



Universidad Inca Garcilaso de la Vega

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL

Intervención de la Psicología en el desarrollo de las habilidades sociales para la adaptación de alumnos de 1ro de Secundaria en temporada de Pandemia de la I.E Alfred Nobel - 2020.

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

Para optar el título profesional de LICENCIADO EN PSICOLOGIA

AUTOR

Bachiller: Rivas Caceres, Donna Katherine

ASESOR:

Dra. Delgado Castillo, Gisella Yanire

1964

Lima, 27 mayo 2023

Intervención de la Psicología en el desarrollo de las habilidades sociales para la adaptación de alumnos de 1ro de Secundaria en temporada de Pandemia de la I.E Alfred Nobel - 2020.

INFORME DE ORIGINALIDAD

28%

INDICE DE SIMILITUD

27%

FUENTES DE INTERNET

8%

PUBLICACIONES

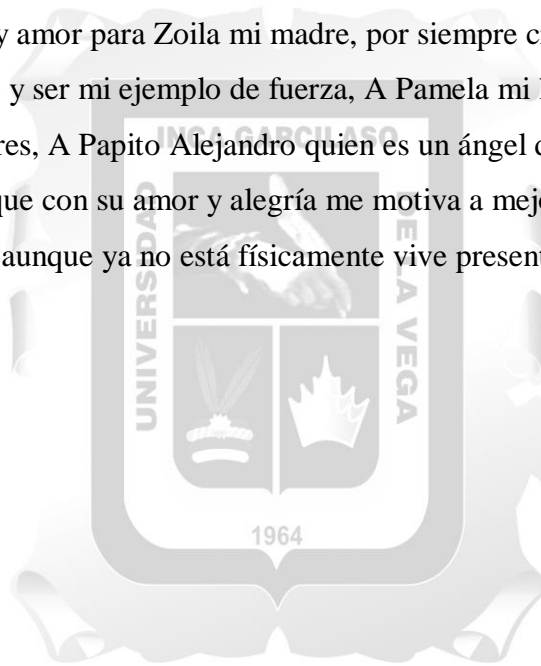
13%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

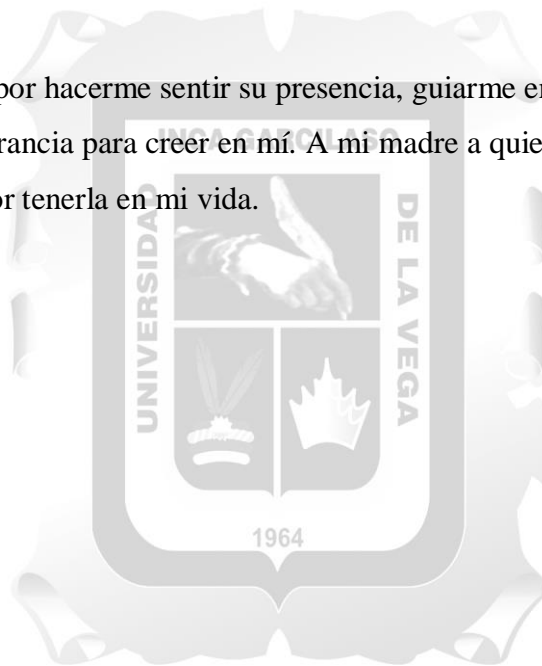
1	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	5%
2	Submitted to Universidad Nacional Micaela Bastidas de Apurimac Trabajo del estudiante	3%
3	Submitted to Universidad Inca Garcilaso de la Vega Trabajo del estudiante	2%
4	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	intra.uigv.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	dspace.ups.edu.ec Fuente de Internet	1%
7	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%

Con mucho cariño y amor para Zoila mi madre, por siempre creer en mí, apoyarme incondicionalmente y ser mi ejemplo de fuerza, A Pamela mi hermana y mejor amiga, mi ejemplo de valores, A Papito Alejandro quien es un ángel desde que llegó a nuestras vidas, A Christian que con su amor y alegría me motiva a mejorar juntos, A mi papi Manuel en el cielo, aunque ya no está físicamente vive presente en mi corazón.



AGRADECIMIENTOS

Mi gratitud a Dios por hacerme sentir su presencia, guiarme en la vida y brindarme sabiduría y perseverancia para creer en mí. A mi madre a quien admiro, respeto y me siento bendecida por tenerla en mi vida.



RESUMEN

El presente informe tiene como finalidad analizar y evaluar la intervención de la Psicología en el desarrollo de habilidades sociales y adaptación de alumnos de primero de secundaria de la I.E Alfred Nobel durante la época de pandemia. Su propósito es proporcionar una visión integral y fundamentada sobre los beneficios y efectividad de esta intervención, así como establecer directrices y sugerencias para futuras acciones en esta área.

Los objetivos específicos son evaluar el impacto de la intervención psicológica en el desarrollo de habilidades sociales, analizar su efecto en la adaptación de los alumnos a clases remotas en temporada de pandemia, evaluar el bienestar emocional de los alumnos como resultado de esta intervención y proponer recomendaciones para mejorarla en futuras circunstancias de emergencia.

Se busca comprender cómo ha contribuido al fortalecimiento de habilidades sociales como la comunicación efectiva, la resolución de conflictos, la empatía y la colaboración. También se examinará su ayuda a los estudiantes para enfrentar los desafíos del distanciamiento social, el aprendizaje a distancia y las limitaciones impuestas por la pandemia por Covid19.

Se identificarán las teorías y enfoques psicológicos utilizados, así como las estrategias específicas aplicadas en el contexto de la educación a distancia. Además, se evaluará su impacto en el bienestar emocional de los alumnos, considerando aspectos como la reducción de la ansiedad y el estrés, el fortalecimiento de la resiliencia y el incentivo de una actitud positiva hacia la adaptación a la pandemia.

Con base en los resultados obtenidos, se formularán recomendaciones para mejorar la intervención en futuras situaciones de crisis, con el objetivo de optimizar y fortalecer las acciones en el desarrollo de habilidades sociales y adaptación de los alumnos.

Palabras clave: Intervención, Habilidades sociales, Adaptación, Bienestar emocional, Desafíos

ABSTRACT

The purpose of this report is to analyze and evaluate the intervention of Psychology in the development of social skills and adaptation of first-year secondary students at Alfred Nobel School during the pandemic. Its aim is to provide a comprehensive and evidence-based understanding of the benefits and effectiveness of this intervention, as well as to establish guidelines and suggestions for future actions in this area.

The specific objectives are to assess the impact of psychological intervention on the development of social skills, analyze its effect on students' adaptation to remote classes during the pandemic, evaluate students' emotional well-being as a result of this intervention, and propose recommendations for improvement in future emergency circumstances.

The study aims to understand how it has contributed to strengthening social skills such as effective communication, conflict resolution, empathy, and collaboration. It will also examine how it has helped students face the challenges of social distancing, distance learning, and limitations imposed by the Covid-19 pandemic.

The report will identify the psychological theories and approaches used, as well as the specific strategies applied in the context of distance education. Additionally, it will evaluate their impact on students' emotional well-being, considering aspects such as anxiety and stress reduction, resilience strengthening, and fostering a positive attitude towards adapting to the pandemic.

Based on the findings, recommendations will be formulated to enhance intervention in future crisis situations, with the goal of optimizing and strengthening actions in the development of social skills and students' adaptation.

Keywords: Intervention, Social skills, Adaptation, Emotional well-being, Challenges.

INDICE

1	CAPÍTULO I: ASPECTOS GENERALES.....	10
1.1	DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA EMPRESA O INSTITUCION	10
1.1.1.	HISTORIA.....	10
1.1.2.	UBICACIÓN GEOGRÁFICA Y CONTEXTO GENERAL	10
1.1.3.	ACTIVIDAD GENERAL.....	11
1.1.4.	MISIÓN Y VISIÓN	11
1.1.5.	PRINCIPIOS	12
1.1.6.	VALORES	12
1.1.7.	ORGANIGRAMA GENERAL Y ORGANIGRAMA UBICACIÓN DEL PSICOLOGO.....	13
2	CAPÍTULO II: DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA:	15
2.1	MARCO TEÓRICO DE PSICOLOGÍA.....	15
2.1.1	TEORÍAS.....	15
2.1.2	ÁREAS DE INTERVENCION EN GENERAL.....	19
2.1.3	ÁREA DE INTERVENCIÓN DEL EJERCICIO PROFESIONAL.....	21
2.1.4	FUNCIÓN GENERAL:	22
2.1.5	FUNCIONES ESPECÍFICAS:	23
2.2	MARCO TEÓRICO	24
2.2.1	HABILIDADES SOCIALES	24
2.2.2	ADAPTACIÓN.....	27
3	CAPÍTULO III: FUNDAMENTACIÓN DEL TEMA ELEGIDO.....	34

3.1	TEORIA Y LA PRACTICA EN EL DESEMPEÑO PROFESIONAL	34
3.1.1	ANTECEDENTES INTERNACIONALES	39
3.1.2	ANTECEDENTES NACIONALES.....	42
3.1.3	ACCIONES, METODOLOGÍAS Y PROCEDIMIENTOS.....	45
3.1.4	PROGRAMAS DESARROLLADOS EN EL EJERCICIO PROFESIONAL.....	46
□	NOMBRE DEL PROGRAMA	46
□	JUSTIFICACIÓN.....	46
□	OBJETIVOS DEL PROGRAMA	48
□	OBJETIVO GENERAL - OBJETIVO ESPECIFICO.....	49
□	POBLACIÓN / SECTOR AL QUE SE ATENDIÓ.....	49
□	TIEMPO DE DESARROLLO DEL PROGRAMA	49
□	TEORÍAS.....	49
□	RECURSOS	50
□	ACTIVIDADES DESARROLLADAS	50
□	CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	122
4	CAPÍTULO IV: ASPECTOS GENERALES.....	124
4.1	LOGROS OBTENIDOS	124
4.2	CONCLUSIONES:	125
4.3	RECOMENDACIONES:	126
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	127
	ANEXOS	127

INTRODUCCIÓN

La propagación de la enfermedad COVID-19 ha tenido un impacto profundo en todos los ámbitos de nuestra sociedad, y el sistema educativo no ha escapado a sus efectos. Específicamente, los estudiantes que cursan el primer año de secundaria se encuentran en una etapa crucial de su crecimiento personal y social, en la cual la interacción con sus compañeros desempeña un papel fundamental en su adaptación y bienestar emocional. No obstante, debido a las medidas restrictivas impuestas por la pandemia, estos estudiantes se han visto privados de una parte significativa de su experiencia educativa y social.

La adaptación de estos alumnos a la nueva realidad ha resultado ser un desafío considerable. Además de los cambios académicos y los obstáculos inherentes al aprendizaje a distancia, también enfrentan dificultades para desarrollar habilidades sociales y establecer vínculos significativos con sus compañeros. Las interacciones virtuales y la falta de contacto directo pueden generar sentimientos de aislamiento, ansiedad y una disminución de la autoestima, lo cual impacta negativamente en su bienestar general.

Es en este contexto que la intervención psicológica desempeña un papel vital en el desarrollo de habilidades sociales con el fin de promover la adaptación de los alumnos de primero de secundaria a clases virtuales durante la pandemia. La psicología, como disciplina científica centrada en el estudio del comportamiento humano, cuenta con herramientas y enfoques específicos que pueden ser aplicados para apoyar a estos estudiantes en su proceso de ajuste.

El propósito de este trabajo de suficiencia profesional es explorar los distintos enfoques de intervención psicológica que pueden ser utilizados para desarrollar y fortalecer las habilidades sociales de los alumnos de primero de secundaria en tiempos de pandemia. Se examinarán estrategias como la terapia cognitivo-conductual, el entrenamiento en habilidades sociales y el apoyo emocional individual y grupal. Asimismo, se analizarán las posibles adaptaciones de estas intervenciones para su implementación en entornos virtuales y educativos a distancia.

La relevancia de este estudio reside en la necesidad de brindar un apoyo integral a los alumnos de primero de secundaria durante la pandemia, reconociendo que su bienestar emocional y social es fundamental para un desarrollo saludable. Al proporcionar estrategias efectivas de intervención psicológica, se espera facilitar la adaptación de estos estudiantes, promover su bienestar y fomentar la creación de comunidades virtuales de apoyo entre ellos.

Mediante la exploración de estas intervenciones, se busca ofrecer a profesionales de la psicología, educadores y padres una guía práctica para promover el desarrollo de habilidades sociales en los alumnos de primero de secundaria, facilitando su adaptación a la nueva realidad impuesta por la pandemia de COVID-19. Con ello, se aspira a contribuir a la creación de entornos educativos inclusivos y enriquecedores, donde los estudiantes puedan desarrollar su potencial y prosperar a pesar de las circunstancias desafiantes.



1 CAPÍTULO I: ASPECTOS GENERALES

1.1 DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA EMPRESA O INSTITUCION

La Institución Educativa Alfred Nobel, fue formada el 23 de septiembre del 1998, mediante resolución de la UGEL 04, creada en el año 2005 y está orientada a prestar sus servicios a la educación de menores en el nivel primaria y secundaria, dirigido por su director el doctor Eddy Ronald Diaz Salvatierra, quien fomenta una serie de actividades de acuerdo a su plan operativo académico para impulsar el adecuado aprendizaje de los estudiantes en general, se encuentra ubicado en el Jirón Ramon Castilla N° 265. El Carmen. Comas

La I.E cuenta con un establecimiento propio de 500mt², construido con material noble con 11 aulas asignadas de la siguiente manera: 6 aulas para los alumnos de los niveles de educación primaria y 5 aulas para los alumnos de la educación secundaria, un patio para las actividades recreativas y deportes, un laboratorio para los trabajos de biología, química y de cómputo, una oficina para la dirección educativa, una oficina para el departamento psicopedagógico, una sala para el personal docente una oficina para la trabajadora social, funcionando en el turno de la mañana.

1.1.1. HISTORIA

1.1.2. UBICACIÓN GEOGRÁFICA Y CONTEXTO GENERAL

La institución educativa privada se encuentra codificada con el N°710454, ubicada en un área geográfica urbana en el jirón Ramon Castilla N° 265. Localidad el Carmen, del centro poblado de Comas, con las modalidades de primaria y secundaria, con una forma escolarizada mixta en la provincia de Lima, departamento de Lima. La condición socioeconómica de los hogares de los alumnos es media y media baja, estando en relación con las actividades socioeconómicas a las cuales se dedican los padres de familia como muchos de ellos son comerciantes, transportistas, vendedores ambulantes, obreros de construcción y en un menor porcentaje empleados dependientes.

En cuanto a las circunstancias socioeconómicas del distrito de comas, la actividad principal es la manufacturera en un mayor porcentaje, continuando con la venta a través de actividades comerciales al por mayor y menor y en un tercer lugar se encuentra las actividades educativas y con un porcentaje menor los servicios comunitarios y sociales, actividades relacionadas a la salud, hotelería y restaurantes, al igual que el servicio de arrendamiento de equipos de construcción, transporte y comunicaciones.

1.1.3. ACTIVIDAD GENERAL

La institución educativa privada Alfred Nobel tiene como actividad principal brindar una educación de calidad e innovar con nuevas metodologías y herramientas virtuales para una adecuada adquisición de conocimientos a través de la modalidad de la educación remota y de esta manera estimular la participación del alumnado, logrando una continuidad y avances en su formación escolar a pesar de los desafíos presentados por la pandemia.

La institución educativa antes de la pandemia se basa en las directivas del ministerio de educación para la enseñanza de la educación básica regular, donde el alumno requiere como estrategia metodológica para aprender a educarse, desarrollando sus habilidades metacognitivas, siguiendo las líneas de orientación hacia el logro de sus aprendizajes a través de las diversas competencias a lograr, la enseñanza presencial permitía una mayor interacción y participación en clase de los alumnos, de tal manera que su formación educativa permita formar profesionales íntegros para su desarrollo futuro.

1.1.4. MISIÓN Y VISIÓN

MISIÓN

Instruir, Formar alumnos y jóvenes con actitudes y conocimientos sólidos, proporcionando una educación de calidad que prepare a los estudiantes para ser líderes exitosos en la sociedad, promoviendo su capacidad de aprendizaje independiente, que se caractericen por su integridad ética y moral.

VISIÓN

Ser una institución educativa con prestigio y reconocimiento de la sociedad. Orientando a los estudiantes a su desarrollo personal, social, cultural, basado en la investigación y

construcción de sus aprendizajes, desarrollando en sus alumnos un conjunto de habilidades y valores que les permitan contribuir positivamente a la sociedad.

1.1.5. PRINCIPIOS

Los principios de la Institución Educativa son:

Liderazgo: Formar al alumno de manera que pueda influir en una o más personas en un trabajo determinado, logrando que se desempeñen con entusiasmo hacia un logro en común. Cuenta con la capacidad de tomar iniciativa, delegar y gestionar con un buen desempeño y de manera eficaz.

Sana convivencia: Se inculca un ambiente de aprendizaje seguro promoviendo la inclusión, empatía, una cultura de tolerancia, respeto, comunicación abierta y trabajo en equipo, incluyendo estudiantes, padres y personal de apoyo.

Se fomenta un dialogo abierto, constructivo y activo entre los miembros de la comunidad educativa incluyendo la toma de decisiones.

Brindamos apoyo y recursos adecuados para los estudiantes que enfrentan dificultades académicas, emocionales o sociales mediante servicios de tutoría y asesoramiento psicológico.

Trabajo en equipo: Se impulsa esta habilidad fundamental para lograr éxito en la vida personal y profesional de los estudiantes mediante la comunicación y la confianza que se debe tener entre los miembros del equipo, logramos que los alumnos vean los errores que podrían suceder como oportunidades de aprendizaje en lugar de verlo como un punto de vista negativo de derrota.

1.1.6. VALORES

Nuestros valores y compromiso con los alumnos son:

Respeto: Se promueve la tolerancia, aceptación y entendimiento.

Disciplina: Se trabaja con los alumnos a desarrollar habilidades para mantener el orden y la organización en su vida académica y personal, así como ir de la mano con la perseverancia y el autocontrol.

Responsabilidad: Los alumnos deben ser responsables de sus propias acciones y decisiones, así como realizar sus compromisos y obligaciones.

Resiliencia: Se forma a los alumnos para vencer obstáculos y dificultades que pueden tener en el camino.

Empatía: Se desarrolla su capacidad de ponerse en el lugar de los demás para poder entender sus carencias y emociones.

Solidaridad: Se fomenta la importancia de que los estudiantes apoyen a sus compañeros en momentos de necesidad.

1.1.7. ORGANIGRAMA GENERAL Y ORGANIGRAMA UBICACIÓN DEL PSICOLOGO.

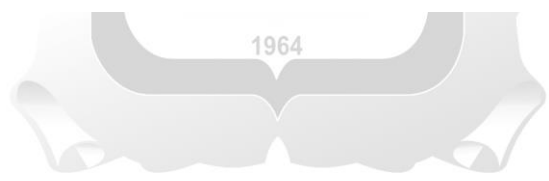
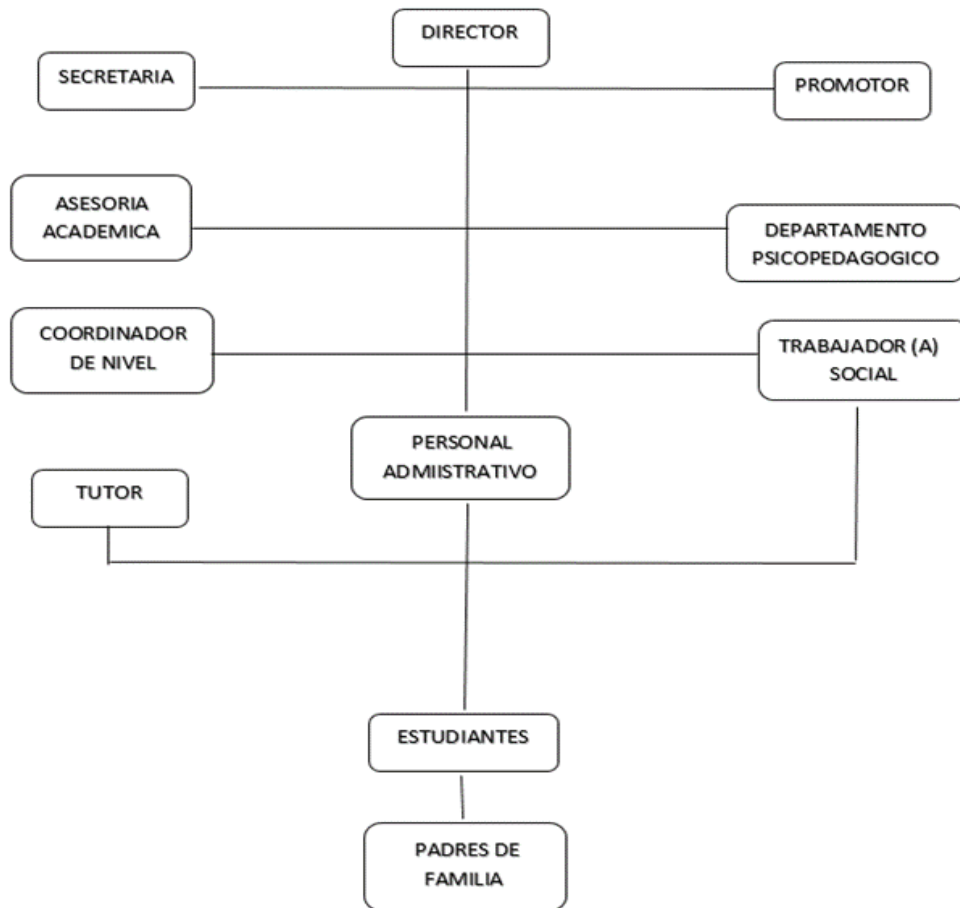
De acuerdo con las diferentes funciones de las diferentes dependencias de la institución educativa, se cuenta con el siguiente organigrama funcional:

Organigrama de la institución Educativa Alfred Nobel

- Dirección de la I.E
- secretaria de la dirección
- Promotor
- Asesoría Académica
- Departamento psicopedagógico
- Coordinador de nivel
- Trabajadora social
- Tutor



- Personal administrativo



2CAPÍTULO II: DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA:

2.1 MARCO TEÓRICO DE PSICOLOGÍA

Como Señala Álava (1996), el término proviene de “Psique”, símbolo de la mitología griega y paralelamente, del estado de ánimo. Según Platón, el psiquismo es la vida interior de la mente, de una persona, es decir, un sinónimo del espíritu.

La psicología es una ciencia que estudia, investiga e interpreta el comportamiento humano asociado a su entorno sociocultural y familiar, en pro de su paz psicofísica y el óptimo desarrollo del ser.

Este criterio es válido en tanto se entienda la psicología como una ciencia aplicada al hombre.

El objeto de la psicología es el hombre y su desarrollo; Su campo de actividad es diverso, ya sea en el ámbito estudiantil, profesional, clínico e informal, etc.

2.1.1 TEORÍAS

Teoría del Aprendizaje Social

La aparición de las habilidades sociales implica el acompañamiento de teorías que explican cómo el ser humano es considerado un ser social capaz de asimilar destrezas de su entorno. Entre las teorías que aportó al desarrollo de la indagación, se encuentra el “Aprendizaje Social” de Albert Bandura con la relación entre la persona– ambiente. Destaca que el comportamiento humano es aprendido por observación de su mundo exterior y aprende a diario. De igual forma, las acciones son reacción a la situación por la que atraviesa una persona. Inserta el término “modelaje” es cuando el sujeto tiende a responder y repetir acciones que brinden habilidades necesarias para interactuar con otros es decir su socialización en el mundo. Tiene en cuenta el papel de las expectativas de éxito o fracaso.

Durante el periodo de la adolescencia, se hallan en la búsqueda y formación de la identidad con ello los jóvenes se asocian con grupos. Con ello, pretenden moldear conductas y actitudes acordes a sus intereses, caso contrario siguen en esa búsqueda que les permita tener seguridad al manifestar su opinión a otros. Tendrá diferentes formas de usar el lenguaje verbal y no verbal en diferentes contextos, sea social, familiar, entre pares o académicos. Él aprende lo que cree que es importante y significativo en su

desarrollo. Dicho aporte, es fundamental y que actualmente se sigue aplicando en algunas instituciones educativas, pero adjudicando también un aprendizaje integral que va más allá de imitar con un enfoque Conductista.

Teoría Sociohistórica

Con su máximo exponente Vygotsky (1981) en la teoría Socio- Histórica, explica que la Zona de Desarrollo Próximo se localiza entre el nivel real de desarrollo y el nivel de desarrollo potencial. En esta zona se realiza el aprendizaje cultural mediante la interacción con otras personas. Además, brinda conocimiento que permite una adecuada respuesta ante una situación. Al mencionar la relevancia de las habilidades sociales, puesto que al generar aprendizajes es necesario la interacción con otras personas. Ser consciente de las experiencias de otras personas se adquiere un amplio abanico de alternativas para prever situaciones que causen conflictos en el futuro.

Esta teoría proporciona un marco conceptual, que muestra al aprendizaje del adolescente se debe adquirir en sociedad y luego de forma individual. Es el individuo quien por sí mismo explora su mundo y en dicho reconocimiento va captando y aprende lo que la sociedad divulga. Por el contrario, de una pedagogía tradicional, la teoría destaca el aprendizaje cultural antes del aprendizaje académico, al dotar de herramientas que le permiten resolver problemas y la adaptación al medio en el que se desarrolla. El aprendizaje se da con la interacción con otras personas en diferentes ambientes. Así que el aprendizaje cultural, es una forma de adquirir las H.S. para habituarse a situaciones y dar una adecuada respuesta.

Teoría de las Inteligencias Múltiples

Otra de las teorías que apoya a la de las habilidades, es la de las Inteligencias Múltiples, siendo destrezas individuales que ayudan afrontar problemas a una persona. Hace referencia específicamente a la “Inteligencia Interpersonal” como la capacidad para comprender y mantener relaciones sociales entre ellas. En su libro Estructuras de la mente de Gardner (1983) se habla de “las habilidades comprendidas en una inteligencia se pueden emplear como un medio para adquirir información. Así, los individuos

pueden aprender explotando códigos lingüísticos, o demostraciones anestésicas o espaciales, o mediante la explotación de vínculos interpersonales” (p.251). Resaltando que, tanto la información adquirida en el ciclo de vida debe ser ligada con destrezas verbales y no verbales dando hincapié en demostrar acciones visibles y responsables dentro de un grupo social.

El uso de habilidades sociales se asocia a la inteligencia y juega un papel importante en el conocimiento de lo que lo rodea, así como los vínculos que se establecen con los otros. Al mismo tiempo, la capacidad de interactuar incorpora experiencias en un proceso que permite acumular información desconocida para transformarla para luego retroalimentar lo aprendido. Los jóvenes suelen ser curiosos y descubren todo lo que les rodea por vivencias personales, o entre pares que es el más común de los casos, en vista de que, ellos se sienten con mayor libertad de expresar sus inquietudes.

Teoría de la Inteligencia Emocional

En la teoría de la Inteligencia Emocional, cuenta con dos tipos, por un lado, se encuentra la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal. La última es la capacidad de reconocer sentimientos, necesidades de sí mismo, mediante el autoconocimiento y el autoanálisis, es decir que, es un proceso interno y personal. La inteligencia interpersonal permite a las personas “relacionarse fácilmente con los demás. Por lo que, permite tener la capacidad para identificar y reaccionar de manera empática hacia los sentimientos de los demás y la resolución de problemas en cualquier situación.” (Álvarez y Bueno, 2019, p. 15) Es decir que es un proceso que necesita de la interacción con otras personas. Consecuentemente marca la pauta de la importancia de las habilidades sociales.

La inteligencia interpersonal, en los adolescentes facilita las relaciones entre personas. Además, de identificar y reaccionar de manera adecuada ante las emociones y necesidades de los demás. Crea una relación empática con el otro y enriquece la interacción mutua. Si las H.S. no se fomentan en las personas pueden generar desequilibrios para expresar sus sentimientos y necesidades. Evita la adaptación a las situaciones que puedan ocurrir a su alrededor. Como se ha mencionado la interacción

con las personas enriquece los conocimientos del individuo y en ciertas ocasiones puede solventar las necesidades de la persona.

Otro factor importante, es la empatía es parte fundamental de la inteligencia emocional. Es el sentimiento de reconocer las necesidades de los demás y mantener una respuesta asertiva ante este. En las instituciones educativas, deben promover su práctica entre el alumnado. El aula de clase es un espacio que permite la formación académica, emocional y psicológica de cada estudiante. Así mismo, los adolescentes necesitan que se combinen estos aspectos para desarrollar sus habilidades necesarias para manejar los retos de su vida adulta.

Teoría Humanista

El Humanismo, es una corriente psicológica que mira al ser humano como el todo. Dado que, por naturaleza busca la autorrealización y trascendencia en el medio que lo rodea. Se basa en la historia de vida, con el fin de realizar una autoevaluación de las habilidades sociales y potenciando las mismas. Maslow, en su pirámide de las necesidades básicas las divide en Fisiológicas, seguridad, afiliación, reconocimiento y autorrealización. Las habilidades sociales, tienen importancia en los niveles de afiliación y afecto, en este escalón menciona que las personas son seres sociales por tanto necesitan relacionarse con las demás personas. Es decir, que en el esquema de la pirámide de las necesidades de Maslow las H.S. son importantes para alcanzar la autorrealización.

Carl Rogers, al igual que Maslow se enfoca en la autorrealización como el nivel más alto al que debe llegar una persona. Existen dos tipos de motivación, la intrínseca, las acciones vienen de sí mismo. La motivación extrínseca, recibe estimulación desde el exterior, específicamente esta le permite establecer relaciones con los demás. Las H.S. tienen importancia para obtener las ventajas que este le ofrece, siendo capaz de replicar y mejorar conductas observadas del medio. Tiene un especial interés por la comunicación, específicamente la comunicación interpersonal que involucra la interacción con un grupo de personas.

Las habilidades sociales, tienen una especial participación en la teoría Humanista; pues con ella se toma autoconciencia del accionar diario, al expresar ideas, conocimiento,

emociones que deben ser reguladas por la razón con respuestas coherentes ante cualquier dificultad, mediante el propio reconocimiento de fortalezas y debilidades en cada situación. Considerando que, los adolescentes dan prioridad a la autorrealización y su independencia en este sentido una adecuada adquisición de H.S. permitirá que estos cumplan con su objetivo.

2.1.2 ÁREAS DE INTERVENCION EN GENERAL

La Psicología tiene intervención en las siguientes áreas:

Psicología educativa:

Según J. Santrock, La psicología educativa es una rama de la psicología que se especializa en comprender la enseñanza y el aprendizaje en entornos educativos.

William James y John Dewey fueron pioneros en el campo y, al igual que E.L Thorndike, William James enfatizó el valor de la observación en el aula para mejorar la enseñanza. Algunos de los conceptos más relevantes de la psicología educativa que le debemos a Dewey son: el infante como un aprendiz activo, la educación del infante como un todo, énfasis en la familiarización del infante con el medio, los ideales democráticos que todo niño pequeño merece una educación

(Psicología de la educación- John W. Santrock)

Teniendo en cuenta a Richard Anderson, El objetivo de la psicología educativa es aplicar conceptos y principios psicológicos con el objetivo de mejorar la práctica educativa. La psicología no es una disciplina unificada; sin embargo, tiene áreas diferentes, más o menos diversas, que tratan cosas como el desarrollo humano desde la niñez hasta la vejez; diferencias entre las personas, en lo que se refiere a habilidades y temperamentos; psicofisiología, psicolingüística, sensación y percepción, motivación, pensamiento, resolución de problemas, psicopatología, dinámica de la personalidad y procesos grupales. (Psicología educativa-Richard C. Anderson, Gerald W. Faust)

Psicología forense

De acuerdo con Rojas (2009), El origen del término forense se remonta al latín forensis y se refiere a un lugar, conocido como "foro", donde se lleva a cabo la administración

de justicia y se resuelven causas legales. Es el espacio en el cual los tribunales escuchan y deciden sobre los casos presentados. La disciplina consiste en utilizar los principios de la psicología para abordar interrogantes relacionados con la justicia en relación con el comportamiento de una persona involucrada en un proceso de investigación policial o judicial, ya sea como víctima, sospechoso o testigo. Además, se reconoce que en un delito existen numerosas circunstancias que pueden ser analizadas con enfoques psicológicos, con el objetivo de contribuir a la correcta administración de justicia.

Psicología social

Según Elliot Aronson, Un psicólogo social estudia las situaciones sociales que influyen en el comportamiento de las personas. A veces, estas situaciones naturales cristalizan en una presión tan gigantesca que las personas se comportan de maneras que fácilmente pueden llamarse anómalas. (Introducción a la Psicología social-Elliot Aronson)

Psicología clínica:

De acuerdo con Bernstein-Nietzel(1989) Puede precisarse como una rama de la psicología que examina los principios de la psicología y los aplica al caso exclusivo y único del paciente para minimizar sus tensiones y ayudarlo a funcionar de manera más efectiva y significativa.

(Goldenberg,1973, p1)

En general, la Psicología Clínica es la aplicación de los principios de la psicología al caso psicológico del sujeto para acostumbrarlo mejor a la objetividad.

(Rotter, 1971, p1)

La psicología clínica se preocupa por comprender y mejorar el comportamiento humano... su vertiente clínica se basa en mejorar el caso de las personas en dificultad, utilizando los conocimientos y técnicas más avanzadas para tratarlas, al mismo tiempo, investigando, mejorando técnicas y ampliando conocimientos para ser más eficientes en el futuro.

(Korchin, 1976, p3)

La psicología clínica aborda los inconvenientes de la habituación psicológica del sujeto, determina y evalúa sus modalidades de habituación, y estudia e implementa las técnicas psicológicas adecuadas para mejorarlas.

(Introducción a la Psicología clínica- Douglas A. Bernstein, Michael T. Nietlel)

Es la aplicación de los principios y técnicas de la psicología a los problemas de la materia. La ideología humana discutida en este tema deriva de la psicología, la teoría de la personalidad, la psiquiatría, el psicoanálisis y la antropología.

(Watson, 1951. P5)

2.1.3 ÁREA DE INTERVENCIÓN DEL EJERCICIO PROFESIONAL

La psicología educativa en el entorno de la pandemia por el Coronavirus ha cobrado mucha importancia gracias a los desafíos que enfrentan los estudiantes de secundaria a nivel mundial. El cambio al aprendizaje en línea o remoto ha creado un entorno educativo completamente nuevo para los estudiantes, que puede tener un impacto significativo en su bienestar emocional y habilidades de aprendizaje.

Algunas razones de la importancia de la psicología educacional en relación con los estudiantes durante la temporada de COVID-19:

Manejo de estrés: La pandemia y los cambios en la enseñanza pueden aumentar el estrés y la ansiedad entre los estudiantes de secundaria. Los psicólogos educacionales tienen la oportunidad de brindar herramientas para el funcionamiento del estrés y la ansiedad, como la relajación, la reflexión y la práctica de ejercicio físico y mental.

Apoyo emocional: Los alumnos pueden sentirse aislados y desconectados debido a la falta de conexiones sociales. Los psicólogos educativos pueden brindar apoyo emocional a través de terapia en línea o grupos de apoyo para ayudar a los estudiantes a lidiar con los sentimientos de soledad y mantener su salud mental.

Tácticas de aprendizaje en línea: El aprendizaje en línea requiere habilidades y métodos específicos para ser efectivo. Los psicólogos educativos pueden proporcionar gestión del tiempo, organización y tácticas de motivación para ayudar a los estudiantes a alcanzar sus metas académicas

Apoyo a la educación especial: Los estudiantes con necesidades especiales tienen la posibilidad de enfrentar desafíos adicionales durante la temporada del coronavirus. Los psicólogos educativos tienen la capacidad de ayudar a los estudiantes con discapacidades a acceder a los recursos educativos y adaptar el aprendizaje en línea para satisfacer sus necesidades.

En resumen, la psicología educativa podría ser una herramienta importante para ayudar a los estudiantes de primero de secundaria a enfrentar los desafíos de la temporada de pandemia. Al brindar apoyo emocional, herramientas de manejo del estrés y tácticas de estudio en línea, los psicólogos educativos tienen el potencial de ayudar a los estudiantes a mantener su salud mental y lograr el éxito académico.

2.1.4 FUNCIÓN GENERAL:

A lo largo de la pandemia por el COVID19, el papel de los psicólogos educativos se ha vuelto aún más decisivo, ya que ha habido un crecimiento relevante en la necesidad de apoyo mental y emocional para estudiantes, padres y educadores. Las funciones generales de un psicólogo educativo durante una temporada de enfermedad pandémica son las siguientes:

Proporcionar a los estudiantes apoyo emocional: los estudiantes pueden sentirse ansiosos, estresados o deprimidos debido a la incertidumbre y los cambios en su rutina diaria. El psicólogo educativo debe brindar orientación para asistir a los estudiantes a dirigir sus emociones y a conservar su bienestar emocional.

Trabajar con educadores: Los psicólogos educativos pueden trabajar en colaboración con los educadores para detectar y abordar las necesidades emocionales y académicas de los estudiantes. Puede proporcionar orientación sobre cómo crear un entorno de aprendizaje seguro y saludable que fomente el bienestar emocional y el rendimiento académico.

Proporcione recursos y apoyo para los padres: Los padres también pueden sentirse abrumados por los cambios en la educación de sus hijos y las demandas adicionales de una enfermedad pandémica. Los psicólogos educativos pueden proporcionar recursos y herramientas para ayudar a los padres a colaborar con la enseñanza y el bienestar emocional de sus hijos.

Detectar y asistir a los estudiantes en riesgo: los psicólogos educativos pueden detectar a los estudiantes que continúan teniendo dificultades con el aprendizaje a distancia, la falta de conexiones sociales y otros desafíos relacionados con las enfermedades pandémicas. Puede trabajar con estos estudiantes y sus familias para brindar apoyo y recursos adicionales.

En resumen, las funciones generales de los psicólogos educativos en la temporada de pandemia son brindar apoyo emocional y académico a los estudiantes, ayudar a los educadores, brindar recursos y apoyo a los padres, detectar y apoyar a los estudiantes en dificultades trabajando en equipo para buenos resultados.

2.1.5 FUNCIONES ESPECÍFICAS:

Durante la pandemia por el Covid-19, la labor del Dpto. Psicopedagógico fue fundamental para el apoyo que se brindó a nuestros estudiantes, padres y docentes a la adaptación de nuevas formas de interacción y aprendizaje para enfrentar las dificultades. Desde que comenzó la pandemia los psicólogos educativos han tenido un papel clave que desempeñar para el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes, ya que las relaciones sociales disminuyen y los estudiantes pueden experimentar problemas para socializar y mantener interacciones interpersonales saludables. Se desarrollaron las siguientes funciones para mejorar las habilidades sociales de los estudiantes:

1. Detectar las necesidades especiales de los alumnos en cuanto a sus habilidades sociales, a través de la observación directa, entrevistas y evaluación psicológica.
2. Desarrollar programas y actividades que fomenten la conexión social y la cooperación, como juegos en línea, actividades en equipo y dinámicas que fomenten la empatía y la comunicación positiva.
3. Enseñar habilidades sociales concretas, como iniciar y mantener conversaciones, escuchar activamente, expresar emociones de manera adecuada, resolver conflictos y establecer parámetros saludables.
4. Trabajar con los maestros para integrar la educación en habilidades sociales en los currículos y actividades extracurriculares de una manera que fomente la práctica continua y el desarrollo de estas habilidades.

5. Brindar apoyo y orientación a padres y cuidadores sobre cómo promover el desarrollo de habilidades sociales en el hogar y cómo afrontar situaciones de conflicto y problemas sociales.

6. Supervisar y evaluar el progreso de los estudiantes en la adquisición de habilidades sociales y adaptar las tácticas de mediación según sea necesario.

En general, los psicólogos educativos deben ser creativos y adaptables en la búsqueda de soluciones para mejorar las habilidades sociales de los estudiantes durante una pandemia, trabajando en estrecha colaboración con los maestros y otros expertos en educación y salud psicológica.

2.2 MARCO TEÓRICO

2.2.1 HABILIDADES SOCIALES

Las habilidades sociales, conjunto de habilidades y comportamientos que nos permiten interactuar de manera eficiente con los demás en una variedad de situaciones sociales. Estas habilidades pueden incluir la comunicación efectiva, la empatía, la capacidad de establecer relaciones interpersonales, la resolución de conflictos, el trabajo en equipo, la asertividad, el autocontrol emocional y la capacidad de adaptarse a diversas situaciones. Son importantes para establecer relaciones sanas y satisfactorias con los demás, tanto a nivel personal como profesional. También son importantes para la resolución efectiva de conflictos, el trabajo en equipo y el liderazgo. Las personas con buenas habilidades sociales tienden a tener más éxito en su vida personal y profesional.

Se pueden aprender y desarrollar a través de la práctica, la experiencia y la retroalimentación. Las personas pueden mejorar sus habilidades sociales aprendiendo a comunicarse de manera más efectiva, escuchar activamente, comprender el punto de vista de los demás, ser asertivos, manejar las emociones y trabajar en equipo de manera efectiva.

Las habilidades sociales son muy importantes para los estudiantes, ya que les permiten interactuar de manera efectiva con sus compañeros, profesores y personas en general. Algunas habilidades sociales principalmente importantes para los estudiantes comprenden:

Comunicación efectiva: los estudiantes deben poder comunicar sus pensamientos y sentimientos de manera clara y efectiva, tanto en el salón de clases como en situaciones sociales fuera de la escuela.

Empatía: Los estudiantes deben ser capaces de ponerse en el lugar de otras personas, comprender sus sentimientos y puntos de vista y responder de manera apropiada y respetuosa.

Resolución de Conflictos: Los estudiantes pueden encontrar situaciones de conflicto en la escuela, en el hogar y en otras situaciones sociales. Es importante que los estudiantes sepan cómo lidiar con estas situaciones de manera efectiva mientras respetan los sentimientos y las perspectivas de los demás.

Trabajo en equipo: los estudiantes a menudo trabajan en grupos en la escuela y deben poder colaborar de manera efectiva, apoyarse unos a otros, respetar las ideas y opiniones de los demás.

Asertividad: Los estudiantes deben ser capaces de exteriorizar sus necesidades y deseos de manera clara, respetuosa, así como a defender sus derechos de manera efectiva.

Autocontrol emocional: los estudiantes deben poder manejar sus emociones en situaciones agobiantes y desafiantes, lo que puede ayudarlos a mantener el enfoque y la concentración en el estudio y otras actividades.

Las habilidades sociales son esenciales para el éxito académico/personal de los estudiantes, deben desarrollarse y mantenerse tanto en la escuela como en casa. Los estudiantes pueden mejorar sus habilidades sociales a través de la práctica, la retroalimentación y el aprendizaje consciente de estas habilidades.

De acuerdo con Castillo y Sánchez (2016), El hecho de que los individuos vivan juntos de manera organizada y difieran unos de otros explica la dificultad del proceso relacional humano. La forma en que tenemos que tratar con los demás puede ser una experiencia natural y amable o puede convertirse en una fuente de estrés.

Todo dependerá de nuestras habilidades sociales, cómo y en qué niveles sabemos comunicarnos, expresar nuestros propios deseos y sentimientos, controlar nuestras propias emociones, etc. Por ello, cabe destacar que las habilidades sociales son fundamentales tanto en el ámbito privado como en el profesional.

De manera bastante simplista tenemos la oportunidad de mencionar que las habilidades sociales son el conjunto de habilidades y destrezas que poseemos y que ponemos en práctica para relacionarnos con los demás sin embargo el alcance de la competencia social va más allá de la comunicación y las relaciones porque la calidad de las relaciones sociales ya sea en el ámbito educativo, laboral, familiar o en cualquier otro ámbito, condiciona la paz emocional y la autoestima. Afecta en gran medida el bienestar personal.

Las personas que carecen de este aspecto muestran cierto miedo a la cooperación social y viven con gran estrés, las situaciones que implican el contacto con nuevas personas o la fijación con nuevos grupos, por ejemplo, tener dificultad para entablar conversaciones, no saber qué decir, ser egocéntricos, consciente en las reuniones, y no tener el coraje de pedir favores.

El problema sería que esta complejidad va más allá del proceso de comunicación para afectar todos los aspectos de la vida de un individuo. Muchas situaciones como el retraimiento, la timidez, la baja autoestima, la ansiedad, la depresión e incluso el comportamiento delictivo pueden ser causados por la falta de habilidades sociales. En los ámbitos profesionales, las habilidades sociales son importantes en todos los ambientes en los que trabajan las personas, como los espacios educativos, el apoyo social y sindical, la animación sociocultural o la salud.

Habilidades Educativas y Sociales: Las actividades educativas se desarrollan básicamente a través de la comunicación interpersonal. Las habilidades sociales serán, por tanto, el recurso más potente para que los educadores desarrollen su labor de forma eficaz y satisfactoria.

Integración y habilidades sociales: Los integracionistas sociales tienen mediaciones recurrentes con personas que tienen importantes deficiencias en las atribuciones o disminuciones en las habilidades sociales. Para hacer frente a estas situaciones (comprender sus necesidades y aspiraciones, brindarles la atención adecuada y ayudarlos a adquirir las habilidades adecuadas), los profesionales se destacan con un amplio repertorio de habilidades sociales.

Como componentes de las habilidades sociales; Los individuos se comportan impulsados por relaciones entre grados primitivos.

Las inferencias o interpretaciones que cada individuo hace sobre los hechos a partir de su visión.

Emociones que recibimos y producimos en respuesta a estímulos.

Acciones o comportamientos adoptados a partir de lo supuesto y sentido.

Estas tres magnitudes son interdependientes en el sentido de que nuestra percepción de los eventos influye en nuestras inferencias. Esto permite experimentar ciertas emociones que producen comportamientos paralelos, influyen en el razonamiento y la emoción, y la duración se conoce en la práctica.

COMPONENTES DE COMPORTAMIENTO

Por comportamiento entendemos la forma particular en que una persona se comporta, actúa o reacciona en una situación dada.

El comportamiento es producto de la interacción de dos tipos de factores: unos internos (como la personalidad, la inteligencia o las creencias) y otros externos o contextuales (como el momento en el que se encuentra la persona, las personas que presencian el comportamiento, etc.)

Los componentes conductuales de las habilidades sociales clave están relacionados con la competencia comunicativa de la persona y el tipo predominante de comportamiento que exhibe.

2.2.2 ADAPTACIÓN

La adaptación refiere a la capacidad de los seres humanos para adaptarse a diferentes situaciones y entornos, tanto físicos como sociales. Esta habilidad puede manifestarse a nivel físico, emocional, cognitivo y conductual.

Por ejemplo, las personas pueden adaptarse a los cambios ambientales como la temperatura, la altitud o la presencia de obstáculos físicos, frecuencia respiratoria o técnica de movimiento. También pueden adaptarse a situaciones sociales como trabajar en equipo, enfrentar dificultades o interactuar con personas de diferentes culturas ajustando su comportamiento, comunicación y actitud.

La adaptación humana no es un proceso automático o fácil y puede requerir un esfuerzo consciente y recursos emocionales y cognitivos. Sin embargo, es una habilidad esencial para la supervivencia y el bienestar en un mundo cambiante y diverso.

La pandemia de COVID-19 ha creado un entorno educativo sin precedentes para estudiantes de todo el mundo. Adaptar a los alumnos a esta nueva situación ha sido un gran desafío y ha requerido ajustes significativos en sus rutinas diarias, estilos de aprendizaje y habilidades de estudio.

Algunas de las adaptaciones que los estudiantes han tenido que hacer frente a COVID-19 incluyen:

Aprendizaje en línea: Las escuelas y universidades pasaron a tener clases en línea, lo que requiere que los estudiantes adapten sus estilos de aprendizaje y establezcan nuevas rutinas para estudiar en casa.

Horarios flexibles: La pandemia ha obligado a muchos cambios en los horarios de clases, exámenes y tareas, imponiendo a los estudiantes a ser más flexibles en la organización de su tiempo.

Uso de la tecnología: el aprendizaje en línea y la comunicación con maestros y compañeros serán esenciales por lo mismo los estudiantes tendrán que adaptarse a las nuevas herramientas y tecnologías de comunicación.

Entorno de aprendizaje cambiante: Muchos estudiantes tuvieron que adaptarse a las nuevas condiciones de aprendizaje en el hogar, como la falta de espacio y el ruido ambiental, lo que requería creatividad y adaptabilidad.

Estrés emocional: La pandemia ha creado una gran cantidad de estrés emocional para muchos estudiantes que han tenido que adaptarse a nuevas situaciones y preocupaciones como la salud, la seguridad y la incertidumbre financiera que pueden haber padecido sus padres recayendo en ellos.

Adaptarse a la pandemia de COVID-19 ha sido un gran desafío para los estudiantes, pero también ha sido una oportunidad para desarrollar habilidades valiosas como la flexibilidad, la creatividad y la resiliencia.

Para el modelo transaccional ecológico, la adaptación es un proceso dinámico que refleja la capacidad de los individuos para gestionar sus recursos internos y externos.

Esto implica un equilibrio basado en un contexto psicosocial particular, permeado por la

cultura. Por lo tanto, la adaptación no es fija y se puede representar como una serie que puede oscilar entre dos polos que se mueven de un nivel superior a otro inferior, así como en términos de adaptación positiva o negativa.

De acuerdo con Barcelata (2018), Para Luthar (2006) la adaptación refleja la capacidad de funcionar dentro de una norma, así como la ausencia de problemas emocionales y conductuales significativos, mientras que para Masten y Obradovic (2006) es un fenómeno multidimensional y evolutivo en el que también están involucrados las habilidades. El éxito en algunas tareas de desarrollo en un período y tareas futuras en otro período o etapa, incluso en un nuevo dominio, también son indicadores de adecuación. Se dice que las competencias y los síntomas están relacionados en y con el tiempo. El éxito o el fracaso en las tareas de desarrollo en múltiples dimensiones pueden operar en cascada, de modo que los dominios problemáticos pueden conducir a problemas de adaptación en otros dominios. En el lenguaje cotidiano, la adaptación implica presentar un comportamiento relativamente bueno (Rutter, 2012a), o hacerlo, lo que dependerá del contexto en el que se desenvuelva el adolescente (Masten, 2001). Desde esta perspectiva, un adolescente puede adaptarse mejor en un contexto que en otro y es competente en algunos dominios y no en otros, que a su vez pueden variar con el tiempo. Un adolescente puede exteriorizar problemas de adaptación en el ámbito familiar, con algunas limitaciones en la dimensión social y con otros ámbitos como la escuela y las relaciones con los compañeros, reflejando una adaptación positiva. La adaptación implica ajustes tanto internos como externos debido a los procesos transaccionales implícitos entre adolescentes y demandas ambientales, tanto normativas, es decir, propias de la adolescencia como implícitas en procesos de desarrollo "normales" o no normativos, cosas que no se esperan o suceden con frecuencia en esta etapa, que pueden ser una fuente de estrés. Cuando este equilibrio se altera, tienden a surgir una serie de comportamientos, no siempre directamente observables, que afectan el equilibrio interno del adolescente, por lo que se denomina internalizadas (Achenbach, 2013). La conducta implica sentimientos y cogniciones que dan lugar a malestares emocionales como ansiedad, temor, miedo, depresión, entre otros, reflejando problemas de adaptación relacional que afectan a los demás, que se pueden observar, como robar, golpear, mentir, asociados a la conducta antisocial. Por tanto, incluso en estos casos es

difícil determinar qué comportamientos pueden considerarse adaptados o desadaptados, ya que dependerán del contexto en el que se produzca el comportamiento y de otros elementos como su frecuencia, duración e intensidad.

Sin embargo, hay situaciones que parecen exceder los recursos de la adolescencia, por lo que muchos adolescentes sucumben a ellas y no logran adaptarse positivamente. En general, se trata de eventos no normativos que implican estrés, riesgo o adversidad importante, pero algunos jóvenes no solo logran sobrellevarlos, sino que también salen fortalecidos de ellos al vivirlos. Esto condujo a una investigación original en "psicopatología del desarrollo" que acuñó el término "resiliencia" para describir conductas o resultados positivos de los adolescentes a pesar de situaciones estresantes, riesgosas y adversas que eran contrarias a las predicciones (Garmezy, 2002; Rutter, 1987; Werner & Smith, 1992).. El término resiliencia se ha utilizado como la capacidad que tienen los niños y adolescentes para adaptarse positivamente a pesar de la adversidad, el riesgo o el estrés. Por ello, algunos autores como Luthar (2006) y Masten (2014) lo consideran un constructo superior de adaptación. Rutter (2013) señala que es importante considerar que la resiliencia implica comportamientos antes o después de un riesgo significativo. En el primer caso, se puede hacer referencia al perfil o condición de una persona que le hace responder positivamente a una situación de riesgo (entiéndase también recursos). En el segundo caso, será la adaptación como producto de un proceso que puede ser evaluado transversalmente, con metodologías sensibles y estadísticas robustas, dice Masten (2014).

El modelo de desafío sugiere que los eventos estresantes pueden reforzar los patrones de afrontamiento a través del desarrollo de competencias si los recursos disponibles para el individuo se perciben como suficientes para abordar el "desafío". Esto parece tener un gran poder explicativo ya que involucra la percepción del estrés y los procesos de afrontamiento como resultado o resultados de la adaptación o mala adaptación, aunque ambos han contribuido al estudio de la resiliencia.

La vulnerabilidad se refiere a las condiciones personales o contextuales que refuerzan las consecuencias negativas de un riesgo (Luthar, 2006). Hay personas que, según sus condiciones, internas o externas, pueden ser más o menos vulnerables, por lo que no se puede hablar de invulnerabilidad. En este sentido, la adolescencia como etapa

“vulnerable” tiene sus riesgos, algunos de los cuales pueden ser modificados por una serie de otros factores o condiciones, como el apoyo familiar y social (Gómez & McClaren, 2006), así como los recursos personales, como el Aprendizaje de habilidades de afrontamiento (Rutter, 2007), la autoeficacia (Bandura, 2009), la regulación emocional (Gross, 2013), entre otras, que promoverán la adaptación y la resiliencia. Durante la adolescencia, existen factores biológicos (por ejemplo, procesos hormonales), psicológicos (por ejemplo, anticipación y planificación) y contextuales (por ejemplo, influencia de los pares) que pueden aumentar la vulnerabilidad y, con ellos, el riesgo en la adolescencia, aumentando la probabilidad de los cambios en las trayectorias de los adolescentes. con resultados negativos como el suicidio, la esquizofrenia o la anorexia. Cada vez hay más pruebas (p. ej., Costa et al., 2005; Haglund y Fehring, 2010; Jaffee, Caspi, Moffit, Polo-Tomás y Taylor, 2007; Pinkerton y Dolan, 2007) de que el desarrollo adolescente representa una variación, dependiendo de una combinación de condiciones internas y externas, algunas de las cuales aumentan el potencial negativo de las condiciones de riesgo. El papel que desempeñan estas situaciones en el desarrollo de los adolescentes se puede entender mejor considerándolas como normativas o no normativas debido a su probabilidad de ocurrir en una etapa del ciclo de vida (McGoldrick & Carter, 2003; Seiffge-Krenke, 1998). Se denominan situaciones o eventos normativos porque tienden a formar parte de una etapa particular del ciclo de vida y se asocian con tareas de desarrollo durante la adolescencia. Esto hace que tales eventos sean predecibles y la mayoría de los adolescentes pueden manejarlos con éxito (Compas, David, Forsythe y Wagner, 1987). Algunos ejemplos son: cambios corporales, transición de una clase a otra, cambios relacionados con los padres, sin embargo, estos pueden ser percibidos negativamente y estresantes. Sin embargo, su capacidad para causar estrés en los adolescentes depende de variables personales como la percepción de la situación, el control sobre el evento, la autoeficacia para enfrentar dicha situación o evento, entre otras.

La adaptación es la capacidad de adaptación interna y externamente a situaciones estándar y eventos cotidianos menores que no causan un estrés significativo. Pero ¿qué sucede cuando los adolescentes tienen que enfrentar eventos no normativos, situaciones

adversas crónicas o situaciones con riesgos significativos?, con mayores desafíos y esfuerzos para mantener comportamientos adaptados al contexto relacionados con factores propios de los adolescentes. La resiliencia se denomina adaptación positiva, pero en situaciones de adversidad, estrés, riesgo significativo o ambos, puede ser más variada e incluso más compleja que la adaptación a condiciones normales.

Esto es tanto adaptación como resiliencia, que son de naturaleza multidimensional y multifactorial, cambiando o manifestándose de diferentes maneras bajo diferentes circunstancias y dominios, incluso cuando se trata del mismo. (Luthar & Barack, 2000). Es claro que ambos representan procesos complejos que no siempre es posible observar directamente, especialmente la resiliencia. Esto se debe a la necesidad de medidas de adaptación, como la identificación de estrés, adversidad o riesgo significativos. Resultó ser el más apropiado para medir ambas variables.

Paralelamente, afrontamiento, abordajes y producción (Barcelata, Durán, & Lucio, 2012; Santiago, Etter, Wadsworth, & Raviv, 2012), personalidad (Barcelata, Luna & Granados, 2013; Maddi, 2006) y apoyo familiar (Pinkerton & Dolan, 2007; Seiffge-Krenke & Pakalniskiene, 2011), prácticas de crianza activa (Smokowski, Bacalao, Cotter & Evan, 2015) o apoyo social comunitario (Barrera & Prelow, 2000; Repetti, Taylor & Seeman, 2002); no solo promueve la adaptación positiva a las condiciones normales de los adolescentes, sino que también ayuda a reducir los efectos negativos del estrés y las situaciones de riesgo.

Bernar (2004) señala que las circunstancias de riesgo predicen del 20 al 49% de los problemas de desarrollo, mientras que los factores protectores aumentan su poder predictivo entre un 40 y un 70%. Si queremos evaluar la adaptación más allá de las situaciones normales y cotidianas, no solo es importante identificar los factores involucrados, sino también evaluar las condiciones de riesgo, estrés, adversidad o ambas y es importante para departir de Resiliencia (Rutter, 2013).

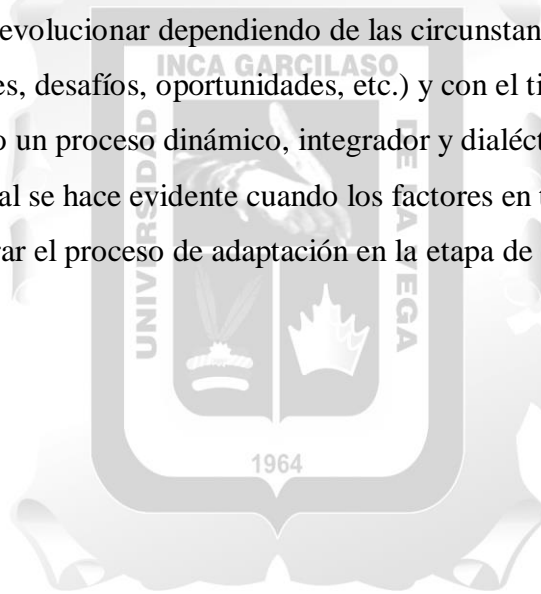
Desde los orígenes de la investigación sistemática sobre adaptación y resiliencia (Garmezy, 1991; Masten et al., 1998; Masten et al, 1998; Masten, Bestm & Garmezy, 1990; Rutter, 2002; Werner & Smith), los hallazgos señalan las Variables que Contribuyen al Desarrollo del Adolescente Contribuyen a la Adaptación a Situaciones

Normativas y comunes, así como No Normativas y Adversas a Situaciones Personales, Proximales y Distales, operando en una constante de inseguridad y apoyo.

En este contexto, la definición de resiliencia de Masten y Coastworth (1998) tiene sentido como un proceso de adaptación positiva en presencia de situaciones significativas de riesgo o adversidad o eventos vitales estresantes.

En resumen, el desarrollo adolescente se caracteriza por la adaptación a condiciones normativas o comunes, adaptación positiva a situaciones no normativas o peligrosas, estrés, críticas (resiliencia), y cognitivas y psicológicas. Es un proceso que involucra la adaptación, incluyendo el desarrollo de potencial y puntos fuertes. Un recurso social que contribuye al desarrollo óptimo de los adolescentes más allá de la “adaptación normal”. Esto significa que la adaptación puede tomar muchas “formas y niveles” interrelacionados y evolucionar dependiendo de las circunstancias (normas, tensiones, riesgos, adversidades, desafíos, oportunidades, etc.) y con el tiempo.

La adaptación como un proceso dinámico, integrador y dialéctico entre los sistemas personal y contextual se hace evidente cuando los factores en todos los niveles se combinan para alterar el proceso de adaptación en la etapa de adolescencia.



3CAPÍTULO III: FUNDAMENTACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

3.1 TEORIA Y LA PRACTICA EN EL DESEMPEÑO PROFESIONAL

El escenario educativo ha experimentado cambios drásticos debido a la pandemia de COVID-19, los estudiantes de primero de Secundaria han sido especialmente afectados por la transición a la educación remota. Adaptarse a este nuevo entorno educativo y manejar las dificultades emocionales y sociales asociadas puede ser un desafío significativo para los alumnos. En este informe se destaca la importancia de la intervención psicológica en el desarrollo de habilidades sociales, con el objetivo de fomentar la adaptación de los estudiantes de primero de Secundaria durante la pandemia.

Teoría:

La teoría del desarrollo socioemocional de Erik Erikson ofrece un marco valioso para comprender cómo los estudiantes de primer año de Secundaria pueden adquirir habilidades sociales durante la temporada de pandemia. Según Erikson, en este momento crítico los aprendices enfrentan la crisis de "identidad vs. confusión de roles". La intervención psicológica puede ser de ayuda para que los estudiantes exploren y desarrollen una identidad social sólida, establezcan relaciones significativas con sus compañeros y enfrenten los desafíos de la educación a distancia con confianza y adaptabilidad.

La teoría del desarrollo social de Vygotsky enfatiza la relevancia de la interacción social en el desarrollo cognitivo y emocional de las personas. Vygotsky sostiene que el aprendizaje y el crecimiento se producen mediante la participación en actividades sociales. La intervención psicológica puede aplicar este enfoque para promover el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes de primer año de Secundaria durante la pandemia.

La teoría del aprendizaje social de Bandura argumenta que las personas aprenden mediante la observación y la imitación de modelos. La intervención psicológica puede aplicar este enfoque para ofrecer a los estudiantes modelos positivos de habilidades sociales, tanto en entornos virtuales como en situaciones presenciales limitadas.

Práctica Profesional:

Durante la temporada de pandemia, la intervención psicológica dirigida al desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes de primero de Secundaria puede adoptar una metodología secuencial o por fases:

Estudio de Investigación

Es necesario llevar a cabo una investigación para comprender las necesidades particulares de los estudiantes e identificar las habilidades sociales fundamentales que deben ser cultivadas para promover su adaptación en el entorno educativo a distancia durante la pandemia. Este estudio puede involucrar encuestas, entrevistas y observaciones con el fin de recopilar datos relevantes.

Existen numerosas investigaciones que respaldan la relevancia de la intervención psicológica en el desarrollo de habilidades sociales durante la temporada de pandemia. En un estudio de largo plazo realizado por García-Viniegra(2022), se descubrió que los estudiantes que se involucraron en programas de intervención psicológica enfocados en el desarrollo de habilidades sociales durante la pandemia experimentaron una mejora significativa en su capacidad de adaptación y mostraron una mayor satisfacción en sus relaciones sociales.

Análisis:

Es necesario llevar a cabo una evaluación integral de las habilidades sociales de los estudiantes, con el fin de identificar tanto sus puntos fuertes como las áreas en las que pueden mejorar. Esto puede lograrse mediante la aplicación de cuestionarios estandarizados, la realización de entrevistas individuales y la observación de su comportamiento en situaciones educativas.

La identificación de fortalezas y debilidades es fundamental para diagnosticar las habilidades sociales existentes en los estudiantes y comprender sus necesidades específicas. Esto permite diseñar un plan de intervención efectivo que se ajuste a sus requerimientos particulares.

En el contexto de la educación a distancia, es crucial adaptarse a esta nueva forma de aprendizaje que puede afectar el desarrollo de habilidades sociales. A través del diagnóstico, se puede evaluar cómo los estudiantes se están adaptando al entorno virtual y qué desafíos enfrentan en términos de interacción social en este contexto.

Además, el diagnóstico también brinda la oportunidad de identificar factores de riesgo y protección que pueden influir en el desarrollo de habilidades sociales durante la pandemia. Estos factores incluyen el apoyo familiar, las habilidades de autorregulación emocional y el nivel de participación en actividades sociales virtuales, entre otros.

Proceso de diagnóstico

Entrevistas: Es posible llevar a cabo entrevistas individuales con los estudiantes con el objetivo de indagar sobre sus vivencias, inquietudes y obstáculos en relación a la adaptación a la educación a distancia y el desarrollo de habilidades sociales.

Asimismo, se pueden emplear encuestas diseñadas específicamente para evaluar las habilidades sociales y el bienestar emocional de los estudiantes. Estos instrumentos ofrecen una perspectiva objetiva de las áreas en las que presentan fortalezas y debilidades.

Observaciones: Observar directamente a los estudiantes en situaciones de interacción social, tanto en entornos virtuales de clases como en contextos sociales restringidos, puede brindar datos significativos sobre su conducta social, habilidades de comunicación y aptitudes para resolver conflictos.

Evaluación del entorno: Resulta fundamental evaluar el contexto en el que los estudiantes participan e interactúan socialmente, incluyendo el entorno virtual de aprendizaje y las dinámicas familiares. Esta evaluación nos permite comprender cómo estos factores pueden afectar el desarrollo de habilidades sociales.

Además, es importante recopilar información adicional a través de la retroalimentación de los padres y los docentes sobre el comportamiento de los estudiantes en el hogar y su desempeño durante las clases a distancia.

Planificación:

A partir de los hallazgos obtenidos en la evaluación, es necesario diseñar un plan de intervención para los estudiantes. Este plan debe contar con metas definidas y estrategias específicas orientadas al desarrollo de habilidades sociales, tales como la mejora en la comunicación efectiva, la resolución de conflictos y la empatía.

Elementos clave de la planificación

Establecimiento de objetivos: Es esencial establecer metas concretas y precisas para la intervención, las cuales deben ser alcanzables, evaluables y enfocadas en el desarrollo de habilidades sociales específicas.

Selección de estrategias: Es necesario reconocer y seleccionar estrategias respaldadas por evidencia que sean adecuadas para el contexto de la educación a distancia y las restricciones impuestas por la pandemia. Estas estrategias pueden abarcar la implementación de programas de aprendizaje social y emocional, la utilización de plataformas virtuales para fomentar la interacción social y el fortalecimiento de habilidades de autorregulación emocional.

Individualización: Es imprescindible personalizar la intervención de acuerdo a las necesidades individuales de cada estudiante. Esto implica considerar sus puntos fuertes, dificultades y preferencias, y adaptar las estrategias y actividades en consecuencia. La intervención debe ser personalizada con el fin de fomentar la participación y el compromiso óptimo de los estudiantes.

Colaboración con otros profesionales: Es importante establecer colaboración con otros profesionales, como docentes, consejeros escolares y padres, dentro del proceso de planificación. Esta colaboración facilita una comprensión integral de las necesidades de los estudiantes y asegura una coordinación efectiva de los esfuerzos de intervención en diversos entornos.

Evaluación y ajuste: Es necesario incluir un proceso de evaluación continua en la planificación, con el fin de supervisar el progreso de los estudiantes y realizar adaptaciones según sea requerido. Esto implica recopilar información pertinente, como observaciones de comportamientos sociales, seguimiento del bienestar emocional y retroalimentación de los estudiantes, para evaluar la efectividad de la intervención y realizar ajustes cuando sea necesario.

Beneficios de una planificación efectiva

Enfoque claro y estructurado: La planificación establece un enfoque definido y organizado para la intervención, lo que permite mantener un rumbo claro y garantizar el adecuado abordaje de las habilidades necesarias.

Ejecución:

Asegura la implementación exitosa de las estrategias de intervención, maximizando así el impacto en la adaptación social y emocional de los estudiantes.

Elementos clave de la ejecución:

Aplicación de estrategias: Es necesario llevar a cabo la implementación de las estrategias identificadas en la etapa de planificación. Esto implica la ejecución de actividades y sesiones estructuradas que se enfoquen en el desarrollo de habilidades sociales específicas. Las estrategias deben ajustarse al entorno virtual y a las restricciones impuestas por la pandemia.

Creación de un entorno de apoyo: Es fundamental crear un ambiente de apoyo que estimule la participación y el compromiso de los estudiantes. Esto implica la creación de entornos virtuales seguros donde los estudiantes se sientan cómodos para expresarse, el estímulo de la colaboración y la interacción entre los estudiantes, y la promoción de una comunicación abierta y respetuosa.

Fomento de la motivación y el compromiso: Durante la implementación de la intervención, es importante utilizar estrategias que promuevan la motivación y el compromiso de los estudiantes. Esto implica establecer metas realistas y significativas, reconocer y recompensar los logros, y fomentar la autonomía y la autodeterminación de los estudiantes en su proceso de desarrollo de habilidades sociales.

Uso de técnicas de enseñanza y aprendizaje efectivas: Durante la implementación, es necesario utilizar métodos de enseñanza y aprendizaje adaptados al entorno virtual, que fomenten la participación activa de los estudiantes. Estas técnicas pueden incluir la incorporación de actividades interactivas, juegos de roles virtuales, ejercicios de reflexión y discusiones grupales en línea.

Monitoreo y seguimiento: Durante la implementación, es fundamental llevar a cabo una supervisión constante del avance de los estudiantes y realizar adaptaciones en caso necesario. Esto implica recolectar información pertinente, como la observación de sus comportamientos sociales, el seguimiento de su bienestar emocional y la retroalimentación que proporcionan, para evaluar la efectividad de la intervención.

Los beneficios de la ejecución son los siguientes:

Reducción de la ansiedad y el estrés: La crisis sanitaria ha ocasionado un alto grado de incertidumbre y tensión entre los estudiantes, lo cual puede tener repercusiones en su

desempeño académico y su estado emocional. La intervención psicológica tiene el potencial de disminuir los niveles de ansiedad y estrés, así como de promover el bienestar emocional de los estudiantes.

Mejora en las habilidades sociales: La situación pandémica ha provocado un aislamiento social y una separación física, lo que ha impactado la capacidad de los estudiantes para relacionarse de manera social. La intervención psicológica puede contribuir a mejorar las habilidades sociales de los estudiantes y fomentar la comunicación y la colaboración en equipo.

Fortalecimiento de la resiliencia: La situación de la pandemia ha planteado múltiples desafíos y obstáculos para los estudiantes, lo que puede influir en su capacidad para adaptarse y superar las dificultades. La intervención psicológica puede desempeñar un papel crucial al fortalecer la resiliencia de los estudiantes y mejorar su habilidad para afrontar y superar los retos que se les presenten.

Mejora en el rendimiento académico: La implementación de intervenciones psicológicas puede contribuir a mejorar el desempeño académico de los estudiantes al disminuir los niveles de ansiedad y estrés, así como al fortalecer sus habilidades sociales y su capacidad de resiliencia.

Mayor satisfacción escolar: La implementación de intervenciones psicológicas puede incrementar la satisfacción escolar de los estudiantes al mejorar aspectos como su bienestar emocional y social, su resiliencia y su desempeño académico.

En resumen, la implementación de intervenciones psicológicas para fomentar el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de primero de Secundaria durante la pandemia puede generar una variedad de beneficios importantes que contribuyen al mejoramiento del bienestar emocional, el rendimiento académico y la satisfacción escolar de los alumnos.

3.1.1 ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Rojas y Saldaña(2023) en su investigación titulada “Impacto de las clases virtuales debido al confinamiento por Covid19 en el rendimiento académico y en las habilidades sociales de niños y niñas del quinto año de educación básica regular de las parroquias urbanas y rurales de la ciudad de Cuenca, durante el periodo 2021-2022”, tuvo como

objetivo Analizar el impacto de las clases virtuales debido al confinamiento por Covid19 en el rendimiento académico y en las habilidades sociales de niñas y niños de quinto año de Educación General Básica de las parroquias urbanas y rurales de la ciudad de Cuenca. Así como identificar el rendimiento académico de los niños y niñas de las escuelas urbanas y rurales de Cuenca que recibieron clases virtuales durante el confinamiento. Determinar el desarrollo de las habilidades sociales de los niños de quinto año de Educación Básica regular de las parroquias urbanas y rurales de la ciudad de Cuenca. Correlacionar el efecto de las clases virtuales en el rendimiento académico y en el desarrollo de las habilidades sociales.

Castillo (2022) en su investigación titulada “La educación en tiempo de pandemia, Cambios de metodología y transformación del aula de clase ocasionados por la pandemia de la covid-19 en el periodo del 2020 al 2022 en la institución educativa Nuestra Señora de Belén del municipio de Girón”. Universidad Autónoma de Bucaramanga-Colombia. Tuvo como objetivo describir los cambios de metodología y la transformación del aula de clase ocasionados por la pandemia de la covid-19 en el periodo del 2020 al 2022 en la institución educativa Nuestra Señora de Belén del Municipio de Girón. Así como: Identificar las metodologías usadas en el aula de clase de la Institución Educativa Nuestra Señora de Belén, en tiempo de pandemia, aplicando entrevistas estructuradas a docentes y directivos. Identificar las metodologías que se implementaron en el aula de clase en la institución educativa Nuestra Señora de Belén, en tiempos de pandemia, por medio del análisis de datos obtenidos con la aplicación de entrevistas estructuradas a docentes. Enumerar los alcances obtenidos de las metodologías implementadas en el periodo del 2020 al 2022, logrando un precedente institucional en la Institución educativa Nuestra Señora de Belén, a partir de los resultados de entrevistas estructuradas aplicadas a estudiantes.

Freire y Molina (2022) en su investigación “Implicancias de la Educación Virtual en estudiantes entre 12 a 14 años en el contexto ecuatoriano de pandemia por Covid19”, que tuvo como objetivo conocer las implicancias de la educación virtual y el desarrollo de las habilidades en los estudiantes de educación básica superior que están entre los 12 y 14 años, en un contexto de pandemia por COVID-19 en Ecuador.

Haliw (2022) en su investigación titulada “Influencia de la Pandemia en la continuidad del aprendizaje de los estudiantes y en el abordaje docente”, Pontificia Universidad Católica Argentina, tuvo como objetivo explorar sobre las influencias en las variables que actúan como un factor influyente en la continuidad de los aprendizajes en los alumnos del sexto y séptimo grado de los distintos establecimientos educativos. Evaluar la influencia y el acompañamiento de los docentes y padres frente a la nueva metodología de enseñanza-aprendizaje.

Montesdeoca y Gómez (2021) en su investigación titulada “Educación virtual y consecuencias socioemocional experimentadas por jóvenes ecuatorianos y chilenos en torno a la educación virtual”, Universidad del Azuay, tuvo como objetivo describir consecuencias socioemocionales experimentadas por jóvenes ecuatorianos y chilenos frente a la educación virtual, discutiendo las implicancias en el desarrollo socioemocional a causa de la COVID19. Los participantes fueron estudiantes entre los 12 y 14 años de edad de instituciones públicas y privadas.

Menay y Rojo (2021) en su investigación titulada “El impacto de clases virtuales en el aprendizaje de niños y niñas en situación de vulnerabilidad durante la pandemia”, Universidad Academia de humanismo cristiano-Chile, tuvo como objetivo Analizar los factores que influyen en el aprendizaje de los niños y niñas de primer año básico en escuelas en situación de vulnerabilidad. Identificar factores socioculturales, emocionales y socioeconómicos. Distinguir los factores que influyen en el aprendizaje de los niños. Verificar el impacto de estos factores en el aprendizaje. Describir cómo responden los profesores frente a diferentes situaciones en pandemia con los estudiantes de primer año básico.

Balseca(2021) en su investigación titulada “Nivel de habilidades sociales y riesgo socioemocional en tiempos de pandemia en los estudiantes de octavo año de EGB a tercero de BGU de la Unidad Educativa Liceo Libanés de la ciudad de Guayaquil, en el periodo académico 2021-2022”, tuvo como objetivo Identificar el nivel de habilidades sociales y riesgo socioemocional en tiempos de pandemia en los estudiantes de octavo año de EGB a tercero de BGU de la Unidad Educativa Liceo Libanés de la ciudad de Guayaquil, en el periodo académico 2021-2022. Establecer el nivel de habilidades sociales básicas, avanzadas y relacionadas con los sentimientos de los estudiantes de

décimo de EGB a tercero de BGU de la Unidad Educativa “Liceo Libanés”. Identificar el nivel de Habilidades sociales alternativas, para hacer frente al estrés y de planificación de los estudiantes de décimo de EGB a tercero de BGU de la Unidad educativa “Liceo Libanés”. Determinar si los estudiantes de décimo de EGB a tercero de BGU de la Unidad educativa “Liceo Libanés” presentan o no riesgo socioemocional en tiempos de pandemia.

Alomoto y Ordóñez (2021) en su investigación titulada “Teoría de las habilidades sociales en estudiantes”, Universidad Central del Ecuador, tuvo como objetivo Analizar las teorías de las habilidades sociales en los adolescentes. Explicar las habilidades sociales desde la teoría de Caballo, Detallar las habilidades sociales desde la teoría de Arnold Goldstein, Especificar teorías que aportaron al desarrollo de las habilidades sociales, Contrastar la teoría de Caballo y la de Goldstein con la perspectiva de las investigadoras.

Dávila (2020) en su investigación titulada “Actividades docentes online y el desarrollo de la empatía en la fase de aislamiento de la pandemia Covid19”, Universidad Técnica de Ambato – Ecuador, tuvo como objetivo Investigar las actividades docentes online y el desarrollo de la empatía en la fase de aislamiento de la pandemia Covid19. Como objetivos específicos fue determinar las actividades online que aplican los docentes para el desarrollo de la empatía en la fase de aislamiento de la pandemia Covid19.

Aguirre (2019) en su investigación titulada “Habilidades sociales y su influencia en las relaciones interpersonales en los alumnos de 6to grado de educación básica de la escuela fiscal ‘Cuarto Centenario ‘en el periodo lectivo 2017-2018”, Universidad Nacional de Loja-Ecuador, tuvo como objetivo Diseñar un programa de actividades JAHSO que contribuyan a fortalecer las habilidades sociales en los alumnos de 6to grado de educación básica de la escuela fiscal “Cuarto centenario”.

3.1.2 ANTECEDENTES NACIONALES

De acuerdo con la investigación de Salas(2022) Titulada “Educación virtual y habilidades sociales en alumnos de secundaria de una institución educativa del distrito de Ate, Lima, 2022”, tuvo como objetivo determinar la relación entre la educación virtual y las habilidades sociales en los alumnos del nivel secundario de una institución

educativa del distrito de Ate, Lima durante el año 2022, en la misma se plasmaron los objetivos específicos: Describir la relación entre la educación virtual y la asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones de los alumnos de nivel secundaria de una institución educativa del distrito de Ate, durante el año 2022.

De acuerdo con la investigación de Beteta (2022) titulada “Pandemia covid19 y su influencia en el desarrollo emocional en los estudiantes del 4to grado de primaria Institución educativa Luis Fabio Xammar Santa María”, tuvo como objetivo demostrar de que manera la pandemia Covid19 influye en el desarrollo emocional en los estudiantes del 4to grado de primaria de la Institución educativa Luis Fabio Xammar Santa María, 2021.

De acuerdo con la investigación de Saldaña (2022) Titulada “Adaptación conductual y estrés de pandemia en estudiantes de secundaria que realizan clases virtuales en una Institución pública de Mazamari”, tuvo como objetivo determinar la relación entre adaptación conductual y el estrés de pandemia en estudiantes de quinto grado de secundaria que realizan clases virtuales en una Institución pública de Mazamari.

De acuerdo con la investigación de Castillo (2022) Titulada “Propuesta de habilidades sociales para mejorar la adaptación de conducta en adolescentes de una institución educativa de Trujillo, 2022” tuvo como objetivo el diseño de una propuesta de programa de habilidades sociales para mejorar la adaptación de conducta en adolescentes de una institución educativa de Trujillo 2022; realizándose una investigación de tipo descriptivo-propositivo, su población estuvo conformada por 33 alumnos de secundaria de una institución educativa de Trujillo, cuyas edades oscilan entre los 14 y 15 años.

Para la recolección de datos se aplicó el Inventario de adaptación de Conducta (IAC), de autoría de De la Cruz y Cordero (1981), adaptada por Girón en el 2018. Los resultados evidenciaron niveles bajos de Adaptación General con un 48.5%, seguido del nivel medio con el 42.4% y el nivel alto con el 9.1% de los adolescentes. En relación con las áreas, tres de ellas se ubicaron en el nivel bajo: la adaptación personal obtuvo un 63.7% la adaptación familiar un 48.5% y la adaptación social un 84.8%; por el contrario, la adaptación escolar muestra predominancia en el nivel alto con un 36.4%. De esta manera se elaboró un programa de habilidades sociales para mejorar la adaptación de conducta, conformado por 16 sesiones y fundamentado en el modelo teórico de Goldstein.

De acuerdo con la investigación de Oviedo y Palomino (2022) Titulada “Habilidades sociales y ansiedad social debido al confinamiento por Covid-19 en universitarios, Arequipa 2021”. Universidad Católica San Pablo. Tuvo como objetivo determinar si existe relación entre el nivel de habilidades sociales y el grado de ansiedad social en universitarios durante las clases virtuales del periodo 2021-II debido al confinamiento por covid-19. Así como determinar el nivel de habilidades sociales en universitarios durante las clases virtuales del periodo 2021-II debido al confinamiento por covid-19, Arequipa,2021. Establecer el grado de ansiedad social en universitarios durante las clases virtuales del periodo 2021-II debido al confinamiento por covid-19, Arequipa 2021.

De acuerdo con la investigación de Yunguri y Choque (2021) Titulada “La educación virtual como medio de aprendizaje en tiempos de Covid19 en la Unsaac-Cusco,2021, tuvo como objetivo analizar la educación virtual como medio de aprendizaje en tiempos de Covid19 en la Unsaac-Cusco,2021. Caracterizar las estrategias virtuales de enseñanza-aprendizaje que se practican en tiempos de Covid19 en la Unsaac-Cusco. Describir como perciben los alumnos y profesores la educación virtual en tiempos de Covid19 en la Unsaac-Cusco.

De acuerdo con la investigación de Condori y Incacutipa (2021) Titulada “Social familiar y habilidades sociales en estudiantes de I.E.S Simón Bolívar durante la pandemia por Covid-19, san miguel 2021” tuvo como objetivo Determinar la relación entre el clima social familiar y habilidades sociales en estudiantes de I.E.S. Simón Bolívar durante la pandemia por Covid19, San Miguel 2021.

De acuerdo con la investigación de Barrientos, Gómez, Raymondi, Rosales, Vega (2020) titulada “Habilidades sociales en los estudiantes de educación primaria de una institución pública de Santiago de surco” tuvo como objetivo determinar el nivel de las habilidades sociales en los estudiantes del tercer grado de la I.E. Aplicación IPNM, distrito de Santiago de Surco-Ugel 07.

De acuerdo con la investigación de Cieza y Juárez (2020) Titulada “Habilidades sociales y resiliencia en adolescentes de 1ro a 5to de secundaria de una i.e. pública del distrito de baños del inca de Cajamarca” tuvo como objetivo Determinar la relación

entre las habilidades sociales y la resiliencia de los adolescentes de 1ro a 5to de secundaria de una I.E, del Distrito de Baños del Inca Cajamarca.

De acuerdo con la investigación de Chávez (2019) titulado “Habilidades sociales y relaciones interpersonales de estudiantes del 2º grado de secundaria de una institución educativa de Julcán 2019.” Tuvo como objetivo Determinar la relación que existe entre las Habilidades sociales y las relaciones interpersonales de estudiantes del 2º grado de secundaria de una institución educativa de Julcán de La Libertad en el 2019. Así como identificar el nivel de relaciones interpersonales, Determinar la relación de las habilidades sociales y la inclusión en las relaciones interpersonales de estudiantes.

3.1.3 ACCIONES, METODOLOGÍAS Y PROCEDIMIENTOS

De acuerdo con el plan operativo institucional del centro Educativo, el área del consultorio psicopedagógico tiene como objetivo de observar las diferentes conductas problemas para poder identificarlos, evaluarlos, diagnosticarlos y generar las recomendaciones más pertinentes para su recuperación. Así mismo tratar de prevenir situaciones que alteren o generen dificultades en el entorno virtual y de esta manera puedan alterar el normal desarrollo de las clases de los alumnos en general. Así mismo, el propósito se ha prestado atención a la problemática que han presentado los docentes en sus diferentes niveles, para los cuales se ha realizado funciones de evaluación diagnóstico e intervención. Se desarrolló las siguientes funciones:

Realizar la Observación y entrevista psicológica

Tener un registro de las conductas problemas por alumno y grado de estudios

Realizar las evaluaciones psicológicas de manera integral de acuerdo a la problemática presentada por los alumnos

Realizar los informes psicológicos de los casos psicológicos atendidos

Sugerir al personal docente las diferentes estrategias de intervención que pueden realizar para solucionar los problemas que se presentan dentro de aula y en el proceso enseñanza-aprendizaje.

Realizar la orientación y consejería psicológica para solucionar los problemas que presentan los alumnos en el aula virtual y poder motivarlos para una mayor participación, tanto para los problemas de conducta como para los problemas emocionales.

Atender la problemática que presenta el personal docente a nivel socioemocional que afecte sus labores cotidianas en el aula virtual

Realizar orientaciones a los padres de familia de los alumnos que presentan problemas de conducta y problemas emocionales que interfieren en su participación en el aula virtual.

Brindar atención individualizada a los alumnos problemas de manera reiterativa en su desempeño en el aula virtual

Realizar un reforzamiento en el uso de las herramientas virtuales para los docentes en general

Realizar un programa de intervención socioemocional para los docentes que muestren problemas ansiosos, depresivos y de salud.

3.1.4 PROGRAMAS DESARROLLADOS EN EL EJERCICIO PROFESIONAL

•NOMBRE DEL PROGRAMA

“Intervención de la psicología en el desarrollo de las habilidades sociales para la adaptación de alumnos de 1ro. de secundaria en temporada de pandemia de la I.E Alfred Nobel 2020”

•JUSTIFICACIÓN

La pandemia por el COVID-19 ha tenido un gran impacto en la vida de las personas en todo el mundo, generó un cambio en los seres humanos por las medidas que se tuvieron que adoptar para su vida diaria como el confinamiento y el distanciamiento social, así como la pérdida de seres queridos que gran parte de la población sufrió.

En los estudiantes, el cierre de colegios y el cambio considerable con el aprendizaje a distancia crearon situaciones estresantes para los jóvenes, lo que genera problemas de salud mental como ansiedad, depresión y aislamiento social.

La salud mental es un aspecto importante del bienestar de los estudiantes, ya que afecta directamente la capacidad de los mismos para aprender, relacionarse con los demás y alcanzar los objetivos educativos. Por ello, es importante prestar atención a la salud mental de los estudiantes afectados por la pandemia, especialmente aquellos que tienen dificultades para adaptarse al cambio y tienen problemas con el desarrollo de sus habilidades sociales.

Adecuarse a un nuevo grado, nueva escuela o nuevos compañeros de clase ya puede ser complicado para los estudiantes, sin embargo, la pandemia ha hecho que esta transición sea aún más compleja. Los sentimientos de aislamiento experimentados por la situación afectan la capacidad de los alumnos para formar relaciones significativas con compañeros de clase y profesores ya que la ausencia de diálogos presenciales fue motivo para no generar vínculos que generen confianza y es aquí el momento en que los adolescentes comienzan a establecer relaciones más profundas con sus compañeros de estudio.

Además, el aprendizaje remoto ha traído desafíos únicos para todos, tanto profesores como estudiantes y los padres de familia que debieron adecuarse a este cambio de vida. Algunos lucharon por mantenerse enfocados y motivados en el entorno de aprendizaje en línea, mientras que otros experimentaron dificultades técnicas o tuvieron que equilibrar las exigencias de la escuela con las responsabilidades familiares, así como los diferentes temas internos que tuvieron en casa, muchos no contaban con las herramientas, como computadores en casa para el trabajo de los padres y para el horario escolar de los alumnos, tuvieron preocupaciones adicionales de todo tipo. Todo esto puede aumentar sus niveles de estrés y ansiedad e impactar negativamente en su salud mental.

Es importante prestar atención a la salud mental de los estudiantes afectados por la pandemia. Los maestros y el personal del centro educativo deben estar alertas a las señales que puedan presentar los alumnos y brindar recursos y apoyo según sea necesario. De igual manera se hizo presente de forma recurrente a los estudiantes que podían contar con un apoyo emocional continuo con los consejeros escolares o los profesionales de la salud.

En conclusión, la salud mental de los estudiantes es un aspecto importante que se debió considerar, especialmente durante la pandemia.

De manera profesional se investigó los problemas importantes que se generaron debido a esta nueva realidad que se vivió de manera global y a nivel escolar, tanto para alumnos como docentes y padres de familia, ya que ellos fueron la base para mantener el equilibrio en los adolescentes y seguir de cerca su desarrollo en cuanto habilidades sociales a través de la tecnología, su interacción con compañeros y profesores, como

manejaban su nivel de estrés y ansiedad relacionados con el aprendizaje a distancia y cómo se adaptan a los cambios en la estructura y el formato de aprendizaje.

El análisis y seguimiento en este campo pudo ayudar a los educadores a desarrollar estrategias efectivas para apoyar a los estudiantes durante este proceso difícil, incluida la identificación de herramientas y técnicas que pueden ayudar a los estudiantes a que promuevan las habilidades adaptadas.

En resumen, la investigación sobre habilidades sociales y adaptación de los estudiantes que comienzan la escuela secundaria en Pandemia Covid-19 es muy importante para comprender y satisfacer las necesidades de los estudiantes en este contexto y ayudar a garantizar que estén preparados para el triunfo en la escuela y en la vida.

La pandemia ha tenido un gran impacto en la educación de los estudiantes de todo el mundo, especialmente en los alumnos con transición a la secundaria estudiando a distancia por las circunstancias sanitarias ya que para muchos tiene un valor significativo dado que resalta saber que son sus últimos años de preparación para culminar su etapa colegial y la incertidumbre generada ha ocasionado que no todos los alumnos reaccionen de la misma manera. En esta situación, tanto los estudiantes como los educadores necesitaban una adaptación rápida y continua.

Las habilidades sociales incluyen la capacidad de comunicarse de manera efectiva, resolver problemas, trabajar como equipo, expresar emociones de manera saludable y construir una relación positiva como segura. Los estudiantes con habilidades sociales sólidas enfrentan los desafíos de la vida y están listos para lograr sus propósitos.

En última instancia, este trabajo tiene como objetivo brindar a los maestros y al personal escolar información útil sobre cómo asistir a los estudiantes a adaptarse al desafiante entorno de aprendizaje en medio de una pandemia, esto puede incluir programas que promuevan la conexión social entre los estudiantes y programas que brinden a los educandos apoyo emocional y psicológico.

•OBJETIVOS DEL PROGRAMA

Promover el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes, como la comunicación efectiva, la empatía, la resolución de conflictos y el trabajo en equipo.

Identificar y abordar los problemas de adaptación social que puedan estar afectando a los estudiantes, como la timidez, la ansiedad social, la falta de autoestima o la dificultad para formar relaciones sociales.

Fomentar un ambiente escolar positivo y acogedor que promueva la inclusión y el respeto por los demás.

Ofrecer herramientas y estrategias prácticas para mejorar las habilidades sociales y la adaptación, como practicar las habilidades de comunicación, fomentar las actividades grupales y aumentar la confianza en sí mismo y la autoestima.

Evaluar el progreso de los estudiantes y adaptar las intervenciones en función de sus necesidades específicas.

• **OBJETIVO GENERAL - OBJETIVO ESPECIFICO**

Fortalecer las habilidades sociales y acompañar en el proceso de adaptación a los alumnos en la nueva modalidad a distancia por motivos de pandemia por COVID 19.

• **POBLACIÓN / SECTOR AL QUE SE ATENDIÓ**

Adolescentes 12-14 años de la I.E Alfred Nobel.

• **TIEMPO DE DESARROLLO DEL PROGRAMA**

1 año – 2020

• **TEORÍAS**

Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura, las personas aprenden al observar y imitar a modelos. En el caso de la intervención de la Psicología en el desarrollo de habilidades sociales, se puede aplicar este enfoque al proporcionar a los estudiantes modelos positivos de comportamiento social. Esto puede ocurrir tanto en entornos virtuales como en situaciones presenciales restringidas.

La Teoría del Desarrollo Moral de Lawrence Kohlberg sugiere una progresión de etapas en el desarrollo moral de las personas. En el contexto de la intervención psicológica, se

puede aplicar esta teoría para promover el desarrollo de habilidades sociales relacionadas con la empatía, el respeto mutuo y la toma de decisiones éticas. Estas habilidades contribuyen a la adaptación de los estudiantes en situaciones desafiantes, como la pandemia.

La Teoría de la Autorregulación de Albert Bandura plantea que las personas pueden regular su propio comportamiento y adaptarse a situaciones cambiantes mediante la autorreflexión, la planificación y el establecimiento de metas. En el contexto de la intervención psicológica, se puede aplicar esta teoría para ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades de autorregulación emocional y social. Estas habilidades les permiten adaptarse y afrontar los desafíos que surgen durante la pandemia.

La Teoría del Apego de John Bowlby se enfoca en la relevancia de las relaciones afectivas en el desarrollo socioemocional de las personas. En el contexto de la intervención psicológica, se puede aplicar esta teoría para fortalecer los lazos emocionales de los estudiantes. Esto implica fomentar relaciones de apoyo con sus compañeros, padres y profesores, lo que contribuye a su adaptación durante períodos de pandemia.

•RECURSOS

Computadora

Biblioteca

Biblioteca digital

Google Meet

•ACTIVIDADES DESARROLLADAS

SESIÓN N° 01: “Adaptarnos a la educación virtual en temporada de Pandemia ”

Fecha: Abril 2020

Ambiente: Google meet

Objetivo:

Brindar información mediante una charla informativa de acuerdo a la nueva metodología de estudio y la importancia de adaptarse a la educación de manera virtual para continuar con su proceso de aprendizaje.

Promover la actitud positiva para aprovechar al máximo esta metodología.

Guiar acerca de las herramientas digitales disponibles para compartir en las clases virtuales, realizar preguntas, contribuir con ideas para trabajar en equipo.

Impulsar a los estudiantes a seguir desarrollándose y creciendo a pesar de las dificultades que se puedan presentar.

La relevancia de comprender y aceptar las ideas y actitud de los demás miembros del grupo como parte de la convivencia.

Proponer el establecimiento de normas y reglas de convivencia dentro del grupo.

Conocer características personales de los compañeros de la clase.

Crear nuevos acercamientos entre los miembros del grupo. -Crear un clima de confianza.

FASES	TIEMPO	ESTRATEGIAS	PROCEDIMIENTO	MEDIOS Y MATERIALES	RESPONSABLES
PRESENTACION	2'	Individual	Se comenzó con la presentación de la psicóloga, así mismo se dio la bienvenida a los alumnos y se hizo conocer el objetivo de la charla.	Google meet	Psicólogo
DINÁMICA	10'	Dinámica Grupal	Se invito a los alumnos a presentarse y conocer a los nuevos ingresantes a la Institución educativa		Alumnos
TEMA DE DESARROLLO	15'	Exposición	La psicóloga mediante una exposición explicó a los miembros del grupo acerca de la importancia de desarrollar la capacidad de comprensión para una mejor integración en grupo con esta nueva modalidad de estudio. Cabe resaltar la importancia de las normas y reglas de convivencia.		Psicólogo
CONCLUSIONES	10'	Lluvia de ideas	Los participantes con apoyo del expositor llegaron a conclusiones del por qué es necesario quedarse en casa y adaptarse a esta convivencia de manera a		Psicólogo

			distancia con el fin de evitar la propagación de esta enfermedad y cuidarse de programar este virus.		
TAREAS Y CIERRE	3'	Exposición	Despedida cordial a los estudiantes hasta la siguiente sesión.		Psicólogo



SESIÓN N° 02: “Manejo de las habilidades sociales en la educación a distancia”

Fecha: Mayo 2020

Ambiente: Google meet

Objetivo:

Comprender la importancia de las habilidades sociales en la educación a distancia y cómo pueden complementarnos a tener una mejor experiencia de aprendizaje.

Detectar las habilidades sociales que son importantes en la educación a distancia, como la capacidad de escuchar activamente, expresarse claramente y ser respetuosos con los demás.

Reforzar nuestras habilidades sociales mediante el aprendizaje y la práctica de técnicas y estrategias específicas que nos ayudarán a interactuar mejor con nuestros compañeros y maestros en línea.



FASES	TIEMPO	ESTRATEGIAS	PROCEDIMIENTO	MEDIOS Y MATERIALES	RESPONSABLES
PRESENTACIÓN	10'	Lluvia de ideas Retroalimentación	<p>Bienvenida a los alumnos, se les dio a conocer el objetivo de la sesión.</p> <p>La psicóloga realizó preguntas sobre la sesión anterior y cómo se han sentido hasta hoy en sus clases a distancia.</p>	Google meet	Psicóloga
TEMA DE DESARROLLO	20'	Exposición	<p>Se explicó a los alumnos la importancia del manejo de sus habilidades sociales en la temporada actual de confinamiento que obliga a la educación en línea. En lluvia de ideas en conjunto con los estudiantes llegamos a 4 puntos importantes a seguir:</p> <p>-Comunicación efectiva: Hablar de manera clara para evitar malentendidos, así como escuchar con atención las ideas de sus compañeros para lograr tener discusiones significativas.</p>	Diapositivas	Psicóloga

			<p>-Respeto: Guardar respeto hacia las opiniones de los demás, ser amables y corteses con sus compañeros.</p> <p>-Empatía: Ser capaces de ponerse en el lugar de los demás y comprender sus sentimientos hacia una mala reacción o mal comentario, tanto alumnos como docentes, ya que todos se están adaptando a esta nueva forma de aprendizaje.</p> <p>Colaboración: Se debe trabajar en conjunto para lograr objetivos en común, como el aprender y seguir adelante en sus estudios secundarios. La ayuda mutua y el apoyo en todo momento.</p>		
--	--	--	---	--	--

<p>DINÁMICA GRUPAL</p>	<p>25'</p>	<p>Exposición</p>	<p>Se procedió a formar 4 grupos de 5 alumnos para realizar en conjunto momentos que podrían experimentar en estudio en línea y que podrían hacer para ayudarse entre ellos mismos. Se brindo 10 minutos para realizar este trabajo grupal.</p> <p>El grupo 1, brindo un ejemplo de un alumno que tenía dificultad para concentrarse ya que se encontraba en casa y el ruido de sus familiares le causaban distracción, los alumnos dieron como salida que en horario escolar ubiquen el lugar donde se sientan más cómodos para poder tomar la atención necesaria.</p> <p>El grupo 2, brindo un ejemplo sobre su compañero que había perdido un familiar por covid19 y se sentía deprimido al punto de no querer conectarse a sus clases, dicho sea esto se acababa de dar con uno de sus compañeros de</p>		<p>Alumnos</p>
----------------------------	------------	-------------------	--	--	----------------

			<p>clase y no se había conectado a charla. Los alumnos manifestaron que lo mejor era ponerse en el lugar de él y brindarle el apoyo que necesite, fortalecer el trabajo en equipo y ponerlo al día por las clases que estuvo ausente, así como fortalecer su amistad y darle motivación y comprensión.</p> <p>El grupo 3, brindó de ejemplo el estrés que experimentaron por no saber que pasaría más adelante, ya que veían en las noticias sólo información preocupante y no sabían que pasaría con ellos y sus familias. Entre ellos llegaron al acuerdo que estaba bien mantenerse informados de la realidad que sucedía en el mundo, pero ellos tenían que enfocarse en sus estudios ya que valoraban el trabajo que hacían sus padres de continuar trabajando para el</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>futuro de ellos y que sus notas era lo que más felices los pondrían.</p> <p>El grupo 4, brindó el ejemplo de los alumnos que les daba vergüenza participar en clase y equivocarse ya que muchos de ellos tenían a sus padres cerca en casa trabajando y esto no les permitía desarrollarse con normalidad. Entre ellos llegaron al acuerdo de que debían participar así se equivoquen porque no llegaban a entender la clase con claridad y esto posteriormente los perjudicaría.</p>		
CONCLUSIONES	10'	Exposición	<p>La psicóloga dio a conocer las conclusiones del tema, las habilidades sociales empleadas, como la escucha activa, la resolución de conflictos, la empatía y la colaboración. Estas también son parte de sus estrategias para practicar el respeto a las habilidades sociales en sus clases diarias.</p>		Psicóloga

TAREAS Y CIERRE	2'	Exposición	Se despidió de los participantes cordialmente y se le invitó a la próxima sesión.		Psicóloga
--------------------	----	------------	---	--	-----------



SESIÓN N.º 03: “Contribuir con el desarrollo de las habilidades sociales de los alumnos, así como su adaptación al cambio”

Fecha: Mayo 2020

Ambiente: Google meet

Objetivo:

Brindar herramientas a los docentes para que puedan ayudar a los estudiantes a adaptarse al aprendizaje en línea y a sobrellevar la situación de la pandemia.

Fomentar la importancia de mantener un ambiente escolar saludable y seguro para los estudiantes, incluso en el entorno virtual.

Ayudar a los profesores a comprender cómo las habilidades sociales pueden afectar el aprendizaje de los estudiantes en línea y cómo pueden ser enseñadas y fomentadas de manera efectiva.

Proporcionar estrategias y recursos a los profesores para ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades de comunicación y colaboración en el aprendizaje en línea.

Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo entre los docentes para mejorar la enseñanza en línea y el apoyo a los estudiantes.

FASES	TIEMPO	ESTRATEGIAS	PROCEDIMIENTO	MEDIOS Y MATERIALES	RESPONSABLES
PRESENTACIÓN	5´	Individual	Se comenzó con la presentación de la psicóloga, así mismo se dio la bienvenida a los 7 docentes del primer año de secundaria y se les invitó a presentarse y dar a conocer la materia que enseñan en la I. E	Google meet	Psicólogo
TEMA DE DESARROLLO	15´	Exposición	La psicóloga mediante una explicación brindó los objetivos de esta charla y lo importante que era mantener una buena comunicación con los estudiantes, así como comprender las habilidades sociales y su influencia en el aprendizaje de los alumnos, el trabajar en equipo ayuda a adaptarse en esta nueva modalidad de estudios a distancia.		

DINÁMICA	15´	Trabajo individual	<p>Se invitó a los docentes a brindar los momentos que les había resultado complicado desde que comenzó la enseñanza a distancia y estos fueron los casos a indicar:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Problemas de distracción de los alumnos. -Al no contar con interacción en vivo con profesores y compañeros, notaron falta de motivación. -Al comienzo algunos alumnos no contaron con recursos tecnológicos para participar de las clases en línea y ocasionó desnivel con sus compañeros, situación que produjo estrés. -Constante desorden al querer participar y al querer brindar todos los alumnos una idea al mismo tiempo. -Algunos alumnos no querían encender sus cámaras aún siendo una regla de la I.E 		Docentes
----------	-----	--------------------	---	--	----------

			-La incertidumbre diaria para todos, tanto profesores, padres y alumnos generó ansiedad constante, resaltando el adaptarse a esta nueva modalidad que ha costado tanto para docentes como estudiantes.		
CONCLUSIONES	10´	Exposición	<p>Se brindó herramientas y pautas para aplicar con los alumnos como las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Promover el diálogo y comunicación, es importante brindar la confianza a los alumnos para que puedan expresar libremente sus dudas, pensamientos, formando espacios de discusión y participación activa. -Determinar normas claras como el respeto, la empatía y solidaridad con sus compañeros, siendo reforzadas constantemente para que se cumplan. 		Psicólogos

			<p>-Impulsar el trabajo en equipo para que los alumnos interactúen y colaboren en sus proyectos asignados.</p> <p>-Brindar apoyo emocional, darle seguridad a sus alumnos de poder contar con ellos ante una preocupación que le genere ansiedad en torno a la pandemia o la educación a distancia.</p> <p>-Impulsar la creatividad, motivándolos a explorar nuevas formas de aprender y comunicarse en línea. Esto podría lograrse a través de proyectos que necesiten de creatividad e innovación para realizarse.</p>		
TAREAS Y CIERRE	5'	Exposición	Despedida cordial a los docentes resaltando la gran importancia de ellos en este proceso de adaptación de los alumnos, motivo por el cual se les invita a continuar manteniendo el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes que los ayudará en su adaptabilidad		Psicólogos

			a esta nueva modalidad de educación en línea por temporada de pandemia Covid19.		
--	--	--	---	--	--



SESIÓN N° 04: Se realizó una encuesta a desarrollar por los alumnos con el objetivo de informarnos sobre su opinión en cuanto a la educación a distancia, su adaptación y manejo de habilidades sociales.

Fecha: Junio 2020

Ambiente: Correo electrónico

¿Cómo te sientes con la nueva modalidad de educación en línea?

¿Te resulta difícil adaptarte a esta nueva modalidad?

¿Sientes que has podido mantener una buena comunicación con tus profesores y compañeros de clase?

¿Sientes complicado hacer amigos o mantener relaciones sociales a distancia?

¿Has podido reconocer y resolver conflictos con tus compañeros a distancia?

¿Sientes que es fácil manejar tus emociones durante las clases a distancia?

¿Crees que has logrado desarrollar nuevas habilidades a través de las clases en línea?

¿Sientes que has tenido el apoyo necesario de tus profesores para adaptarte a esta nueva modalidad y manejar tus habilidades sociales?

¿Consideras que tu habilidad para adquirir conocimientos ha mejorado o disminuido desde que comenzaste a estudiar a distancia?

¿Qué estrategias usar para mantener tu motivación de estudiar a distancia?

Ante las preguntas realizadas mediante encuesta, se pudo saber la opinión de los alumnos y entender más de su sentimiento actual.

Sentían preocupación por no lograr comprender la modalidad, algunos alumnos indicaron que tenían problemas con la señal de su internet, cuando salían de clase por este concepto y volvían a ingresar ya perdían información brindada, situación que recién experimentaban y los mantenía en angustia.

Sobre si les resulta difícil adaptarse, indicaron que si, aún se encontraban en este proceso ya que era algo totalmente nuevo para ellos y aceptaron distraerse con facilidad. Respecto a la comunicación con sus profesores y compañeros señalan que, si han sentido un cambio significativo ya que extrañan la interacción personal, les genera más confianza y libertad, sienten la falta de oportunidad para socializar quizá en un recreo de

manera habitual y los trabajos en equipo que eran la oportunidad para desempeñarse en conjunto.

Los alumnos detallan que si les resulta complicado hacer nuevas amistades y mantener la comunicación ya que la mayoría contaba con otras responsabilidades en sus casas y pasado el tiempo de estudio se dedicaban a ello, resaltan que el tiempo en el colegio en temporada presencial era un momento de distracción también para ellos.

En cuanto a reconocer y resolver conflictos con sus compañeros a distancia, explicaron que si, al comienzo por la comunicación limitada, no sabían como desarrollarse, sin embargo, poco a poco han podido mejorar esta situación, cabe resaltar que los alumnos en su mayoría cuentan con teléfonos celulares limitados para enviar/recibir llamadas y mensajes de texto por precaución de los padres, sin embargo, su comunicación es reducida terminando la hora de clases.

Su manejo de emociones durante las clases les ha generado estrés y ansiedad, ya que por ejemplo ahora tenían que usar la opción levantar la mano de la plataforma y esperar su turno sin libertad de hablar como se habían acostumbrado en clases, se dieron cuenta que hacerlo en clases en vivo generaba desorden y le costaba al profesor al comienzo mantener el orden, por lo que una norma de convivencia fue, levantar la mano y esperar el turno de cada uno, situación que generaba frustración y desánimo a querer participar. En las habilidades al momento desarrolladas, sobresale la autodisciplina, los alumnos indican haberse dado cuenta que para mantener un correcto orden ahora en sus clases a distancia necesitaban contar con ello, incluso resaltan que el usar uniforme para sus clases aun estando en casa les hace sentir más compromiso con su Institución educativa. Otra habilidad desarrollada en su comunicación escrita, con la educación a distancia gran parte de la clase se realizaba a través de la escritura mediante la plataforma, correos electrónicos y chats, situación que permite corregir su ortografía. Hay mejora en su manejo de la tecnología ya que tuvieron que aprender y continúan aprendiendo sobre las diferentes herramientas digitales para su comunicación con compañeros y profesores.

Sobre el apoyo recibido, indicaron que, si sentían el soporte por parte de sus profesores, destacando que sentían que para ellos también era una nueva experiencia, pero notaron

que estaban intentando dar lo mejor de ellos y estaban pendiente de sus alumnos ya que la mayoría vivía experiencias diferentes en casa.

Por sus habilidades para adquirir conocimientos desde que comenzó la educación a distancia, si notan un cambio que les ha costado trabajo pero que están logrando adaptarse y comprender por la situación que vive el país. Se sienten apoyados sabiendo que no son los únicos que están viviendo esta situación sino estudiantes de todo el mundo.

En cuanto a las estrategias que estaban desarrollando para motivarse manifestaron que el tener un horario de estudio y mantenerse organizados les ayudaba mucho, el participar activamente en clases, resolviendo sus dudas y generando conversación del tema que trataban les ayudaba a mantenerse comprometidos y comprender mejor el material del docente. El tomar descansos regulares les ayudaba a descansar la mente y retomar con más energía sus labores.

Introducción:

Se realizó una encuesta a 20 alumnos de primero de secundaria con el objetivo de conocer su opinión respecto a la educación a distancia, su adaptación y el manejo de sus habilidades sociales durante la pandemia por Covid19.

Método:

Se aplicó un cuestionario de 10 preguntas abiertas en línea a desarrollar que tenían temas como su manejo de habilidades sociales en clase, su adaptabilidad al método en línea, comunicación con docentes y compañeros, soporte emocional recibido.

Resultados:

Gran parte de los estudiantes (80%) manifestaron que la educación a distancia ha sido un desafío para ellos, la falta de interacción con sus compañeros de clase y profesores, así como la dificultad que han experimentado para lograr concentrarse, mantener una motivación, así como en algunos casos falta de herramienta para contar con los recursos adecuados de aprendizaje.

En cuanto a la comunicación, los alumnos (60%) indicaron que lo hacen con sus compañeros y docentes mediante las plataformas de videoconferencia como Google meet, situación que los hace sentir restringidos de cierta libertad para expresarse, ya que valoran la comunicación de manera personal que les genera confianza. La situación

actual les genera sensación de incomodidad o ansiedad por lo que llegan a preferir el uso de correos electrónicos o mensajes de texto.

La mayoría de estudiantes (70%) resaltan que están logrando adaptarse a esta nueva modalidad de educación a distancia, viendo el lado positivo de contar con horarios flexibles de estudio y lograr tener una capacidad de revisar y repasar el material de una manera más efectiva,

Sobre el manejo de sus habilidades sociales, los alumnos (75%) indican que les genera inseguridad con su comunicación debido a la falta de interacción personal con sus compañeros y profesores sin embargo han implementado chats de grupo y algunos aplican juegos en línea.

Conclusión:

La encuesta sugiere que los estudiantes de primero de secundaria afrontan retos que son significativos con la educación a distancia por pandemia Covid19. La falta de interacción social con sus compañeros y profesores les genera inseguridad por lo tanto sus habilidades sociales se encuentran en proceso de adaptación con camino a mejora. Resulta importante que los docentes y padres de familia continúen estando pendientes, brindando apoyo y recursos adicionales que puedan requerir para ayudar a los estudiantes a enfrentar estas dificultades.

De igual manera el Dpto. Psicopedagógico continuará trabajando en equipo con los docentes de la Institución para lograr obtener éxito con los alumnos en su educación a distancia y su buen desarrollo.

SESIÓN N.º 05: “Conociendo las habilidades que desarrollan los alumnos en clases a distancia por Covid19, así como su proceso de adaptación a esta nueva modalidad”

Fecha: Julio 2020

Ambiente: Google meet

Objetivo:

Dar a conocer a los padres de familia los desafíos que afrontan los estudiantes con el aprendizaje en línea y cómo puede afectar en su desarrollo personal.

Ofrecer herramientas y metodologías a los padres de familia para ayudar a sus hijos en su proceso de adaptación a la nueva modalidad de estudio y poder desarrollar sus habilidades sociales.

Concientizar a los padres de familia sobre la importancia de la comunicación efectiva y el apoyo emocional para que sus hijos puedan sobrellevar este reto del aprendizaje a distancia.

Impulsar a los padres de familia en el proceso educativo de sus hijos, motivándolos a ser parte activa del desarrollo de sus hijos.

Ayudar a los padres de familia para que sean un apoyo a sus hijos y colaboren con la mejora de su rendimiento académico con esta nueva modalidad de educación a distancia.

FASES	TIEMPO	ESTRATEGIAS	PROCEDIMIENTO	MEDIOS Y MATERIALES	RESPONSABLES
PRESENTACION	5´	Individual	Se comenzó con la presentación de la psicóloga, así mismo se dio la bienvenida a los padres de familia a quienes invitó a presentarse y nombrar a sus hijos, asistieron 8 padres.	Google meet	Psicólogo
TEMA DE DESARROLLO	10´	Exposición	La psicóloga brindó la introducción del motivo de la reunión, refiriendo a la situación actual por la que estamos atravesando, la pandemia por Covid19, que ha causado que las personas se adapten a un nuevo ritmo de vida, este proceso ha producido estrés a nivel general, tanto para alumnos, docentes como padres de familia		
DINÁMICA	20´	Trabajo individual	Se invitó a los padres de familia a brindar la experiencia con sus hijos en casa desde que comenzó la enseñanza de manera virtual, inconvenientes que han tenido y como han observado el comportamiento de sus menores.		Padres de familia

			<p>Así como nombrar factores negativos y positivos.</p> <p>Manifestaron que habían notado estrés en ellos al comienzo de esta nueva modalidad,</p> <p>Sostuvieron que algunos padres se vieron obligados a comprar una computadora más en casa para uso exclusivo de sus hijos, estos gastos adicionales inesperados les causaban también preocupación a los menores al ver a sus padres angustiados, lo que generaba incluso falta de motivación para sus clases.</p> <p>Expusieron también que al comienzo ellos experimentaron temor porque sentían que sus hijos no tendrían una orientación de manera presencial y esto influiría en su aprendizaje, siendo que sus menores ingresaban a primero de secundaria y el número de materias había aumentado.</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>Como factores negativos, dieron cuenta que la falta de interacción social presencial les afectaba en su progreso emocional. Así como también notaron la falta de concentración que tenían en casa, ya que se encontraban en ella miembros de la familia en algunos casos como tíos, primos, hermanos y esto generaba que no se enfocaran en su clase. Para los padres que se encontraban laborando fuera de casa les resultó difícil ya que sentían que sus hijos no contaban con supervisión, incluso en comunicación con la Institución educativa se dieron cuenta de que ingresaban fuera de hora de clases y esto ocasionaba que no hayan prestado atención a lo dictado por los profesores, provocando un atraso.</p> <p>Como factores positivos algunos padres manifiestan que este tiempo en casa les ha</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>servido para inmiscuirse más en el desarrollo de sus hijos y su proceso de aprendizaje, participando activamente con ellos en sus tareas y actividades encomendadas.</p> <p>También manifiestan que tenerlos en casa los hace sentir seguros por lo que se está viviendo actualmente con la pandemia por Covid19, así como el ahorro que están realizando al no tener gastos de transporte adicionales.</p> <p>Los padres resaltaron que han visto una mejora en el desarrollo de las habilidades digitales de sus hijos viendo una mejor autonomía en ellos.</p>		
CONCLUSIONES	10´	Exposición	<p>Se expuso a los padres de familia que la situación actual se entiende ha sido un gran cambio para todos nosotros y es esencial comprender el papel importante que realizan ellos al apoyar y orientar a sus menores hijos en</p>		Psicólogos

			<p>este proceso de adaptación a una nueva educación a distancia.</p> <p>Es fundamental aceptar que esta modalidad requiere que los alumnos desarrollen habilidades específicas como la autonomía.</p> <p>Estudiando de manera presencial ellos tenían por costumbre tener una estructura establecida y recibir indicaciones directas de sus superiores.</p> <p>Sin embargo, estudiando a distancia ellos mismos deben aprender a administrar sus horarios, estableciendo sus metas a cumplir, así como tareas de forma independiente. Se explicó que aquí los padres juegan un rol importante ya que les deben brindar su respaldo y orientación para que puedan desarrollar sus habilidades de autogestión.</p> <p>Es importante resaltar que los alumnos están viviendo desafíos emocionales, por lo que</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>requieren tener confianza en ellos mismos, la falta de interacción social con sus compañeros y docentes puede ser factor de malestar en su bienestar emocional. Se aconseja mantener una comunicación activa con sus hijos nunca minimizando el sentir de ellos y fomentando un ambiente seguro y de comprensión recordando que cada persona es única y todos tenemos nuestro propio ritmo para adaptarnos a cualquier situación, algunos pueden adaptarse de manera rápida mientras que otros pueden necesitar más tiempo y apoyo para lograrlo. No llegar a la comparación de sus hijos si no acompañar en el proceso observando sus avances y celebrando los logros por más pequeños que sean.</p>		
TAREAS Y CIERRE	5'	Exposición	Despedida cordial a los padres de familia, felicitándolos por el trabajo que están realizando con sus menores hijos, resaltando que este		Psicólogos

			proceso viene siendo difícil para todos sin embargo se reconoce el esfuerzo de cada uno buscando lo mejor para sus familias.		
--	--	--	--	--	--



Sesión N°6: Actividad “Círculo para compartir”

Fecha: Agosto 2020

Ambiente: Google meet

Objetivo: Promover la escucha activa y la empatía entre compañeros, formando un espacio seguro donde se pueda expresar experiencias y emociones durante las clases a distancia.

Se realizó una sesión virtual donde participaron los alumnos, se inició repasando las reglas y haciendo presente que era un espacio seguro para que puedan expresar lo que desearan.

Se conversó con ellos respecto a la importancia de la escucha activa, estar atento, comprender y responder de manera respetuosa y efectiva a su profesor, compañeros. Énfasis en la empatía que se debe aplicar como la capacidad de ponerse en el lugar del otro, entendiendo sus emociones, sentimientos y perspectivas.

Resaltamos como el aplicar la escucha activa nos ayudaba a entender las ideas de los demás y con ello evitar malentendidos, así como cruce de mala información.

Se explicó cómo la empatía nos ayuda para poder brindar soporte a sus compañeros, fortaleciendo con ello sus lazos de amistad.

En el entorno actual que se está viviendo contar con este valor importante puede ayudarnos a superar desafíos en conjunto y brindarse apoyo entre ellos.

Se invitó a los alumnos a compartir una experiencia, sentimiento o lo que deseen expresar sobre la convivencia actual, ya sea con sus compañeros o en sus casas, con el fin de aplicar la escucha activa, sólo pueden intervenir levantando la mano con la opción que figura o también usar el chat de la plataforma para saber quien desea intervenir.

Se realizó un inicio para brindarles confianza a replicar esta acción, se manifestó un ejemplo que aún cuando este estilo de convivencia es nuevo para todos, al principio había costado a algunos profesionales adaptarse, sin embargo observaban algunos aspectos positivos, comenzando por estar seguros en casa, permite tomar las medidas necesarias para mantenerse bien de salud, compartir un almuerzo todos los días en

familia, acción que para algunas personas era sólo los fines de semana por temas laborales, se puede gestionar el tiempo y eso ayuda a organizarse mejor, así como también la reducción de estrés por el tráfico habitual de la ciudad.

Durante estos minutos donde se compartió la experiencia, se percibió la atención de los alumnos, y así el primer alumno en participar usando el chat de la plataforma para solicitar la palabra, Jorge compartió su experiencia actual, manifestó que de igual manera, al principio le pareció “raro” lo que estaba viviendo pero que poco a poco ha ido habituándose, en tono amistoso comentó que antes debía levantarse para ir a clases 6:30am, mientras ahora podía dormir un poco más para conectarse a sus clases virtuales, comentó que si extraña a sus compañeros, el jugar en horas de recreo y que cuando no entendía algo de la clase podía acercarse al profesor, pedirle unos minutos y contarle lo que no había entendido, sin embargo ahora le daba vergüenza hacerlo y saber que todos sus compañeros lo estaban mirando.. Se visualizó la atención de los compañeros y que cuando mencionó sobre la vergüenza que le generaba realizar una pregunta y saber que sus compañeros lo miraban los demás asentaron la cabeza, dando aprobación a lo que mencionaba su compañero.

Mirella también pidió la palabra mediante la opción de levantar la mano y al cederle comentó que aún cuando han pasado ya unas semanas desde que comenzó las clases a distancia... le parecía no tan cómodo, contó que hace unos días en una clase olvidó apagar el micrófono y su madre le llamó la atención, por lo cual todos escucharon, y fue motivo de burla para sus compañeros, situación que le hizo sentir vergüenza y sin ganas de querer participar nuevamente.

Guillermo pidió la palabra por medio del chat de la plataforma y al cederle comentó que al principio si le pareció una gran diferencia en las clases, era raro todo, pero poco a poco se está acostumbrando, en su casa 2 de sus familiares se habían contagiado por covid19, su hermana, tía y pasaron un momento bastante preocupante que le hizo entender por qué debían permanecer en casa y seguir los protocolos establecidos. Que esta situación siente que hizo que valore más a su familia, a sus padres y el sacrificio que hacen por que él tenga una educación.

Patricia pidió la palabra levantando la mano y al cederle comentó que extrañaba el contacto presencial con sus compañeros de aula y docentes pero que resalta que ahora

se siente más organizado a lo que era cuando estudiaba de manera presencial, comentó que sus padres le han comprado un horario donde ha colocado su día a día y si realiza todo tal cual sus padres lo recompensan. Se siente motivado y ha mejorado en sus calificaciones porque se siente ahora más cerca a su madre.

Raúl pidió la palabra levantando la mano y al cederle comentó que debía confesar que las clases de manera virtual le generaba en ocasiones aburrimiento ya que a veces los profesores hablan de manera corrida y no hay mucha interacción. Resalta que el tipo de actividades como esta que estamos desarrollando le gustan porque es una manera de compartir con sus compañeros y conocerse más ya que están pasando la misma situación.

Resultados:

Participaron 5 de 20 alumnos, se notó confianza al expresar lo que deseaban y se observó un ambiente de respeto cuando sus compañeros contaban sus experiencias. Los profesores han manifestado que el comportamiento de los estudiantes se puede decir que está bien porque notan un progreso en temas respecto al orden por clases a distancia.

Ha ocurrido accidentes como la alumna que dejó su micrófono encendido sin darse cuenta pero que por lo mismo ahora tratan de recalcar que tengan cuidado con ello y estén atentos.

Se observó una escucha activa con empatía durante la sesión, ya que cuando los compañeros compartían sus vivencias, los demás acentuaban su cabeza dando conformidad a que ellos también les pasaba algo parecido y no hubo interrupciones de ningún tipo, caso contrario se evidenció concentración.

Sesión N°7: Observación a la clase de Geografía con el propósito de evaluar comportamiento y actitud de los alumnos.

Fecha: Agosto 2020

Ambiente: Google meet

Resumen:

Este informe explica las observaciones hechas por mi persona durante la clase virtual de los alumnos de primero de secundaria. El propósito es evaluar el comportamiento general de los estudiantes, con un enfoque en su capacidad para hacer preguntas de manera educada, del uso de la palabra y respetar a los demás mientras intervienen.

Observación:

Durante la clase en línea, se observó que los estudiantes de primero de secundaria mostraron un comportamiento normal y respetuoso. Se destacan los siguientes aspectos: El hábito de hacer preguntas de una manera educada sobre el uso de la palabra: se ha demostrado que los estudiantes se están adaptado a la dinámica de las clases virtuales, se observó que levantaron la mano o usaron el chat de la plataforma para mostrar su deseo de intervenir. Este comportamiento muestra una adaptación adecuada a los estándares de participación en el entorno virtual.

Respeto durante la participación de otros estudiantes: los estudiantes muestran respeto a sus compañeros de clase al hablar. Permanecen en silencio y prestan activamente la atención cuando un compañero comparte ideas o responde preguntas. Esta actitud de escuchar y respeto activo muestra consideración para los demás y la capacidad de reconocer la importancia de que todos tengan la oportunidad de expresarse.

Colaboración en actividades grupales: durante la clase, las actividades se llevan a cabo en grupos pequeños utilizando herramientas digitales. Observo que los estudiantes trabajan como equipos de una manera colaborativa y respetuosa, comparten ideas, toman cambios para hablar y muestran apoyo mutuo. Esta interacción positiva fortalece la capacidad de los estudiantes para trabajar como grupo a pesar de que hay distancia física.

Participación activa: la mayoría de los estudiantes muestran participación activa en la clase, responden las preguntas del docente, comparten sus opiniones y hacen preguntas relevantes. Esta participación activa muestra un interés sincero en el aprendizaje y la voluntad de participar en actividades académicas, a pesar de las limitaciones de la enseñanza de larga distancia.

Conclusión:

Según las observaciones hechas, se concluyó que los estudiantes de primero de secundaria durante la clase a distancia mostraron un comportamiento normal y respetuoso. Se adaptan bien a la dinámica virtual, pidiendo el uso de palabras de manera educada y muestran respeto mientras otros hablan. La participación activa y la colaboración en actividades grupales también son extraordinarias. Estos hallazgos indican un buen nivel de adaptación y habilidades sociales en el contexto de la educación a distancia durante la temporada de pandemia.

Es importante tener en cuenta que esta observación es específica para la clase donde se hacen las observaciones y no tienen que representar el comportamiento del estudiante en todas las situaciones.

Sesión N°8: Observación a clase de Educación física para ver el comportamiento de los alumnos.

Fecha: Octubre 2020

Ambiente: Google meet

Resumen:

Este informe describe las observaciones hechas por mi persona durante la clase de educación física en la escuela secundaria. El propósito de las observaciones es evaluar el comportamiento general de los estudiantes, con un enfoque en su colaboración durante la clase, así como su capacidad para preguntar el uso de la palabra de manera educada y respetar a los demás mientras se expresan.

Observación:

Durante la clase de educación física, se observó que los estudiantes de secundaria presentaron un comportamiento inusual en general. Se destacan los siguientes aspectos:

Hábito adecuado en el uso de palabras: los estudiantes muestran una buena adaptación sobre cómo pedir el uso de palabras durante la clase. Utilizan la función de "levantar la mano" por la plataforma para mostrar su deseo de intervenir. Este comportamiento muestra que los estudiantes son el estándar de participación y están dispuestos a expresar sus ideas durante la clase.

Respeto Cuando otros hablan: aunque el comportamiento colaborativo es limitado, se observa que los estudiantes muestran respeto cuando toman la palabra. Permanecen en silencio y dejan que otros se expresen sin interrupción. Esta actitud respetuosa muestra que los estudiantes reconocen la importancia de escuchar atentamente y evaluar las opiniones de sus compañeros de clase.

Oportunidades para aumentar la colaboración: aparte del comportamiento inusual, se identifican oportunidades para promover la colaboración entre los estudiantes durante la clase. Se recomienda implementar estrategias que promuevan las interacciones y el

trabajo del equipo, como el establecimiento de actividades grupales donde se necesitan participación conjunta y comunicación entre los estudiantes.

La importancia de promover la colaboración en la distancia de la educación física: dada la naturaleza práctica y participativa, es importante promover la colaboración y la interacción entre los estudiantes durante las clases de larga distancia. Esto se puede lograr estableciendo objetivos comunes, promoción de la comunicación y la creación ambiental segura y respetuosa que promueve la participación activa de todos los estudiantes.

Conclusión:

Según las observaciones hechas, se concluyó que los estudiantes de primero de secundaria durante la clase de educación física a distancia presentaban un comportamiento poco común en general. Hubo alumnos que no querían mostrar más allá de lo que la cámara podía captar ya que en la clase debían observar cómo repetían los ejercicios que el profesor indicaba y se evidenciaba vergüenza al mostrar sus ambientes de casa.

Sin embargo, se evidenció respeto de los demás alumnos y no se vio momentos de burla entre ellos. Se identifican oportunidades para aumentar la colaboración y se le aconsejó al docente implementar estrategias que fomenten la participación conjunta e interacciones entre los estudiantes.

Es importante tener en cuenta que esta observación se basa en una clase y no siempre refleja el comportamiento del estudiante en todas las situaciones.

SESIÓN N° 09: “Gestión de conflictos – Desarrollar habilidades para resolver diferencias y desacuerdos de manera constructiva, promoviendo la empatía y el respeto hacia los demás”

Fecha: Noviembre 2020

Ambiente: Google meet

Objetivo:

Generar conciencia y comprensión acerca de la importancia de manejar conflictos en el entorno educativo virtual durante la pandemia.

Desarrollar habilidades para identificar y gestionar nuestras propias emociones durante situaciones conflictivas.

Fomentar la empatía y la capacidad de ponerse en el lugar del otro, promoviendo una comprensión profunda de diferentes perspectivas y facilitando la resolución colaborativa de conflictos.

Ofrecer estrategias y técnicas prácticas para negociar y buscar soluciones mutuamente satisfactorias, evitando la escalada de conflictos y fomentando la búsqueda de acuerdos constructivos.

Fomentar un ambiente de respeto, colaboración y comprensión mutua en el entorno educativo virtual, promoviendo relaciones saludables y positivas entre los estudiantes.

Motivar a los participantes a aplicar las habilidades y estrategias aprendidas en la charla en su vida diaria, tanto en el ámbito educativo como en otros aspectos.

Estimular una actitud proactiva hacia la resolución de conflictos y fortalecer la confianza de los estudiantes en su capacidad para abordar y superar diferencias de manera constructiva.

FASES	TIEMPO	ESTRATEGIAS	PROCEDIMIENTO	MEDIOS Y MATERIALES	RESPONSABLES
PRESENTACION	2´	Individual	Se comenzó con la presentación de la psicóloga, así mismo se dio la bienvenida a los alumnos y se hizo conocer el objetivo de la charla.	Google meet	Psicólogo
TEMA DE DESARROLLO	15´	Exposición	Se explicó a los alumnos cuán importante era saber gestionar los conflictos que puedan ocurrir, particularmente en este periodo de educación remota por pandemia. El resolver diferencias con nuestros compañeros, profesores y familia que se puedan dar, pero de manera constructiva. Se hizo referencia al significado de conflicto, no estar de acuerdo o tener un tema que les genere discrepancia entre dos o más personas por diversos puntos de vista, intereses o requerimientos. Ejemplos de diferencias en el		

			<p>terreno escolar, preferencias distintas, interpretaciones erróneas, fallos en la interacción, bullying.</p> <p>La consecuencia de tener conflictos no resueltos: generación de estrés, padecer ansiedad, el rendimiento académico disminuirá, sus relaciones interpersonales sufrirán un deterioro, etc.</p> <p>Como estrategias para mejorar la gestión de conflictos se brindó:</p> <p>Impulsar la comunicación efectiva, tomar atención y aplicar empatía para entender preocupaciones, así como la opinión de los demás. Manifestar nuestras opiniones siendo claro y manteniendo el respeto, eludir la confrontación.</p> <p>Desarrollar capacidades de mediación, encontrar resultados favorables. Reconocer</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>puntos en común, Explorar opciones. Centrarse en la salud y gratificación de ambas partes.</p> <p>Empatía, comprensión recíproca desde la perspectiva de los demás, siendo como les gustaría ser entendidos y tratados reconociendo nuestras emociones.</p> <p>Aplicación de estrategias: Reconocer circunstancias problemáticas frecuentes que suelen presentarse en el contexto de educación a distancia, como la falta de contribución, confusiones en las instrucciones o tareas, obstáculos tecnológicos, entre otros.</p> <p>Ajustar las estrategias previamente mencionadas a esta situación específica.</p> <p>Recomendaciones para resolver conflictos mediante la comunicación en línea: ser precisos en los mensajes escritos, emplear un tono respetuoso, solicitar ayuda cuando sea</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>necesario, buscar oportunidades de diálogo virtual, entre otras sugerencias.</p> <p>Conclusión: Recapitulación de los aspectos principales abordados.</p> <p>Destacar la relevancia de adquirir habilidades para manejar los conflictos de forma constructiva, promoviendo así un entorno de aprendizaje saludable y positivo.</p> <p>Recordar que la gestión de conflictos es una destreza que se puede desarrollar y perfeccionar con la práctica continua.</p> <p>Motivar a los estudiantes a aplicar estas estrategias tanto durante la educación remota como en su vida diaria.</p>		
--	--	--	---	--	--

DINÁMICA	15´	Trabajo grupal	<p>Se abrió un dialogo para que los alumnos puedan hacer preguntas con relación a la gestión de conflictos, las preguntas fueron las siguientes:</p> <p>¿Qué se podría hacer si alguien me está acosando constantemente en el colegio?</p> <p>¿Cuál es la manera más eficaz de solucionar un malentendido con un amigo sin poner en riesgo nuestra amistad?</p> <p>¿Qué se puede hacer en momentos de estrés o ansiedad cuando me encuentro en medio de un conflicto?</p> <p>Si siento que un profesor me está tratando injustamente, ¿qué puedo hacer?</p> <p>¿Qué pasos puedo seguir cuando tengo diferencias con mis padres o hermanos en casa y no sabemos cómo resolverlas?</p>		Alumnos
----------	-----	----------------	--	--	---------

			Después de un conflicto o malentendido, ¿cómo puedo disculparme de manera adecuada? ¿Cómo puedo expresar mi punto de vista en un conflicto sin que se convierta en una discusión intensa?		
CONCLUSIONES	2'	Exposición	Se invitó a los alumnos a que piensen en situaciones que quisieran mejorar gestionando emociones para superar conflictos y se fijó próxima fecha para una sesión donde se resuelva las preguntas formuladas.		Psicólogos
TAREAS Y CIERRE	2'	Exposición	Se despidió de los participantes cordialmente y se le invitó a la próxima sesión.		Psicólogos

SESIÓN N° 10: “Gestión de conflictos – Desarrollar habilidades para resolver diferencias y desacuerdos de manera constructiva, promoviendo la empatía y el respeto hacia los demás II”

Fecha: Diciembre 2020

Ambiente: Google meet

Se retoma la sesión con los alumnos para tratar el tema de “Gestión de conflictos”



FASES	TIEMPO	ESTRATEGIAS	PROCEDIMIENTO	MEDIOS Y MATERIALES	RESPONSABLES
PRESENTACION	2´	Individual	Se comenzó con la presentación de la psicóloga, así mismo se dio la bienvenida a los alumnos y se hizo conocer el objetivo de la charla.	Google meet	Psicólogo
TEMA DE DESARROLLO	15´	Exposición	Se comenzó tratando con los alumnos lo siguiente: El bienestar emocional y la salud mental son aspectos primordiales para los estudiantes. La habilidad de gestionar conflictos de manera adecuada resulta esencial en este sentido. Durante la pandemia, las emociones pueden intensificarse debido a diversos factores, como tensión, la incertidumbre y el apartamiento. Sin embargo, al resolver los conflictos de forma constructiva, se fomenta un ambiente emocional seguro y estable, lo que contribuye a reducir la		

			<p>ansiedad, el estrés y otros desafíos relacionados con la salud mental.</p> <p>Además, la gestión de conflictos brinda a los alumnos valiosas herramientas para desarrollar habilidades sociales. Aprenden a comunicarse de manera efectiva, a escuchar a los demás, a expresar sus opiniones con respeto y a buscar soluciones mutuamente beneficiosas. Estas habilidades resultan fundamentales para establecer relaciones saludables y fortalecer la empatía, el respeto y la comprensión hacia los demás.</p> <p>Asimismo, un entorno de aprendizaje afectado por conflictos inconclusos puede perjudicar el rendimiento académico. Las diferencias entre compañeros, los malentendidos con los profesores o las dificultades de comunicación pueden distraer su atención y afectar su</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>capacidad de concentración. Por tanto, al aprender a gestionar los desacuerdos de manera constructiva, los alumnos pueden mantener un enfoque adecuado en sus responsabilidades académicas y alcanzar un rendimiento óptimo.</p> <p>La gestión de conflictos también promueve la resiliencia en los estudiantes. Les proporciona herramientas para enfrentar los desafíos de manera efectiva y desarrollar habilidades de resolución de problemas, toma de decisiones y adaptabilidad.</p> <p>Adicionalmente, la gestión de conflictos contribuye a la creación de un ambiente de aprendizaje positivo y productivo. Los alumnos se sienten seguros y motivados para participar activamente en las clases y colaborar con sus compañeros. Al promover la comunicación abierta, el respeto mutuo y la resolución pacífica</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>de problemas, se fomenta una atmósfera propicia para el aprendizaje y el crecimiento personal.</p> <p>En conclusión, la gestión de conflictos desempeña un papel fundamental en la vida de los alumnos durante la temporada de pandemia por COVID-19. No solo contribuye al bienestar emocional y la salud mental, sino que también desarrolla habilidades sociales, mejora el rendimiento académico, fomenta la resiliencia y promueve un ambiente de aprendizaje positivo.</p> <p>Es fundamental que los estudiantes adquieran estas habilidades para enfrentar los desafíos actuales y futuros de manera constructiva y saludable.</p>		
--	--	--	--	--	--

<p>DINÁMICA</p>	<p>15´</p>	<p>Trabajo grupal</p>	<p>Se comenzó resolviendo las preguntas que habían formulado los alumnos en la sesión interior y se resolvió brindando pautas: ¿Qué se podría hacer si alguien me está acosando constantemente en el colegio? En momentos difíciles como este, es importante buscar apoyo y no enfrentar la situación en solitario. Puedes hablar con alguien de confianza, un profesor o un consejero escolar, quienes están capacitados para brindarte la ayuda necesaria. Además, es recomendable llevar un registro detallado de los incidentes de acoso, registrando fechas, horas y descripciones, para tener evidencias sólidas que puedas compartir con las personas encargadas de abordar el conflicto. Es crucial evitar responder al hostigamiento con violencia física o verbal, manteniendo la calma y buscando soluciones</p>		<p>Alumnos</p>
------------------------	------------	-----------------------	---	--	----------------

			<p>pacíficas en su lugar. Identificar lugares seguros en el colegio, donde haya adultos supervisando, puede brindarte protección durante momentos de mayor riesgo. Anima a tus compañeros de clase a hablar sobre el acoso y a informar cualquier incidente que presencien, ya que cuantas más personas estén dispuestas a hablar, más difícil será para los acosadores continuar con su comportamiento. No olvides cuidarte a ti mismo durante esta situación difícil, practicando el autocuidado y participando en actividades que te hagan sentir bien y te ayuden a manejar el estrés. Recuerda que el acoso es inaceptable y tienes derecho a recibir educación en un entorno seguro y libre de violencia. No dudes en buscar ayuda y reportar cualquier incidente de acoso a las personas adecuadas. Trabajando juntos,</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>podemos poner fin al acoso y crear un ambiente escolar positivo.</p> <p>¿Cuál es la forma más efectiva de resolver un malentendido con un amigo sin comprometer nuestra amistad?</p> <p>Para resolver un desacuerdo con un amigo sin dañar la amistad, es primordial mantener una comunicación honesta y transparente, expresando de manera clara y respetuosa los sentimientos y preocupaciones. Es esencial tener empatía y comprensión, tratando de comprender la perspectiva del amigo y reconociendo que cada persona tiene una forma única de ver las cosas. Evitar emitir opiniones y atacar personalmente es fundamental, enfocándose en buscar soluciones constructivas y mantener el respeto mutuo. La clave está en llegar a una resolución pacífica y negociar,</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>buscando alternativas conciliadoras y soluciones que sean beneficiosas para ambos. Una vez encontrada la solución, el perdón y la reconciliación son importantes para dejar atrás el enfrentamiento y valorar la amistad por encima de los malentendidos. Si se requiere más apoyo, se recomienda buscar la ayuda de un adulto de confianza y si no encuentra una salida sentirse en confianza de conversar con el psicólogo de su Institución educativa.</p> <p>¿Qué se puede hacer en momentos de estrés o ansiedad cuando me encuentro en medio de un conflicto?</p> <p>Reconoce y acepta tus sentimientos de estrés y ansiedad, sin criticarte para poder enfrentar el conflicto de manera eficaz. Pruebas técnicas de respiración profunda y relajación, como la respiración abdominal, la visualización o la</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>meditación, para reducir la tensión y encontrar tranquilidad. No enfrentes el problema solo/a, busca el apoyo de adultos de confianza, como profesores, consejeros escolares o familiares, para compartir tus preocupaciones y recibir soporte emocional. Intenta comprender el punto de vista de la otra persona comprometida en el conflicto, practicando la empatía y considerando sus motivaciones y experiencias. Comunícate de manera clara y respetuosa, expresando tus pensamientos y sentimientos sin culpar, y escucha atentamente a la otra persona. Busca soluciones creativas que satisfagan las necesidades de ambos, en lugar de enfocarte solamente en ganar o perder. Dedicar tiempo a cuidar de ti mismo/a, participando en actividades que te gusten y te relajen. Recuerda</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>que cada conflicto es una oportunidad de aprendizaje y crecimiento.</p> <p>Si siento que un profesor me está tratando injustamente, ¿qué puedo hacer?</p> <p>Es importante mantener la calma y analizar objetivamente la situación cuando creas que estás siendo tratado injustamente por un docente. Procura entablar una conversación respetuosa y calmada con el profesor, expresa tus preocupaciones de manera clara y específica. Si no te sientes cómodo hablando directamente con el profesor o si la situación no se soluciona, busca apoyo de un adulto de confianza, como un consejero escolar o director, quienes pueden intervenir y ayudarte a resolver el problema adecuadamente. Asegúrate de registrar los incidentes detalladamente y busca el respaldo de tus compañeros si están pasando</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>por lo mismo. Comunica la situación a tus padres y, si es necesario, utiliza las vías formales de queja de la Institución educativa para presentar tu situación. Recuerda que cada incidente es único y es fundamental buscar ayuda y no enfrentar esto solo/a, asegurándote de que tus preocupaciones sean escuchadas y tratadas de manera justa.</p> <p>¿Qué puedo hacer cuando tengo diferencias con mis padres o hermanos en casa y no sabemos cómo resolverlas?</p> <p>Comunica tus sentimientos y preocupaciones de forma respetuosa y abierta a tus padres o hermanos, siempre manteniendo la calma y escuchando atento sus opiniones. Practica la empatía al tratar de entender las emociones y experiencias de los demás, aceptando que cada persona tiene sus propias necesidades e</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>interpretaciones. Elige un momento adecuado para tratar las diferencias, evitando situaciones de enojo o desconcentración. Busca soluciones a través de acuerdos y el compromiso, buscando alternativas que beneficien a todos. Si es necesario, busca el apoyo de un adulto de confianza para obtener orientación adicional y mediar en la búsqueda de soluciones. Recuerda que resolver las diferencias lleva tiempo, paciencia y compromiso de ambos, y la comunicación abierta y respetuosa es fundamental para construir relaciones familiares saludables y armoniosas.</p> <p>Después de un conflicto o malentendido, ¿cómo puedo disculparme de buena manera?</p> <p>Antes de disculparte, reflexiona sobre tu conducta y admite tus errores o malentendidos. Sé honesto y sincero al expresar tus disculpas,</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>reconociendo el daño causado y mostrando arrepentimiento por tus acciones. Muestra empatía hacia la otra persona, comprendiendo sus sentimientos y reconociendo cómo tus acciones les afectaron. Sé claro y específico al disculparte, identificando el motivo y mencionando las acciones específicas por las cuales te disculpas. Evita justificar o excusar tu comportamiento, asumiendo la responsabilidad sin intentar justificarlo. Si es posible, ofrece una solución o forma de corregir el conflicto, demostrando compromiso para reconstruir la confianza. Aprende de la experiencia, reflexiona sobre lo sucedido y busca evitar conflictos similares en el futuro. Recuerda que una disculpa genuina requiere humildad, sinceridad y disposición para cambiar, y puede ser el</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>primer paso hacia la reconciliación y fortalecimiento de las relaciones.</p> <p>¿Cómo puedo expresar mi punto de vista en un conflicto sin que se convierta en una discusión intensa?</p> <p>Durante una conversación, es importante mantener la calma y expresar nuestro punto de vista de manera tranquila y respetuosa. Debemos ser claros y seguros, evitando la agresividad, y escuchar activamente la perspectiva de la otra persona. Al comunicarnos, es recomendable pensar en nuestras propias experiencias utilizando frases como "Me parece que..." en lugar de atacar a la otra persona. Evitar expresiones ofensivas y buscar puntos en común nos ayuda a establecer una base común y reducir la tensión. En general, debemos recordar que la comunicación efectiva</p>		
--	--	--	---	--	--

			y el respeto mutuo son fundamentales para expresar nuestro punto de vista sin que la situación se vuelva un momento tenso.		
CONCLUSIONES	2'	Exposición	En lluvia de ideas se llegó a la conclusión que lo importante siempre en mantener el respeto y hablar claro y con empatía.		Psicólogos
TAREAS Y CIERRE	2'	Exposición	Se despidió de los participantes cordialmente y se le invitó a la próxima sesión.		Psicólogos

SESIÓN N° 11: Cierre de actividades con los alumnos de primero de secundaria

Fecha: Diciembre 2020

Ambiente: Google meet

FASES	TIEMPO	ESTRATEGIAS	PROCEDIMIENTO	MEDIOS Y MATERIALES	RESPONSABLES
PRESENTACION	2´	Individual	Se comenzó con la presentación de la psicóloga, así mismo se dio la bienvenida a los alumnos y se hizo conocer el motivo de la reunión, el cierre de año escolar.	Google meet	Psicólogo
TEMA DE DESARROLLO	15´	Exposición	Se comenzó con los alumnos a hacer un recuento de las actividades desarrolladas. Se concluyó primero de secundaria en medio de un año donde se vivió una pandemia mundial, el cual ha sido extraordinario y diferente debido a la situación. Durante todo este tiempo, se llevó a cabo diversas charlas que han tenido resultados muy positivos para todos, a continuación, se repasa algunos de los temas abordados y los logros que se han obtenido.		Psicólogo

			<p>En primer lugar, se reflexionó sobre la importancia de adaptarse a la educación virtual durante esta temporada de pandemia. Todos los alumnos han experimentado un cambio drástico en su forma de aprender, y es de orgullo destacar que han demostrado una gran capacidad de adaptación y resiliencia. Han desarrollado habilidades para enfrentar los desafíos que implica el aprendizaje a distancia y han logrado mantener un alto compromiso con su educación.</p> <p>Otro tema relevante que se ha trabajado es el manejo de las habilidades sociales en la educación a distancia. A pesar de la distancia física, han aprendido a comunicarse y colaborar de manera efectiva a través de plataformas virtuales. Han demostrado empatía, respeto y comprensión hacia sus compañeros, lo cual ha sido de gran importancia para mantener un entorno de aprendizaje positivo y enriquecedor.</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>Además, hubo un enfoque en contribuir al desarrollo de sus habilidades sociales y en su capacidad para adaptarse a los cambios. Han participado activamente en diversas actividades que les han permitido fortalecer su habilidad para relacionarse con los demás, expresar sus ideas y adaptarse a nuevas situaciones. Han demostrado una madurez excepcional y una disposición admirable para enfrentar los desafíos que han surgido durante este año. También se ha realizado una encuesta para conocer su opinión sobre la educación a distancia, su adaptación y el manejo de habilidades sociales. Sus respuestas han brindado información valiosa para mejorar las prácticas educativas y asegurar que estén atendiendo sus necesidades de la mejor manera posible.</p> <p>Además de las charlas y actividades mencionadas, se llevó a cabo observaciones en diferentes clases, como Geografía y Educación</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>Física, con el propósito de evaluar su comportamiento y actitud. Se destaca que han demostrado un alto nivel de compromiso, participación y respeto hacia sus profesores y compañeros. Han mostrado una actitud positiva hacia el aprendizaje y han aprovechado al máximo las oportunidades que se les ha brindado.</p> <p>Por último, se abordó el tema sobre la gestión de conflictos. Se ha enseñado habilidades para resolver diferencias y desacuerdos de manera constructiva, promoviendo la empatía y el respeto hacia los demás. Han aprendido a escuchar activamente, a expresar sus opiniones de manera asertiva y a buscar soluciones colaborativas. Estas habilidades son fundamentales para su desarrollo personal y para mantener relaciones saludables y armoniosas con los demás.</p> <p>En resumen, a lo largo de este año se trabajó en equipo con los docentes y padres de familia para</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>adaptarse junto a los alumnos a la educación virtual, en el manejo de las habilidades sociales, en el desarrollo de habilidades para resolver conflictos y en la observación y evaluación de su comportamiento. Han demostrado una gran capacidad de adaptación, madurez y compromiso, y han desarrollado habilidades sociales fundamentales para su crecimiento personal.</p>		
DINÁMICA	15´	Trabajo grupal	<p>Se pidió a los alumnos que relaten como se habían sentido este año escolar con el cambio de modalidad en su educación, así como también que opinaban sobre las sesiones que se había tenido durante los meses.</p> <p>Los alumnos manifestaron que, si sintieron complicado desde que comenzó las clases de manera remota, tuvieron dificultades para mantenerse incentivados y enfocados durante clases, así como frustración por falta de interacción personal con sus compañeros y profesores.</p>		Alumnos

			<p>Experimentaron la soledad y aislamiento durante el año, sin embargo, relataron que también se sintieron escuchados por la psicóloga y fue una guía para corregir errores. También informaron haber sentido preocupación por su rendimiento académico debido a falta de apoyo de docentes de manera presencial. Informaron también que sienten haber tenido mejora en su desarrollo de habilidades sociales y manejo de conflictos, las estrategias para adaptarse le han generado cambios de manera positiva para lidiar con la educación remota.</p>		
CONCLUSIONES	2'	Exposición	<p>Se felicitó a los alumnos de primero de secundaria por el progreso demostrado, por haber mantenido respeto, empatía, y comunicación entre compañeros y sus docentes, han logrado culminar el primer año de secundaria todos con notas buenas, resultado del esfuerzo puesto por cada uno.</p>		Psicólogo

TAREAS Y CIERRE	2'	Exposición	Se despidió de los participantes cordialmente y se culminó con ellos las sesiones del año.		Psicólogo
------------------------	----	------------	--	--	-----------



Metodología:

Para este informe, se llevó a cabo la participación individual de los alumnos de primer año de secundaria. Los participantes fueron seleccionados al azar, asegurando una diversidad de opiniones y experiencias

Experiencia de la educación a distancia:

El 85% de los alumnos expresaron que la educación a distancia fue un desafío para ellos, citando dificultades como la falta de interacción personal y la adaptación a las plataformas virtuales de aprendizaje.

Un 60% de los estudiantes mencionaron sentirse frustrados por la falta de contacto físico con sus compañeros y profesores, lo que afectó su motivación y participación en las clases.

El 70% de los alumnos manifestaron dificultades para mantenerse motivados y concentrados durante las clases virtuales, debido a la falta de un ambiente escolar tradicional y a posibles distracciones en el hogar.

Percepción de las charlas del psicólogo escolar:

Un 80% de los estudiantes consideraron que las charlas del psicólogo les brindaron herramientas útiles para afrontar los desafíos emocionales y sociales durante el año escolar.

El 70% mencionaron que las charlas les ayudaron a mejorar sus habilidades de comunicación y manejo de conflictos, permitiéndoles establecer relaciones más saludables y resolver problemas de manera efectiva.

Un 65% de los alumnos afirmaron que las charlas les proporcionaron estrategias para adaptarse de manera positiva a los cambios y desafíos de la educación a distancia, ayudándoles a mantener una mentalidad flexible y enfocada en el crecimiento personal.

Conclusiones:

Experiencia de la educación a distancia:

Los alumnos de primer año de secundaria han enfrentado numerosos desafíos durante la educación a distancia, incluyendo la falta de interacción personal, frustración y dificultades para mantener la motivación y la concentración. Estos factores han impactado en su bienestar emocional y su rendimiento académico.

Influencia de las charlas del psicólogo escolar:

Las charlas impartidas por el psicólogo escolar han tenido un impacto significativo en el desarrollo de habilidades sociales, gestión de conflictos y adaptación de los alumnos. Han brindado herramientas prácticas para afrontar los desafíos emocionales y sociales, mejorando la comunicación, fomentando relaciones saludables y promoviendo una actitud positiva ante los cambios.

Recomendaciones:

Continuar el apoyo emocional y psicológico:

Es fundamental continuar brindando apoyo emocional y psicológico a los estudiantes para ayudarles a lidiar con las dificultades emocionales derivadas de la educación a distancia. Esto puede incluir la disponibilidad de sesiones individuales con el psicólogo escolar y la implementación de programas de bienestar mental.

Promover la interacción y colaboración:

Es importante implementar estrategias adicionales para fomentar la interacción y el trabajo en equipo entre los estudiantes, incluso en un entorno virtual. Esto puede incluir actividades grupales, proyectos colaborativos y debates virtuales que promuevan la participación activa y el desarrollo de habilidades sociales.

Evaluación y ajuste continuo:

Se recomienda realizar evaluaciones periódicas para monitorear el impacto de las charlas del psicólogo escolar y realizar ajustes en función de las necesidades y el progreso de los alumnos. Esto permitirá adaptar el enfoque y las estrategias para maximizar los beneficios para los estudiantes.

En conclusión, la educación a distancia durante la pandemia ha presentado desafíos significativos para los alumnos de primer año de secundaria. Sin embargo, las charlas del psicólogo escolar han tenido un efecto positivo en el desarrollo de habilidades sociales, gestión de conflictos y adaptación de los estudiantes, brindándoles herramientas valiosas para enfrentar los retos emocionales y sociales.

SESIÓN N° 12: ELABORACIÓN DE PLAN PARA COMIENZO DE AÑO ESCOLAR

Fecha: Enero 2021

Objetivo principal:

El objetivo principal es fomentar el desarrollo de habilidades sociales y facilitar la adaptación exitosa de los alumnos a la educación remota durante la pandemia.

Evaluación inicial:

En primer lugar, se realizará una evaluación inicial de las habilidades sociales de los alumnos, teniendo en cuenta su capacidad para comunicarse, colaborar y establecer relaciones en el entorno virtual. También se identificarán los desafíos y dificultades específicas que enfrentan en la adaptación a la educación remota.

Sesiones individuales o grupales:

Se llevarán a cabo sesiones de orientación tanto individuales como grupales, con el propósito de abordar y discutir los desafíos emocionales y sociales relacionados con la educación remota. Durante estas sesiones, se proporcionarán estrategias prácticas y herramientas para mejorar la comunicación virtual, fomentar la participación activa y promover la colaboración con compañeros y profesores.

Talleres y actividades:

Se organizarán talleres interactivos en el entorno virtual, centrados en el desarrollo de habilidades sociales. Estos talleres abordarán temas como la escucha activa, la empatía, la resolución de conflictos y la construcción de relaciones positivas. Además, se fomentará la participación activa de los alumnos en actividades grupales, como debates virtuales, proyectos colaborativos y juegos de roles en línea.

Asesoramiento y apoyo continuo:

Se brindará un espacio seguro y confidencial donde los alumnos podrán expresar sus preocupaciones, ansiedades o frustraciones relacionadas con la educación remota.

Además, se proporcionará apoyo emocional y orientación individualizada para ayudar a los alumnos a superar obstáculos y desarrollar estrategias efectivas de afrontamiento.

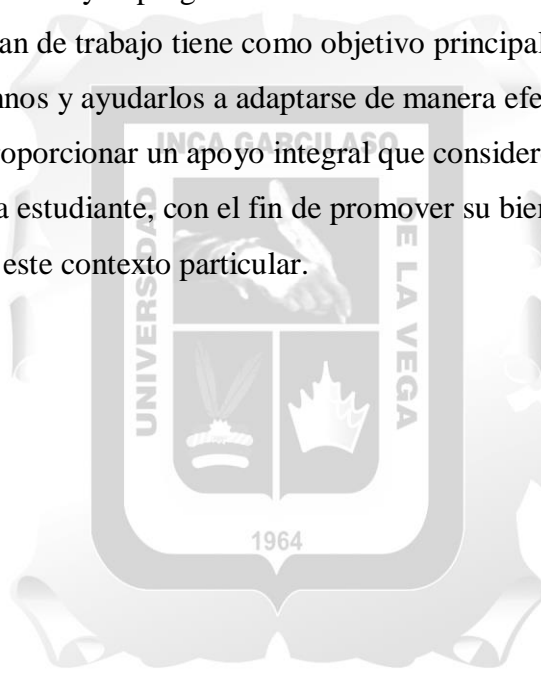
Comunicación con los padres:

Se establecerá una comunicación regular con los padres para informarles sobre el progreso de sus hijos y proporcionarles pautas y sugerencias para apoyar su adaptación y desarrollo de habilidades sociales en la educación remota. También se organizarán sesiones informativas para los padres, abordando temas relacionados con la educación remota y cómo pueden apoyar a sus hijos en este proceso.

Seguimiento y evaluación:

Se llevarán a cabo evaluaciones periódicas para monitorear el progreso de los alumnos en el desarrollo de habilidades sociales y su adaptación a la educación remota. A partir de estos resultados, se realizarán ajustes y modificaciones al plan de trabajo, teniendo en cuenta las necesidades y el progreso de cada alumno de manera individualizada.

En resumen, este plan de trabajo tiene como objetivo principal fortalecer las habilidades sociales de los alumnos y ayudarlos a adaptarse de manera efectiva a la educación remota. Se busca proporcionar un apoyo integral que considere las necesidades individuales de cada estudiante, con el fin de promover su bienestar emocional y su éxito académico en este contexto particular.



SESIÓN N° 12: ELABORACIÓN DE PLAN PARA COMIENZO DE AÑO ESCOLAR II

Fecha: Febrero 2021

Objetivo General:

El objetivo principal de este plan de trabajo es promover el bienestar emocional y el desarrollo de habilidades sociales de los alumnos, así como mejorar su adaptación efectiva a la educación remota. Se busca centrar en los siguientes aspectos:

comunicación, respeto hacia los docentes y compañeros, empatía, gestión de conflictos, implementación de actividades para mejorar las relaciones a distancia y manejo del estrés.

Evaluación Inicial:

Realizar una evaluación inicial para identificar las necesidades y dificultades específicas de los alumnos en relación con la educación remota, la comunicación, el respeto, la empatía, la gestión de conflictos y el manejo del estrés.

Utilizar herramientas como cuestionarios, entrevistas o sesiones individuales para reunir información sobre el estado emocional de los alumnos y su capacidad para continuar con la adaptación y relacionarse en el entorno virtual.

Sesiones de Orientación y Apoyo Individual o Grupal:

Realizar sesiones individuales o grupales para abordar los desafíos emocionales y sociales que surgen en la educación remota.

Proporcionar un espacio seguro y confidencial donde los alumnos puedan expresar sus preocupaciones, compartir experiencias y recibir orientación.

Facilitar la reflexión y el aprendizaje sobre la comunicación efectiva, el respeto hacia los docentes y compañeros, la empatía, la gestión de conflictos y el manejo del estrés.

Ofrecer estrategias prácticas y herramientas concretas para mejorar estas habilidades y fomentar un ambiente de aprendizaje positivo y colaborativo.

Talleres y Actividades Virtuales:

Organizar talleres interactivos que aborden temas relacionados con la comunicación efectiva, el respeto, la empatía, la gestión de conflictos y el manejo del estrés en el entorno virtual.

Promover la participación activa de los alumnos en actividades grupales, como debates virtuales, proyectos colaborativos y juegos de roles en línea, que fomenten el desarrollo de habilidades sociales y la construcción de relaciones positivas a distancia.

Proporcionar oportunidades para practicar y aplicar las habilidades aprendidas en un entorno seguro y de apoyo.

Estrategias de Comunicación y Respeto:

Enseñar técnicas de comunicación efectiva, como escucha activa, expresión asertiva y empatía, para mejorar la interacción con docentes y compañeros en el entorno virtual.

Promover el respeto hacia los demás, resaltando la importancia de tratar a todos con consideración y valorar las diferencias individuales.

Fomentar la construcción de un ambiente de respeto mutuo, donde se promueva la colaboración, la tolerancia y la aceptación de opiniones diversas.

Gestión de Conflictos:

Brindar herramientas para identificar y resolver conflictos de manera constructiva y respetuosa, fomentando la negociación, el diálogo y la búsqueda de soluciones mutuamente satisfactorias.

Enseñar estrategias para manejar las emociones y evitar comportamientos agresivos o pasivos en situaciones de conflicto.

Facilitar la comprensión de diferentes perspectivas y promover el establecimiento de acuerdos y compromisos.

Manejo del Estrés:

Proporcionar técnicas de manejo del estrés, como la respiración consciente, la relajación muscular y la atención plena, para ayudar a los alumnos a reducir la ansiedad y el estrés relacionados con la educación remota.

Enseñar estrategias para establecer rutinas saludables, equilibrar el tiempo de estudio y descanso, y mantener un buen autocuidado emocional y físico.

Promover la importancia de mantener una actitud positiva y desarrollar habilidades de afrontamiento frente a situaciones desafiantes.

Seguimiento y Evaluación:

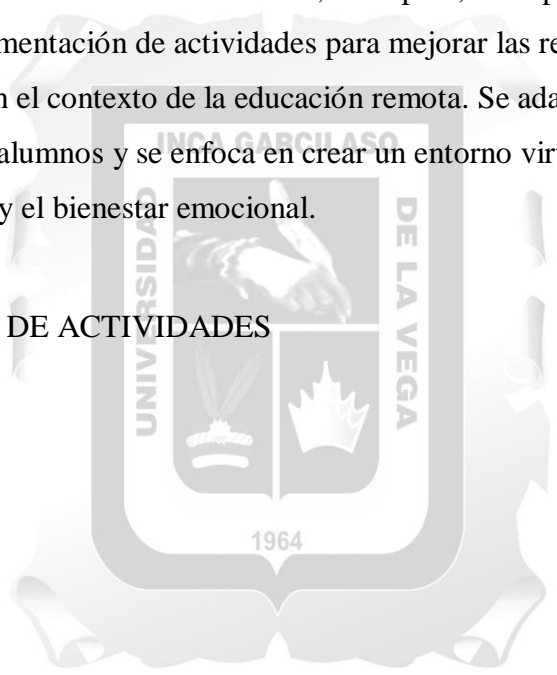
Realizar evaluaciones periódicas para monitorear el progreso de los alumnos en el desarrollo de habilidades sociales, adaptación a la educación remota, comunicación efectiva, respeto, empatía, gestión de conflictos y manejo del estrés.

Utilizar herramientas de evaluación, como cuestionarios o escalas, para medir los cambios en el bienestar emocional y la adquisición de habilidades sociales.

Ajustar y modificar el plan de trabajo según las necesidades y el progreso de los alumnos, brindando apoyo individualizado cuando sea necesario.

Este plan de trabajo integral tiene como objetivo principal fortalecer las habilidades sociales, promover la comunicación efectiva, el respeto, la empatía, la gestión de conflictos, la implementación de actividades para mejorar las relaciones a distancia y el manejo del estrés en el contexto de la educación remota. Se adapta a las necesidades individuales de los alumnos y se enfoca en crear un entorno virtual positivo y propicio para el aprendizaje y el bienestar emocional.

- **CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES**



Actividades	Fecha
Adaptarnos a la educación virtual en temporada de pandemia por Covid19	Abril
Manejo de las habilidades sociales en la educación a distancia	Mayo
Contribuir con el desarrollo de las habilidades sociales de los alumnos, así como su adaptación al cambio	Mayo
Encuesta sobre opinión en cuanto a la educación a distancia, su adaptación y manejo de habilidades sociales	Junio
Conociendo las habilidades sociales que desarrollan los alumnos en clases a distancia por Covid19, así como su proceso de adaptación a esta nueva modalidad- Padres de familia	Julio
Circulo para compartir	Agosto
Observación a la clase de Geografía con el propósito de evaluar comportamiento y actitud de los alumnos.	Agosto
Observación a clase de Educación física para ver el comportamiento de los alumnos.	Octubre
“Gestión de conflictos – Desarrollar habilidades para resolver diferencias y desacuerdos de manera constructiva, promoviendo la empatía y el respeto hacia los demás”	Noviembre
“Gestión de conflictos – Desarrollar habilidades para resolver diferencias y desacuerdos de manera constructiva, promoviendo la empatía y el respeto hacia los demás II”	Diciembre
Cierre de actividades con los alumnos de primero de secundaria	Diciembre
Elaboración de plan para comienzo de año escolar	Enero
Elaboración de plan para comienzo de año escolar II	Febrero

4 CAPÍTULO IV: ASPECTOS GENERALES

4.1 LOGROS OBTENIDOS

Este informe resume los logros obtenidos a través de la intervención realizada por el psicólogo en el desarrollo de habilidades sociales y la adaptación de alumnos de primero de secundaria durante la temporada de pandemia. El objetivo de la investigación fue evaluar los efectos del asesoramiento psicológico en el fortalecimiento de las habilidades sociales y la adaptación de los estudiantes en un contexto educativo a distancia. A continuación, se presentan los resultados destacados:

Reconocimiento de las necesidades de adaptación de los alumnos

A través de la recopilación de datos cualitativos, se identificaron las principales dificultades y retos que los estudiantes de primero de secundaria enfrentaron durante la temporada de pandemia por COVID 19 en relación con la adaptación al aprendizaje a distancia.

Diseño de un programa de intervención psicológica:

Se implementó un programa de intervención psicológica adaptado a las necesidades específicas de los estudiantes de primero de secundaria.

El programa se centró en el desarrollo de habilidades sociales, incluyendo la comunicación eficaz, la empatía, la resolución de conflictos y el trabajo en equipo, con el objetivo de mejorar la adaptación socioemocional de los estudiantes en la nueva modalidad de estudio a distancia.

Ejecución del programa de intervención:

Se llevaron a cabo sesiones grupales e individuales con alumnos, docentes y padres de familia donde se pudo compartir sus experiencias y sentir en esta nueva convivencia.

Se promovió la participación y colaboración activa de los alumnos, brindando un entorno seguro y de confianza para la expresión de sus emociones y preocupaciones.

Evaluación de los resultados:

Se llevaron a cabo evaluaciones pre y post intervención para medir los cambios en las habilidades sociales y la adaptación de los estudiantes.

Los resultados demostraron mejoras relevantes en las habilidades sociales de los alumnos, incluyendo una mayor capacidad para comunicarse de manera efectiva, resolver conflictos de manera constructiva, empatizar y trabajar en equipo.

Impacto en la adaptación de los estudiantes:

Los alumnos reportaron una mayor confianza en sí mismos y en sus habilidades para adaptarse a la educación en modalidad digital.

Se observaron notables progresos en la interacción entre los alumnos, así como una mayor participación y colaboración en actividades de trabajo en equipo.

Fundamentado en los logros obtenidos durante el proceso de intervención se determina que la labor del psicólogo en el desarrollo de habilidades sociales tiene un resultado beneficioso en la adaptación de los alumnos de primero de secundaria durante la temporada de pandemia. Al fortalecer las habilidades sociales de los estudiantes, se incentiva su bienestar emocional, su colaboración activa en el aprendizaje a distancia y su capacidad para establecer relaciones saludables y positivas con sus compañeros.

4.2 CONCLUSIONES:

El año 2020 tuvo un impacto de gran importancia en la vida de las personas, se vivió una pandemia a nivel mundial por Covid19, lo que motivó a vivir en cuarentena de manera obligatoria y seguir protocolos de seguridad necesarios.

Por razones de prevención los estudiantes debieron continuar su enseñanza en casa, situación que generó diversas emociones, así como situaciones de estrés, por lo tanto se tuvo como objetivo evaluar la efectividad de un programa de intervención psicológica elaborado para mejorar las habilidades sociales de los alumnos y su capacidad de adecuación a las clases a distancia por motivo de la pandemia por Covid19.

Después de llevar a cabo el programa durante un período de doce meses, se pudo observar mejoras relevantes en la participación activa de los alumnos en las clases en línea, así como en su capacidad para relacionarse con sus compañeros y docentes. El desarrollo del programa también formó un ambiente de respeto y confianza, lo que permitió que los alumnos se sintieran cómodos y seguros al participar en las clases ya que al comienzo tuvieron dificultades para lograr adecuarse a este cambio.

Se concluye que la intervención psicológica es una herramienta de gran valor para el desarrollo de habilidades sociales y la adaptación de los alumnos de primero de secundaria en clases virtuales durante la pandemia por Covid19. La realización de programas similares puede tener una influencia positiva en el proceso de aprendizaje y el bienestar social

emocional de los estudiantes en condiciones de educación a distancia. El rol fundamental de la psicología en la educación de los estudiantes se hace evidente en la relevancia de las habilidades sociales en su progreso, tanto para nivel escolar como profesional y la vida, ya que su buen desarrollo le dará seguridad necesaria para manejar sus logros en la vida.

4.3 RECOMENDACIONES:

Estas sugerencias han sido elaboradas con el propósito de respaldar el crecimiento de competencias sociales y la adaptación de los estudiantes de primero de Secundaria en un contexto educativo remoto en medio de la pandemia. Al poner en práctica estas medidas, se puede crear un espacio virtual que propicie el apoyo mutuo, la conexión y la capacidad de desarrollar habilidades sociales cruciales para su bienestar y logros académicos.

Continuar la implementación de programas de intervención psicológica: Es indispensable seguir proporcionando apoyo psicológico y programas de desarrollo de habilidades sociales para los alumnos. Estas acciones deben adaptarse a la modalidad de aprendizaje a distancia y tratar las necesidades precisas de adaptación en la temporada de pandemia por Covid19.

Impulsar la participación activa: Participación de los alumnos en actividades virtuales que incentiven la interacción y el desarrollo de habilidades sociales. Esto puede incorporar discusiones en línea, grupos de trabajo, proyectos colaborativos y actividades innovadoras que estimulen la conexión y el trabajo en equipo.

Brindar espacios seguros: Respaldo que los alumnos se sientan confiables y cómodos al participar en actividades grupales virtuales. Determinar normas de respeto y empatía, y promover un entorno de confianza donde los alumnos se sientan libres de expresarse y comunicar sus ideas con seguridad y tranquilidad, sin temor a ser juzgados.

Capacitar a los docentes: Brindar capacitación y apoyo adicional a los docentes para que puedan tratar de modo efectivo las necesidades socioemocionales de los estudiantes. Esto comprende otorgarles estrategias para estimular la interacción social, manejar situaciones de conflicto y propiciar un ambiente de apoyo en el entorno de educación a distancia.

Establecer alianzas con el núcleo familiar: Comprometer a los padres y docentes con su participación activa en el proceso de adaptación y desarrollo de habilidades sociales de los adolescentes. Contactarse de manera regular con las familias fomentando la comunicación

efectiva, brindarles recursos y orientación sobre cómo apoyar a sus hijos en el entorno virtual y promover la colaboración entre la Institución educativa y el hogar.

Evaluar y adaptar continuamente las intervenciones: Realizar una supervisión continua de los resultados de las intervenciones y reunir datos cualitativos para evaluar su efectividad.

Utilizar esta retroalimentación para efectuar cambios y mejoras en los programas de intervención, garantizando así que sean apropiados y pertinentes para los alumnos de primero de secundaria en la temporada de pandemia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANEXOS

