología UDD**  
**12 de noviembre de 2020**

# MÁS DE 8 MESES EN PANDEMIA



- ✓ 1.300.000 fallecidos en el mundo.
- ✓ 14.600 fallecidos en Chile.
- ✓ Confinamiento desde marzo de 2020.

# CONTEXTO ACTUAL

- Crisis sanitaria
- Cambio en nuestras prácticas cotidianas
- Distancia social y confinamiento
- Transformación en formas de trabajo y estudio
- Irrupción del teletrabajo y la educación a distancia

# CONTEXTO ACTUAL

- Alta incertidumbre
- Necesidad de uso de herramientas tecnológicas y conexión digital
- Desafío de realizar múltiples actividades en el mismo espacio
- Desafío de cumplir múltiples roles en el mismo momento
- Aumento de la ansiedad y otras emociones
- ¿Normalidad?

# EN PANDEMIA



- ✓ Cambiaron las prioridades y nos hemos visto obligados a **volver al núcleo**: a la familia, al hogar, a estar juntos... al centro de nosotros mismos y nuestra relación con otros.
- ✓ **¿Paradoja?** sentimos desgaste, agobio, incertidumbre, miedo; pero también agradecemos la experiencia de estar en casa, juntos día a día, conociéndonos más.
- ✓ ¿Volveremos a ser los mismos? ¿Podemos aprender algo de esta experiencia?

# EDUCACIÓN EN PANDEMIA

- ✓ **“Priorización Curricular (MINEDUC)”**
- ✓ **“Aprendizaje socioemocional en tiempos de Covid-19 (Educación 2020)”**
- ✓ **“Didácticas de la proximidad: aprendiendo en tiempos de crisis (Propuestas Educación Mesa Social Covid-19)”**



# EDUCACIÓN REMOTA EN PANDEMIA



- ✓ **Priorización, integración y flexibilidad** son principios que permiten redefinir las experiencias de aprendizaje en pandemia.
- ✓ Sobre estos aprendizajes fundamentales se deben concentrar **los apoyos y la mediación del profesor/a** en la enseñanza remota.
- ✓ Oportunidad de **transformar nuestra educación** poniendo en el centro a los estudiantes, a los profesores y a sus experiencias.

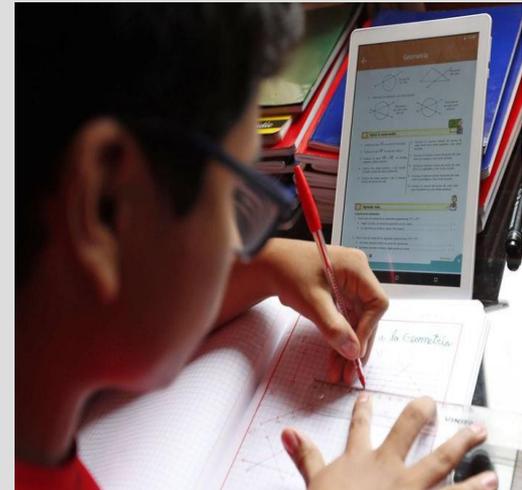
# EN LA "NO- PRESENCIALIDAD"



- ✓ La evaluación como calificación ha perdido todo su sentido.
- ✓ La **evaluación formativa y la auténtica** se han convertido en las modalidades más efectivas de evaluación para el aprendizaje.

# EN ESTE NUEVO ESCENARIO

- ✓ El **vínculo profesor-alumno/a** se ha vuelto indispensable.
- ✓ Proveer experiencias de **trabajo colaborativo entre pares** se hace urgente.
- ✓ Aprender involucra **resolver problemas**: investigando, preguntando y dialogando.
- ✓ El objetivo es construir una **comunidad de aprendizaje**.
- ✓ **Rol de los padres y apoderados**



**ESTADOS EMOCIONALES POSITIVOS.  
SELECCIONA LAS QUE MÁS HAN  
PREDOMINADO EN TI, DURANTE ESTE  
SEMESTRE EN LAS CLASES ONLINE)**

<b>Estudiantes (916 respuestas)</b>	<b>Profesores (539 respuestas)</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Optimismo: 33,7%</li><li>▪ No he tenido emociones positivas: 32,3%</li><li>▪ Acompañamiento: 25,4%</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Optimismo: 49,9%</li><li>▪ Entusiasmo: 44%</li><li>▪ Confianza: 41%</li></ul>

**ESTADOS EMOCIONALES **NEGATIVOS**.  
SELECCIONA LAS QUE MÁS HAN  
PREDOMINADO EN TI, DURANTE ESTE  
SEMESTRE EN LAS CLASES ONLINE)**

<b>Estudiantes (916 respuestas)</b>	<b>Profesores (539 respuestas)</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Estrés: 76,3%</li><li>▪ Frustración: 64,2%</li><li>▪ Angustia: 50,5%</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Estrés: 77%</li><li>▪ Frustración: 50,1%</li><li>▪ Angustia: 40,8%</li></ul>

# ¿PORQUÉ?

- Necesidad de certidumbre. Saber qué pasará en el futuro, planificarse. Tenemos dificultades para gestionar la incertidumbre.
- Se han roto rutinas y rituales. Esto genera inestabilidad.
- Vivimos mal el aislamiento social, apego, contacto físico.
- Ha aumentado el tiempo de pantalla y disminuye tiempo de ejercicio. Esto aumenta afectos negativos.
- Inseguridad y miedo por contagio. Efecto cabaña.
- Mundo adulto cansado y sobre exigidos. A veces menos disponibles y también afectados emocionalmente.
- Adaptarnos a lo online (teletrabajo, telemedicina, tele-educación).

# SEGUIMOS CAMBIANDO DURANTE LA PANDEMIA EN EL APRENDIZAJE

## Desarrollo físico



- Desarrollo físico de púberes y adolescente
- Desarrollo de características sexuales primarias y secundarias
- Cambios en nuestra apariencia
- Desarrollo desigual/ comparación con otros.

# SEGUIMOS CAMBIANDO DURANTE LA PANDEMIA EN EL APRENDIZAJE

## **Cambios a nivel de personalidad e identidad**

- Desarrollo de la Identidad
- Confusión, irritabilidad, inestabilidad emocional.
- Escenario imaginario
- Omnipotencia
- Relaciones de amor, primeros pololeos
- La amistad y la importancia de los pares y amigos.
- La necesidad de pertenecer.



# IMPLICANCIAS DE LA PANDEMIA EN EL APRENDIZAJE

## Desarrollo socioemocional

-Generación Z, nacidos después de 1996. Nativos digitales, redes sociales incorporados en vida cotidiana.

-Vida paralela que tiene que ver con el prestigio social (Likes), que lleva a una salud mental frágil. Se vive expuesto al contagio emocional y genera polarización emocional de alta intensidad.

-Baja tolerancia a la frustración, inmediatez y estímulos constantes.



# ¿QUÉ TENEMOS QUE APRENDER DEL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL?;

- Cooperar
- Gratitud
- Amabilidad
- Compasión
- Participar
- Motivación intrínseca
- Enfrentar fake news
- Pensamiento crítico
- Autonomía



# IMPLICANCIAS DE LA PANDEMIA EN EL APRENDIZAJE



Transformación en las  
estrategias pedagógicas

Docente:

- Acompañamiento
- Entrega de Valores
- Modelos/ Referentes/ Guías

# ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE HACER ÉNFASIS EN EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL?

- *Escisión de la inteligencia y la emoción* como herencia de modelos filosóficos y teóricos, evidenciado en los currículum.
- *Evolución de la valoración de las emociones* en el aprendizaje como una barrera, hacia entenderlas como facilitadoras.
- *Reconocimiento de la importancia* del desarrollo de este tipo de habilidades a nivel internacional y por diferentes organismos (OCDE, 2011; UNESCO, 1998)
- Relevancia de “*aprender a ser*” y “*aprender a convivir*”
- La “*presencia social*” es el ámbito más relevante en las clases remotas.

# PROMOCIÓN DEL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL

- Comprender las propias emociones (consciencia emocional)
- Desarrollar la capacidad la regulación emocional
- Espacios lúdicos
- Actividad física
- Bienestar comunitario a nivel escolar y familiar para ayudar a la regulación emocional de los hijos y estudiantes.
- Conversar de nuestras propias experiencias
- ¿Podemos crecer a través de la pandemia? Anti-fragilidad
- <https://www.instagram.com/tv/CGNCQSIgexy/?igshid=3c7toz7knewn>

# UN ZOOM A LA SALA DE CLASES QUÉ NECESITAMOS...

- Metodologías de enseñanza y evaluación activas centradas en el estudiante, auténticas y desafiantes.
- Enfoque en resolución de problemas reales, desde una perspectiva holística.
- Evaluaciones significativas, vinculadas con sentido, donde los estudiantes muestren el desempeño en las competencias, en vez de que sea el profesor quien esté activo.
- Docentes capacitados, que modelan HSE y entregan feedback asertivo de estas habilidades a los estudiantes.

# UN MODELO QUE NOS PUEDE ORIENTAR



Éxito en la Escuela. Habilidades de por Vida.



# UN MODELO QUE NOS PUEDE ORIENTAR

## *Cinco Competencias Esenciales de CASEL*

Conciencia Propia	Conciencia Social	Autogestión	Habilidades Relacionales	Toma de Decisiones Responsables
<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificación de Emociones</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Toma de Perspectiva</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Control de Impulsos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Comunicación</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificación de Problemas</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Auto Percepción Exacta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Empatía</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Control de Estrés</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Compromiso Social</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Análisis Situacional</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Reconocimiento de Fortalezas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apreciación de la Diversidad</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Autodisciplina</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Construcción de Relaciones</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Resolución de Problemas</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Sentido de Confianza de si Mismo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeto por los Demás</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Automotivación</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Trabajar Cooperativamente</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Evaluación</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Autoeficacia</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>• Establecimiento de Metas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Resolución de Conflictos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reflexión</li></ul>
		<ul style="list-style-type: none"><li>• Habilidades Organizacionales</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ayudar/Buscar Ayuda</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Responsabilidad Ética</li></ul>

# UN ZOOM AL HOGAR CÓMO PODEMOS APOYAR...

- ✓ Establecimiento de metas viables, por día, semana y mes
- ✓ Metas de carácter positivo
- ✓ Metas flexibles
- ✓ Evaluación permanente del cumplimiento de metas
- ✓ Planificación flexible de estrategias
- ✓ Organización del espacio físico
- ✓ Organización de los materiales
- ✓ Planificación contextualizada, según la realidad de cada hogar

## UN ZOOM AL HOGAR CÓMO PODEMOS APOYAR...

- ✓ Activación de la autoeficacia, a través de mensajes positivos
- ✓ Metas realistas precisas y logrables
- ✓ Auto refuerzos frente al logro de metas
- ✓ Pedir ayuda y delegar en otros
- ✓ Jerarquizar tareas según importancia y urgencia, pero también en relación a capacidades y competencias
- ✓ Trabajar y ajustar las expectativas

# IMPORTANTE

- Menos, es más. Pocas actividades relevantes son mejor que una gran cantidad de tareas mecánicas y fuera de contexto.
- Invertir tiempo en calidad, no en la cantidad de actividades. Los docentes deben entregar instrucciones claras, actividades con sentido e indicaciones precisas de evaluación, y también controlar los tiempos de entrega.
- Evaluar para promover aprendizajes significativos y pertinentes a través de tareas de evaluación contextualizada, formativa y con sentido.

# IMPORTANTE

- Centrarse en el feedback. Aunque sean pocas tareas, es muy importante invertir tiempo en conversar con los estudiantes, para que se sientan escuchados y contenidos a pesar de la distancia. Más que nunca hay que prestar atención a las dificultades que ellos puedan tener.
- Fomentar el vínculo entre los estudiantes. Se debe propiciar el contacto educativo entre los estudiantes. No perder el trabajo en equipo, pese a las barreras que pone la distancia física. Ellos necesitan seguir en contacto.
- La humanidad es hoy más importante que lo académico. Los estudiantes necesitan sentirse acompañados y seguir teniendo a personas de referencia, como los son sus profesores.

# PARA LA REFLEXIÓN...

- Forest app: <https://www.forestapp.cc/>
- Design your life: <http://lifedesignlab.stanford.edu/dyl>
- Hábitica: <https://habitica.com/static/home>

GRACIAS

[vvillarroel@udd.cl](mailto:vvillarroel@udd.cl)