

# Orientaciones para Docentes en tiempos de crisis

En el marco de la gran movilización social que se está desarrollando en Chile, sin duda una preocupación para las/os docentes es de qué forma podemos ayudar a contener y apoyar a nuestros estudiantes. Al respecto, nuestras investigaciones relevan la importancia del bienestar de los docentes de la escuela para promover el bienestar en las y los estudiantes. En otras palabras, primero tenemos que hacernos cargo de cómo estamos nosotros y nosotras. Esta breve guía de recomendaciones tiene por objetivo entregar orientaciones para docentes en la reanudación de la actividad escolar, abarcando tanto las dimensiones personales de los adultos cómo la práctica en aula.

## 1. Auto-observación

En primer lugar, antes de trabajar con los y las estudiantes, **es importante que reconozcamos lo que nos pasa a nivel personal**. Es normal que nuestra salud física y mental se haya visto afectada. Por ello, es de suma importancia reconocerlo, abordarlo y compartirlo con quienes vivimos a diario en nuestros lugares de trabajo. **Encontrarnos, generar espacios seguros para el diálogo y contención**, es un camino para expresar nuestras emociones y pensamientos respecto a este escenario, y con ello fortalecer nuestra comunidad educativa.



**Converse con sus colegas y/o amigas/os: ¿Cómo te has sentido a nivel...? ¿Cómo estamos como profesores?**

Físico (sensaciones corporales, síntomas físicos)



Cognitivo (¿se han visto afectadas mis capacidades mentales para trabajar?)

Emocional (¿me he sentido mal, bien, triste, alegre, con enojo, miedo, etc.?)

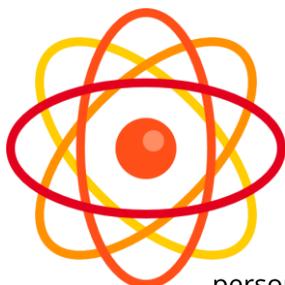


Social (¿se han visto afectadas mis relaciones con otras personas?)

Laboral (¿He sentido inseguridades, has identificado redes de apoyo?)



## 2. Identificación de redes de apoyo



Hoy puede que nos estemos preguntado **cómo podemos ayudar a las y los estudiantes y/o a nuestros colegas**. Para responder esa pregunta **es útil saber con quiénes contamos, dónde podemos acudir y cómo nos pueden ayudar**. Estas redes ya están presentes en nuestra comunidad, y somos parte de ellas.

Podemos fortalecer aquellas redes por medio de **la identificación de nuestras fortalezas y habilidades como comunidad educativa**, desde lo personal a lo colectivo. En este proceso debemos asegurar ciertas condiciones para todas y todos los miembros de la comunidad:

Promover instancias de apoyo y sostén técnico.

Evitar patologizar, medicalizar e individualizar el sufrimiento.

Cuidarnos de situaciones de riesgo.

Reconocer los propios límites para afrontar la situación.

Identificar espacios y personas que nos brinden la sensación de seguridad.

Asegurar condiciones mínimas para brindar apoyo sin costos en el bienestar físico y emocional de las personas.

Una vez identificadas nuestras fortalezas como comunidad escolar, y luego de haber identificado nuestras redes de apoyo, es importante comenzar a activarlas, a recordarles que **“estamos aquí y quizás necesitemos su apoyo”** en un futuro cercano.

## 3. Construir espacios organizados de escucha y diálogo

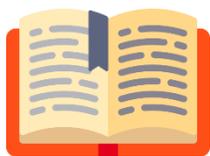
Sugerimos **diseñar e implementar espacios regulados de escucha y diálogo, que aseguren un clima de confianza y bienestar**, para dialogar con las y los estudiantes y entre ellos. Estos se desarrollan por medio de la escucha activa y empática de lo que expresa cada persona. En este escenario nuestro rol será:



Promover una visión de apoyo, contención, validación y respeto a la diversidad de experiencias y trayectorias vividas. **Evitar los juicios de valor, las interrupciones de los tiempos de habla y el impulso de entregar soluciones inmediatas.**

## 4. Plantear actividades adecuadas para cada grupo

**No existe una actividad o taller que se pueda aplicar a todos los cursos o grupos por igual.** Como docentes somos quienes conocemos mejor a nuestros/as estudiantes, por lo que podemos colaborar y diseñar acciones que faciliten canales de expresión de cómo se han sentido durante este período y promuevan el desarrollo de sus propias redes de apoyo. Es por esto que no debemos olvidar el contexto de cada grupo.

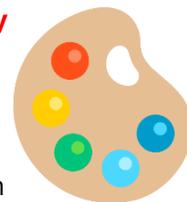


**No debemos restringirnos solamente a la conversación.** Según la edad y las características del grupo, podemos diseñar diversas experiencias para la expresión: el dibujo, la escritura, el deporte, el juego, los desafíos mentales, etc. Pueden ser excelentes canalizadores para este proceso. Independiente del camino que elijamos, **lo fundamental es que cada actividad tenga un cierre apropiado** en el cual se pueda verbalizar lo vivido o producido.

Una actividad sencilla y adecuada debe velar por **abrir, comprender, contener y cerrar** apropiadamente los distintos temas que emerjan. En este sentido, si un grupo hace dibujos, es importante que podamos hablar de ellos antes de cerrar la actividad.

**Favorezca los tiempos para compartir y evaluar las experiencias diseñadas.**

Durante la evaluación, sugerimos identificar las necesidades y posibles líneas de acción viables en su desarrollo para el grupo, que le permitirán alinear las próximas planificaciones curriculares de manera que respondan también a las necesidades de los estudiantes.



## 5. Aprender de lo que está pasando

Como comunidades educativas, es importante recoger aspectos de aprendizaje a partir de la contingencia, por lo que recomendamos mantener estos pilares y cuestionamientos:

Objetivos de Aprendizaje Transversal

¿Cómo los Objetivos de aprendizaje transversal son un aporte para el desarrollo de la experiencia pedagógica en el aula?  
¿Cómo los principios de democracia, participación, equidad, inclusión, justicia y paz forman parte de mi quehacer profesional?

Pedagogizar la experiencia

¿En qué sentido esta experiencia es un aporte para la experiencia pedagógica de mis estudiantes, de mis colegas, de las coordinaciones?  
¿Cómo puede ser esta experiencia una oportunidad para mejorar mi práctica pedagógica?

El conflicto es una oportunidad

¿Qué nuevas oportunidades se abren para relacionarme con mi curso, mis colegas, las coordinaciones?  
¿Qué nuevos temas se instalan en nuestra comunidad educativa?