



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL**

FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE PEDAGOGÍA

TEMA:

Propuesta didáctica para fortalecer la salud mental en el contexto de la pandemia desde el Área de Lengua y Literatura en estudiantes del subnivel medio de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica

AUTORA:

Mendoza García Brigitte Fransheska

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
LICENCIADA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

TUTORA:

Dra. Moran Marussich, Esther Raquel, Mgs.

Guayaquil, Ecuador

13 de septiembre del 2021



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo de titulación fue realizado en su totalidad por **Mendoza García, Brigitte Fransheska**, como requerimiento para la obtención del título de **Licenciada en Ciencias de la Educación**.

TUTORA

Dra. Moran Marussich Esther Raquel, Mgs.

DIRECTORA DE LA CARRERA

f. _____

Lcda. Albán Morales Sandra Elizabeth, PhD.

Guayaquil, 13 de septiembre del 2021



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Mendoza García, Brigitte Fransheska

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación, **Propuesta didáctica para fortalecer la salud mental en el contexto de la pandemia desde el Área de Lengua y Literatura en estudiantes del subnivel medio de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica** previo a la obtención del título de **Licenciada en Ciencias de la Educación**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, 13 de septiembre del 2021

LA AUTORA

f. _____

Mendoza García, Brigitte Fransheska



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA

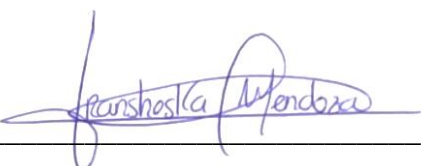
AUTORIZACIÓN

Yo, Mendoza García, Brigitte Fransheska

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **Propuesta didáctica para fortalecer la salud mental en el contexto de la pandemia desde el Área de Lengua y Literatura en estudiantes del subnivel medio de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, 13 de septiembre del 2021

LA AUTORA:

f. 

Mendoza García, Brigitte Fransheska

REPORTE DE URKUND

Tutorada: Brigitte Fransheska Mendoza García





Título: Propuesta didáctica para fortalecer la salud mental en el contexto de la pandemia desde el Área de Lengua y Literatura en estudiantes del subnivel medio de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica.



Document Information

Analyzed document	Propuesta didáctica para fortalecer la salud mental en el contexto de la pandemia desde el Área de Lengua y Literatura en estudiantes del subnivel medio de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica..docx (D111783678)
Submitted	8/29/2021 4:57:00 AM
Submitted by	
Submitter email	fransheska_95@hotmail.com
Similarity	1%
Analysis address	esther.moran.ucsg@analysis.urkund.com

Sources included in the report

W	URL: https://www.consaludmental.org/publicaciones/Salud-Mental-infancia-adolescencia-covid-19.pdf Fetched: 8/29/2021 4:58:00 AM	 1
W	URL: https://vsip.info/intervenciones-recomendadas-smaps-pandemia-covid-19-pdf-free.html Fetched: 8/29/2021 4:58:00 AM	 2
W	URL: https://www.aprendeencasa.mx/aprende-en-casa/alumnos-especial/lecturas/archivos-especial/02_RevistaCuaDEErnos-14052020.pdf Fetched: 7/6/2020 1:36:01 PM	 2
SA	ae479bd53bc2aa7707c2cc4037d2a2c77b1a4d92.html Document ae479bd53bc2aa7707c2cc4037d2a2c77b1a4d92.html (D92760226)	 1

f.

Mendoza García, Brigitte Fransheska

ESTUDIANTE

Dra. Morán Marussich Esther Raquel, Mgs.

TUTORA



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por la sabiduría y fuerza que me ha dado en todo momento, por haberme permitido cumplir este sueño a pesar de las circunstancias.

Agradezco a mi papá y a mi mamá por el sacrificio que han hecho para que yo estudie en esta universidad, por su apoyo incondicional, por acompañarme durante toda mi formación universitaria y personal y porque siempre han visto por mi bienestar; agradezco a mi hermana y sobrinos por llenarme de alegría y permitirme compartir lo que he aprendido a lo largo de mi carrera.

Agradezco a todos mis profesores que me han acompañado durante estos años, por cada enseñanza, consejo y experiencia que compartieron conmigo, por su calidad humana que me ha formado en la docente que soy ahora y por enseñarme con su ejemplo a creer que se puede lograr cambios en la educación.

Agradezco a la tutora que Dios me dio, Dra. Raquel Morán, que tuve el honor de tenerla como mi maestra, quien me entendió y me ayudó a cristalizar esas ideas que quería plantear en mi propuesta, gracias por guiarme en todo este proceso, por sus consejos e incluso por sus oraciones.

Agradezco a todos mis amigos de la universidad, por su apoyo, compañerismo y ocurrencias, en especial a Sandra Guailas, quien me demostró más de una vez su verdadera amistad, agradezco su compañía, consejos y largas conversaciones que iluminaron mis días creando momentos inolvidables.



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

DEDICATORIA

A mi papá por su apoyo y cuidado, a mi mamá por cada palabra de motivación y aliento que me invitaba a creer en lo que Dios ha puesto en mí ayudándome a no claudicar.

A cada docente que creyó en mis habilidades y capacidades y a cada persona que lucha por una educación diferente que transforme esta sociedad.

A cada uno de mis estudiantes desde los más pequeños hasta los más adultos que han confiado en mí permitiéndome educarlos y apoyarlos en su proceso de formación logrando un vínculo fuerte que va más allá que el de docente – estudiante.



FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA

TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

DRA. MORÁN MARUSSICH ESTHER RAQUEL, MGS.

TUTORA

f. _____

DECANO O DIRECTOR DE CARRERA

f. _____

COORDINADOR DEL ÁREA O DOCENTE DE LA CARRERA

f. _____

OPONENTE



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA

CALIFICACIÓN

f. _____

DRA. MORÁN MARUSSICH ESTHER RAQUEL, MGS.

TUTORA

ÍNDICE DE CONTENIDO

AGRADECIMIENTOS.....	VI
DEDICATORIA.....	VII
TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN	VIII
Resumen	XII
Abstract.....	XIII
Introducción.....	2
CAPÍTULO I.....	4
1.1 Planteamiento del problema.....	4
1.2 Preguntas de investigación.....	6
1.3 Justificación	7
1.4. Objetivos.....	11
1.4.1. Objetivo General	11
1.4.2. Objetivos Específicos.....	11
CAPÍTULO II.....	12
2.1. Enfoque metodológico.....	12
2.2. Participantes.....	12
2.3. Técnicas e Instrumentos de investigación.....	13
2.3.1. Encuesta - Cuestionario.....	13
CAPÍTULO III	14
3.1 Antecedentes / Marco legal.....	14
3.2 Salud mental y su importancia.....	16
3.2.1 Infodemia	17
3.2.2 Señales de alerta.....	21
3.2.3 Factores que intervienen en el fortalecimiento de la salud mental	23
3.3 Educación.....	24
3.3.1 Contención emocional.....	25
3.3.2 Intervenciones recomendadas en salud mental y apoyo psicosocial (SMAPS)	27
CAPÍTULO IV	33
4.1 Encuesta aplicada a docentes del área de Lengua y Literatura.....	33
4.2. Conclusiones y recomendaciones del análisis de resultados	45
4.2.1. Conclusiones	45
4.2.2. Recomendaciones.....	46
CAPÍTULO V	48

5.1. Justificación de la propuesta	48
5.2. Contextualización	50
5.3. Objetivos	50
5.3.1. Objetivo general	50
5.3.2. Objetivos específicos.....	50
5.4. Metodología de la propuesta	51
5.5. Actividades	57
Reconozco mis emociones	57
Héroes nacionales contemporáneos	59
Margarita, el hada de la alegría	61
Tarjetas de fortaleza	64
Dado de las emociones	67
5.6. Materiales y recursos	69
5.7. Evaluación de la Propuesta	70
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	72
ANEXOS	76

Resumen

La pandemia del COVID 19 exacerbó los problemas ya existentes de salud mental en los niños, con este propósito se realiza la presente propuesta didáctica que tiene como objetivo fortalecer la salud mental desde el área de Lengua y Literatura la cual, teniendo un enfoque comunicativo, permitirá usar como elemento transversal la educación emocional. Previamente se realizó una encuesta que evidenció la necesidad que tenían los maestros de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica, de una herramienta didáctica dirigida a estudiantes del subnivel medio que comprende 5to, 6to y 7mo de Educación General Básica quienes son los primeros beneficiados porque les permitirá expresar sus emociones, desarrollar resiliencia y trabajar la empatía. Cabe recalcar, que esta propuesta se basa en la metodología constructivista y en el taller como estrategia didáctica, pues permite que el estudiante aprenda de manera vivencial; cada actividad planteada cuenta con una breve introducción, el bloque curricular y objetivos tomados del documento dado por el Ministerio de Educación del área de Lengua y Literatura.

Palabras Clave: Salud mental, educación emocional, Lengua y Literatura, desarrollo integral, COVID, resiliencia.

Abstract

The Covid 19 Pandemic resulted in an increase of the already known risk factors of mental health in children, so the purpose of this didactic proposal is to give some tools to strengthen mental health from the area of Language and Literature in a communicative approach, allowing the use of emotional education as a transversal element. A survey previously conducted to the 5th, 6th and 7th grade of the Escuela de Education Basic Particular Universidad Cattolica teachers, evidence the need teachers have of these didactic tools. The children will be the direct beneficiaries because it will allow them to express their emotions, develop resilience and work on empathy. It should be noted that this proposal is based on the constructivist methodology and the workshop as a didactic strategy, since it allows the student to learn in an experiential way; each proposed activity has a brief introduction, the curricular block and objectives taken from the document given by the Ministry of Education in the area of Language and Literature.

Key words: Mental health, emotional education, Language and Literature, integral development, COVID, resilience.

Introducción

La salud mental ha sido un tema de preocupación global desde hace mucho tiempo para los organismos internacionales, pero actualmente cobra mayor relevancia debido a que el mundo está viviendo una situación inédita; y aunque existen muchos estudios sobre las consecuencias de un impacto negativo en la salud mental de los niños, no es hasta ahora que la preocupación se exagera producto de la pandemia del COVID que ha llevado al confinamiento, al duelo, incertidumbre, miedo, frustración afectando no solo la economía sino también la salud y la educación.

Desde este punto de vista, siendo los docentes quienes más contacto tiene con los niños después de sus padres sería importante que ellos tuvieran una herramienta que permitiera ayudar a los niños a fomentar su salud mental, así como ser capaces de distinguir los datos de alarma en los cuales el niño deba ser derivado a un especialista. No obstante, desde la escuela se puede enseñar a que aprendan a manejar, gestionar y expresar sus emociones, desarrollen resiliencia, empatía, tolerancia, autoestima que permitan un desarrollo holístico. Por esta razón, desde el área de Lengua y Literatura se ha diseñado una propuesta didáctica para los niños de 9, 10 y 11 años con el fin de conectar la educación emocional con los contenidos y destrezas que se plantean en el currículo del subnivel medio, de manera que el docente no tenga inconvenientes de incluir estas actividades dentro de su planificación.

Es importante señalar, que se eligió el área de Lengua y Literatura por su enfoque comunicativo y eminentemente procedimental, haciendo énfasis en el desarrollo de destrezas más que en el aprendizaje de contenidos conceptuales. En las actividades sugeridas se detallan, alguno de los elementos del currículo, la descripción, el material a utilizar y ciertas orientaciones para el docente. Además, en cada una de ellas se promueve

100% la interacción con el otro por lo que se puede adaptar a la modalidad presencial o virtual sin tener un alto costo.

Capítulo I. Problema

1.1 Planteamiento del problema

El bienestar general de las personas, las familias y las comunidades radica en gran medida en su salud mental siendo este un derecho, que se considera vital en todas las etapas evolutivas del ser humano. La Organización Mundial de la Salud citada por la Unicef define a la salud mental como “un componente fundamental de la salud, entendida esta última como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (2020, p.4) lo que convierte a esto en un elemento transversal que se manifestará en el desarrollo del pensamiento, expresión de emociones, interacción y percepción de la vida. Bajo este punto se considera relevante proteger, fortalecer y trabajar en la salud mental de toda persona para que pueda enfrentar las adversidades trabajando de forma productiva y contribuyendo a la sociedad.

En el 2019 surgió un brote epidémico causado por un virus conocido como COVID -19. La rápida propagación de la enfermedad hizo que la Organización Mundial de la Salud declarara emergencia sanitaria el 30 de enero de 2020, y la reconociera como pandemia el 11 de marzo de 2020 por el impacto que el virus podría tener para la humanidad. Cabe recalcar que, antes de la pandemia de COVID – 19 los desafíos que se presentaban en la salud mental eran un tema de creciente preocupación y la pandemia ha exacerbado gravemente estos desafíos lo que ha provocado una notable crisis sanitaria con repercusión en el ámbito económico, laboral, social y educativo. La situación es realmente alarmante y lo muestra el centro de recursos sobre el coronavirus de la Universidad de Johns Hopkins reportando para septiembre del 2021 más de 225´319.452 casos y más de 4´640.827 muertes.

Lo caótico e inesperado de la situación mundial obligó a los países a tomar medidas drásticas incluido un confinamiento, que compromete la independencia,

autonomía y dinámicas relacionales de una sociedad que se vio expuesta a mensajes contradictorios y que cambiaban rápidamente, enfrentándose a situaciones de incertidumbre, enfermedad, separación y problemas dentro de los núcleos familiares, miedo, estrés, ansiedad, duelo debido al cierre de negocios, aeropuertos, escuelas incluidos los sistemas de apoyo y servicios que usan las familias y comunidades.

En efecto, las experiencias que se viven en cada etapa son cruciales para la construcción de la salud mental y en este contexto, se desencadenan factores de riesgo psicológico especialmente en las personas más vulnerables en las que se encuentran la población infantojuvenil. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2020) dice que “los primeros estudios realizados en China durante la pandemia COVID-19, señalaban que la pérdida de rutinas y el estrés psicosocial estaban entre los principales factores con impacto psicológico en los niños” y que 1 de cada 4 niños que han atravesado por la pérdida de un ser querido o amigo debido al COVID y que ha sufrido de aislamiento presenta síntomas depresivos; además, el estar en casa no los priva de ser víctimas de violencia doméstica y sufrir abusos complicando aún más el panorama descrito y por ende afectando no solo su salud física y mental sino también sus posibilidades de concentración, aprendizaje y comportamiento.

Por lo tanto, esta pandemia afecta todas las esferas del individuo y en gran medida en la educación. El Fondo de la Organización de las Naciones Unidas para la infancia (2020) dice que “Al menos un tercio de los niños en edad escolar no tuvieron acceso a clases virtuales u otro tipo de aprendizaje remoto a través de la televisión o la radio cuando el COVID-19 cerró sus escuelas” y según la fuente de Enemdu que es mencionado en el informe narrativo de rendición de cuentas del Ministerio de Educación, (2020) existen alrededor de 282.000 niños y adolescentes que no están asistiendo a clases de manera regular debido a las condiciones económicas, de salud y conectividad que debieron

enfrentar las familias ante la pandemia por el COVID-19, lo que desencadena un problema mayor incluso para aquellos que han optado por un aprendizaje remoto ya que se vieron en el deber de establecer y adecuar espacios de aprendizaje sin dejar de lado el uso obligatorio de un dispositivo tecnológico para los aprendices. Los padres de familia se han esforzado por equilibrar sus responsabilidades ante la multiplicidad de roles simultáneos, es decir el deber ante el hogar, el trabajo y ahora el ser maestros de sus hijos lo que genera un desafío enorme y una tensión extra en el ambiente emocional familiar.

Desde esta perspectiva, no se sabe si los estudiantes, padres de familia y maestros cuentan con las herramientas para fortalecer la salud mental lo que nos lleva a elaborar esta propuesta didáctica, ya que es necesario y relevante apostar por una educación integral que rescate el proceso creativo de explorar y dialogar sobre contenidos significativos.

1.2 Preguntas de investigación

Por lo expuesto en el planteamiento del problema, formulo las siguientes preguntas de investigación:

- ¿Qué actividades se pueden plantear para promover la salud mental desde el área de lengua y literatura?
- ¿Qué impacto tendría la elaboración de esta propuesta didáctica en el contexto de la pandemia?
- ¿Cómo usar los bloques curriculares del área para canalizar la situación que se está viviendo en la actualidad?

1.3 Justificación

Son varias las razones por las que se eligió desarrollar este tema tanto por la situación sanitaria actual como por el comportamiento que ha tenido el ser humano, específicamente los más vulnerables, frente al contexto de la pandemia; por lo que se considera pertinente plantear esta propuesta didáctica, cuyo objetivo es fomentar la salud mental mediante una serie de actividades sujetas a los bloques curriculares que procura el área de Lengua y Literatura para poder promover la salud emocional de los niños y niñas a través de cuentos, discursos, exposiciones, reflexiones, etc. Para este propósito, a nivel mundial, se presentan muchas formas de intervención. En los siguientes párrafos detallaré las razones derivadas del análisis de la realidad educativa y mi experiencia a lo largo de mi formación universitaria y prácticas preprofesionales.

Dentro de los parámetros educativos es necesario recordar que para la Constitución de la República del Ecuador (2008), en su artículo 26, estipula que “la educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del Estado”. Además, la Ley Orgánica de Educación Intercultural, en el artículo 2 literal w dice que:

Garantiza el derecho de las personas a una educación de calidad y calidez, pertinente, adecuada, contextualizada, actualizada y articulada en todo el proceso educativo, en sus sistemas, niveles, subniveles o modalidades; y que incluya evaluaciones permanentes. Así mismo, garantiza la concepción del educando como el centro del proceso educativo, con una flexibilidad y propiedad de contenidos, procesos y metodologías que se adapte a sus necesidades y realidades fundamentales. Promueve condiciones adecuadas de respeto, tolerancia y afecto, que generen un clima escolar propicio en el proceso de aprendizaje (2015, p.11).

Cabe recalcar que en la práctica educativa la situación es diferente sobre todo por los cambios que se han presentado debido a la emergencia sanitaria que ha generado retos no solo para el educando sino también para el educador que tiene el compromiso de estar en constante actualización, contextualizando los contenidos y convirtiéndolos en aprendizajes significativos. Estar pendientes tanto de los desafíos educativos inmediatos como de los estructurales que ya existían antes de la pandemia ha incitado el buscar una reinención a los procesos didácticos, pero esto a su vez ocasionó una eclosión de problemas ya que está obligado a adaptarse a la educación virtual la cual se convirtió en la única alternativa

Frente a esta realidad, el Ministerio de Educación respondió a los inevitables cambios que implicó garantizar la continuidad educativa y permanencia escolar como derecho de millones de niñas, niños y adolescentes del país, para lo cual, implementó a partir de marzo de 2020 el Plan Educativo Aprendemos Juntos en Casa que dice:

La situación nos obliga a reflexionar sobre la forma en la que comprendemos la convivencia, el conocimiento, la relación con nuestro entorno y nuestros pares. Como comunidad, nos encontramos ante una serie de retos, no sólo a nivel educativo sino humano, que nos exigen adecuarnos a un escenario nunca experimentado. La propuesta curricular de esta guía surge con el objetivo de facilitar la adaptación de los procesos educativos. El Plan Educativo COVID-19 tiene la intención de proveer herramientas pedagógicas, metodológicas, psicoemocionales y psicosociales, que fomenten y fortalezcan la construcción de un modelo educativo adaptable y contextualizado, que responda a las diversas necesidades del territorio nacional y permita garantizar el derecho a la educación en medio de la crisis (2020, p.6).

Todo esto requiere que se miren las escuelas desde una nueva perspectiva, dejando de lado el paradigma de la educación sujeta a contextos netamente presenciales, asumiendo de esta manera, no sólo el estado, sino la sociedad ecuatoriana en general, importantes e imaginables retos en nuevas formas de enseñar y aprender. En medio de esta exigencia educativa, es pertinente evaluar, dentro del proceso didáctico, qué estrategias funcionan sin dejar de lado el afecto, la autoestima y la salud mental que tiene un gran valor intrínseco, dado que guarda relación con el elemento central de lo que nos hace humanos: la forma en la que interactuamos, estamos en contacto, aprendemos, trabajamos, sufrimos y somos felices.

De manera que, para mantener la continuidad de los procesos formativos deberá existir la contención emocional en niños y adolescentes a través del acompañamiento y otorgando espacios para la expresión de sus sentimientos puesto que tienen un papel importante dentro del proceso de aprendizaje que permite educar sujetos capaces de expresar y gestionar lo que sienten para poder desenvolverse con éxito en cualquier contexto.

No obstante, este componente emocional muchas veces es olvidado por el docente sea porque prioriza el cumplir con lo planificado o simplemente ignora que las emociones impactan enormemente la inteligencia y el desenvolvimiento del estudiante, como dice Elsa Punset en una entrevista de Aprendamos Juntos (2018) “en la base de cada pensamiento racional, y, por lo tanto, de cada comportamiento, hay una emoción” y esas emociones son entrenarles como un músculo; entonces, si el maestro interioriza que la escuela no es solo un lugar de aprendizaje, sino también un espacio para enseñar sobre el autocontrol, optimismo, resiliencia, serenidad, tolerancia a la frustración, etc podrá ser testigo de comportamientos diferentes, porque las emociones se han relacionado directamente con el tipo de aprendizaje.

Las organizaciones científicas a través de sus páginas electrónicas actualmente comparten gran cantidad de información respecto a los problemas emocionales que están atravesando los niños en la pandemia; por esta razón, las autoridades sanitarias (Organización Mundial de la Salud, Unicef, Asociación Mundial de Psiquiatría, Academia americana de pediatría) a nivel mundial están cada vez más preocupadas por los efectos que el COVID provoca en la salud mental de niños y adolescentes.

A lo largo de mi formación, he aprendido algunas teorías y estilos de aprendizaje, metodologías, herramientas y recursos para implementar en las clases, pero lo que más me ha llamado la atención en mis prácticas, experiencias laborales, participación en proyectos de vinculación y en mi propia vida ha sido observar la importancia de desarrollar en los estudiantes la inteligencia emocional que según Daniel Goleman consiste en tener conciencia de uno mismo, es decir, saber lo que sientes y por qué lo sientes; autogestión, es decir ser capaz de cumplir sus metas y ser positivo ante los contratiempos o emociones perturbadoras que pueden aparecer en determinado momento; ser empáticos, es decir, ser capaz de entender lo que sienten los demás y por último, manejar bien las relaciones es decir, colaborar, aprender a resolver conflictos, comunicarse y escuchar.

Como futura docente, considero vital este aprendizaje para el desarrollo pleno del estudiante más aun en el contexto por el que atravesamos a nivel mundial. La situación actual me motiva a trabajar en esta propuesta didáctica desde el área de lengua y literatura y buscar mecanismos para que los niños aprendan a identificar sus emociones, compartirlas y canalizarlas por lo que exige de mi parte desarrollar habilidades que debo cultivar para que mi práctica pedagógica sea significativa lo que demanda por otro lado un gran trabajo de parte de la formación del profesorado quien es indiscutiblemente un

agente que interviene y contagia emocionalmente la capacidad de aprendizaje de los estudiantes.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo General

Diseñar una propuesta didáctica en el área de Lengua y Literatura para fortalecer la salud mental en el contexto de la pandemia del COVID 19 en estudiantes del subnivel medio de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Determinar, a través del sustento teórico, los factores que intervienen en el fortalecimiento de la salud mental durante la pandemia y explicar la importancia de las emociones como elemento transversal para un desarrollo integral.
- Registrar el saber que tienen los profesores respecto a cómo fortalecer la salud mental y su capacidad de identificar cuáles son las señales de alerta para intervenir de manera positiva.
- Proponer actividades desde el área de Lengua y Literatura para canalizar las emociones en los estudiantes del subnivel medio.

Capítulo II. Metodología

2.1. Enfoque metodológico

Para el desarrollo de la investigación, se utilizará la metodología cuantitativa que implica que la recolección y datos analizados siempre van a ser cuantificables, es decir, “se fundamenta en la medición de las características de los fenómenos sociales, lo cual supone derivar de un marco conceptual pertinente al problema analizado, una serie de postulados que expresen relaciones entre las variables estudiadas de forma deductiva” (Bernal, 2010, p. 60). La metodología cuantitativa tiende a generalizar y normalizar resultados que han sido analizados de manera objetiva desde el ámbito estadístico para determinar o corroborar hipótesis del problema planteado.

En un enfoque cuantitativo usado con frecuencia en las ciencias exactas, debido a su objetividad, parte de un problema que conlleva a realizar una serie de preguntas en base a la hipótesis que ha sido planteada con anterioridad con el objetivo de categorizar los hechos, estudiar los patrones de comportamiento del fenómeno y proporcionar una respuesta a las preguntas de la investigación. de manera secuencial y deductiva dejando de lado las interpretaciones y puntos de vista personales. Entre sus técnicas se suele usar encuestas y cuestionarios, experimentos y observaciones.

2.2. Participantes

La propuesta se llevará a cabo en la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica, ubicada en el Centro Comunal Sauces V, Mz. 1983, Solar 23, dirigida por Mgs Yadira Blakman Briones. Esta institución cuenta con seis cursos del subnivel medio entre 5to, 6to y 7mo con un total de 90 estudiantes. En esta nueva modalidad online se dispuso que en cada nivel haya dos maestras que se encarguen de las cuatro áreas fundamentales sin contar los maestros de inglés y educación física.

2.3. Técnicas e Instrumentos de investigación

Hernández define a la técnica como “un conjunto de acciones o procedimientos que conducen a la obtención de información relevante” (2012). Es decir, ¿Cómo se va a evaluar? mientras que el instrumento responde al ¿con qué se va a evaluar? ya que es todo aquello que permitirá obtener y medir la información respecto al objetivo planteado. En todo proceso de evaluación es pertinente acudir a diversas técnicas como: observación, entrevistas, encuestas e instrumentos como: registros, lista de cotejo, cuestionarios, portafolios, guía de preguntas, entre otros; con la finalidad de analizar a través de criterios y referencias la información obtenida. Sin embargo, debido a la pandemia la única forma en la que se recogerá información será a través de la técnica de encuesta para llevar a cabo la metodología cuantitativa que arrojará datos numéricos que permitirán entender el problema que se está investigando.

2.3.1. Encuesta - Cuestionario

La técnica de encuesta es “ampliamente utilizada como procedimiento de investigación, ya que permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz” (Casas Anguita et al., 2003, párr. 1). Permite lograr de manera sistemática, información sobre las variables que intervienen en una investigación, sobre una población o muestra determinada. Para el desarrollo de esta metodología se formulará un cuestionario con 15 preguntas dirigido a docentes del subnivel medio de Educación General Básica que trabajan en la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica. Aunque la propuesta está dirigida a estudiantes de 5to, 6to y 7mo, se encuestará a docentes con el objetivo de obtener la debida información que permitirá saber qué situaciones han atravesados y han observado los maestros desde la modalidad virtual. A su vez se pretenderá descubrir si los docentes han recibido capacitaciones o tienen conocimientos sobre cómo fomentar la salud mental.

Capítulo III. fundamentación teórica

A continuación, se realizará una revisión de los términos principales que se abordan en esta propuesta: derecho, salud mental y educación; con la finalidad de detallar qué menciona el marco legal respecto a la salud mental como un derecho de niños, niñas y adolescentes y por qué es importante que el docente se interese, reconozca y sepa cómo intervenir ante las situaciones que se viven en la actualidad.

3.1 Antecedentes / Marco legal

El origen de la protección integral de la niñez y la juventud se considera sujeto de derechos, y el Estado exige cambios al marco legal. Sin embargo, se considera a la familia como el principal pilar para el progreso de una sociedad, donde las niñas, niños y adolescentes, debían convertirse en sujetos de derecho para promover su pleno desarrollo personal; lo que mueve a dar inicio al interés superior de los niños, que está detallado en el art 11 del Código de niñez y adolescencia.

El principio del interés superior del niño según la UNICEF/Asamblea Nacional del Ecuador (2018) lo define como:

Un principio jurídico garantista, que potencia el reconocimiento a todos los derechos a favor de los niños, niñas y adolescentes y su efectiva vigencia. Rige sobre toda norma porque cualquier decisión relacionada con la niñez debe tener en cuenta aquello que aporte al reconocimiento del niño o la niña como sujeto de derechos (p.2).

De igual modo, se garantizará la participación de los niños, niñas y adolescentes en el proceso de toma de decisiones, su opinión y el ejercicio efectivo de sus derechos en general, por lo que queda establecido que, para la promulgación de nuevas leyes, se deberá tener en cuenta el principio del Interés Superior del Niño. De esta manera, cabe

recalcar que los niños son sujetos de derechos tanto como los adultos enfatizando que se desprenden de su especial condición de seres humanos, es decir, debido a que sus cuerpos y mentes aún no han alcanzado el pleno desarrollo, necesitan cuidados y protección por parte de los estados.

En el contexto nacional, se ha perfeccionado el marco jurídico y desde el 2003 se proclama el Código de la Niñez y la Adolescencia que es la cima de la pirámide de las garantías para los derechos de las niñas, niños y adolescentes; por lo que se convierte en un instrumento jurídico permitiendo que todas las decisiones que de alguna forma estén relacionadas con los intereses del grupo no perjudicará su desarrollo y bienestar general, y siempre será beneficioso para ellos.

Por lo tanto, es indispensable señalar que en el Código de la niñez y adolescencia en el art 27 resalta que los niños, niñas y adolescentes tienen:

El derecho a disfrutar del más alto nivel de salud física, mental, psicológica y sexual lo cual comprende:

1. Información sobre su estado de salud, de acuerdo al nivel evolutivo del niño, niña o adolescente
2. Información y educación sobre los principios básicos de prevención en materia de salud, saneamiento ambiental, primeros auxilios
3. El vivir y desarrollarse en un ambiente estable y afectivo que les permitan un adecuado desarrollo emocional
4. El acceso a servicios que fortalezcan el vínculo afectivo entre el niño o niña y su madre y padre (2003, p.2).

Además, en el art 28 menciona la responsabilidad que tiene el estado en desarrollar programas educativos para padres y otras personas responsables del cuidado de niños y adolescentes, y orientarlos sobre los principios básicos de salud asegurando un ambiente sano y su desarrollo integral.

3.2 Salud mental y su importancia

La Organización Mundial de la Salud citada por la Unicef define a la salud mental como “un componente fundamental de la salud, entendida esta última como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (2020, p.4). De hecho, es vital garantizar el derecho al más alto nivel de salud mental de la población, ya que al mismo tiempo influye en la manera en cómo la persona piensa, siente, actúa frente al estrés, se relaciona con los demás y toma decisiones, con la capacidad de extender su potencial y funcionar de forma productiva. Por lo tanto, la salud mental posee un gran valor intrínseco, que se debe procurar en todas las etapas de la vida, desde la infancia y adolescencia, a la edad adulta.

Fomentar una buena salud mental permitirá reforzar la capacidad que tienen las personas de mantener un comportamiento saludable dispuestas a desempeñar funciones esenciales en las familias, las comunidades y las sociedades; siendo ésta una respuesta clave para luchar contra la COVID-19 y salir de la crisis donde muchos han sentido miedo a infectarse, morir y perder a sus familiares.

3.2.1 Infodemia

En diciembre del 2019, apareció el virus del COVID - 19 en China, trayendo una revolución a nivel mundial convirtiéndose en un brote pandémico. Durante la primera fase, con el objetivo de disminuir el contagio y la tasa de mortalidad, fue necesario tomar medidas de salud pública como: aislamiento, distanciamiento social y cuarentenas; además, una manera de evitar el pánico y contener el brote era recibir información oportuna, clara y correcta, pero al no considerar importante este punto se dio lugar a lo que hoy en día da origen a otra crisis, que vulnera aún más a la población infantojuvenil, llamada infodemia o sobreabundancia en el volumen de la información real y falsa.

Las principales fuentes de dolor y angustia se deben a la desinformación generalizada sobre los virus, las medidas preventivas y la profunda incertidumbre sobre el futuro. Las imágenes recurrentes de personas gravemente enfermas que se desmayaban en las calles, cadáveres y ataúdes que se mostraban en los medios de comunicación alimentaban el miedo de saber que era posible que las personas no tengan la oportunidad de despedirse de sus seres queridos exacerbando aún más el dolor. En este contexto, la pandemia ha desafiado al mundo y ha llevado a plantearse la necesidad de consumir justicia comunicativa donde incluyan a los niños como un grupo de atención primaria, ya que no han alcanzado un nivel de madurez suficiente para comprender ciertos aspectos biológicos, sociales y económicos de las enfermedades.

La Convención por los Derechos del Niño (CDN) citado por Cevallos, Reyes y Rubio establece que “todo niño, niña y adolescente tiene derecho a recibir información que sea adecuada para su edad, y al mismo tiempo, debe ser protegido de cualquier información que sea perjudicial para su desarrollo” (2021, p.2). En situaciones como las que se vive, los responsables de ayudar a los niños a conocer la realidad proveyéndoles

de información acorde a su edad, son los adultos. Estudios confirman que la exposición constante a noticias sobre crisis, su impacto y riesgos vulneran aún más a las personas aumentando su victimización e incertidumbre, por lo que no es sorprendente que hayan aumentado los síntomas de depresión y ansiedad.

En base a esto, se detallarán tres momentos que describen cómo se originó el virus de la infodemia en la población infantil:

3.2.1.1 Momento 1. El virus no afecta a los niños. El mito.

Al inicio de la pandemia, debido a la baja manifestación clínica de COVID – 19 en los niños, se dio origen a un mito sociocultural que empezó a difundirse donde se decía que el COVID no afecta a la población infantil

Este es uno de los falsos pero sólidos pilares de la infodemia en esta población, que invisibilizó las problemáticas alrededor del devastador efecto de la pandemia en todos los aspectos integrales del desarrollo infantil, ya que mientras se difundía la información de que a los niños no les afecta la pandemia, la realidad a nivel mundial fue marcada por la interrupción en los sistemas de protección infantil: el cierre de escuelas en 107 países, lo cual afectó a más de 860 millones de niños provocando de forma subsecuente otros problemas. (Cevallos et al., 2021, p. 3)

En efecto, se reportó un aumento de casos de violencia física, psicológica y sexual en contra de niños, niñas y adolescentes, además de la falta de acceso a instituciones de protección y justicia. Asimismo, se limitaron sus actividades de recreación con restricción de salida a los parques. Los niños estarían afrontando un gran reto para adaptarse a estas nuevas condiciones que se impusieron de forma brusca, sin embargo, el gran dilema apunta a reflexionar si fue mayor el beneficio que el riesgo en la salud integral infantil al

cerrar de forma masiva las escuelas, en el contexto de una especie que amenaza al derecho de la educación versus el derecho a la salud.

3.2.1.2 Momento 2. Los niños son los supercontagadores. El estigma.

Empieza un aparente cambio en el comportamiento epidemiológico de la transmisión. En términos del manejo de la información, la divulgación pasó de ser un mito al estigma, otra de las categorías comunes de la infodemia, que señalaba a los niños como super contagiados del virus.

3.2.1.3 Momento 3. La crisis. Consecuencias e impactos.

La crisis se dio al consolidarse la infodemia sobre la población infantil producto de la información que circulaba, la cual no era acorde a la edad de los niños, señalándolos como culpables del contagio de sus familiares y amigos, lo que ocasionó un gran impacto psicoemocional. Entre las principales preocupaciones identificadas en los niños y adolescentes son: temor a que sus familiares enfermen o mueran por COVID-19, que se acaben los recursos para comprar comida, temor a que los miembros de su familia pierdan su trabajo y que no puedan aprobar el año escolar. Además, la adaptación forzada a la tecnología usada como recurso básico para la educación y recreación ha hecho que consuman información sin filtro que ataca su adecuada concepción de la realidad.

Figura 1

Cronología de la evolución de la infodemia durante la pandemia por COVID-19



Tomado de Cevallos D.

La exposición continua a los desastres naturales o eventos como la pandemia actual, puede tener un impacto en la vida de cualquier individuo, principalmente en los niños incrementando así los niveles de estrés y dando lugar a síntomas de depresión que desencadenan en pánico e incluso en actitudes estigmatizantes.

Figura 2

Vulnerabilidad Infantil ante COVID-19



Tomado de Cevallos D.

La prioridad actual se basa en proteger a los niños de toda información que aún no puedan procesar y que los puede llevar a desarrollar ansiedad y miedos debido a la incertidumbre. Sin embargo, es necesario también establecer un sistema de comunicación eficaz, que permita combatir la infodemia y fortalecer los mecanismos de protección integral de la población infantil como fomentar programas de atención psicológica especializada para facilitar la resiliencia infantil y aliviar el sufrimiento psicológico.

3.2.2 Señales de alerta

Es comprensible que, debido al impacto de la pandemia, las personas atraviesen por crisis produciendo elevados niveles de estrés y angustia, afectando principalmente el área emocional de los más pequeños. “Expertos señalan que los niveles de estrés postraumático son cuatro veces mayores en los niños que han pasado por una cuarentena, y que estos episodios pueden llegar a darse hasta tres años después” (Unicef, 2020, p. 4). Por lo que no solo debemos estar atentos a las reacciones o señales que observemos en los más pequeños que, por diversos motivos sea: familiar, económico, educativo o social, estén afectando su bienestar psicológico, sino también habrá que establecer un momento para acompañar y dar seguimiento a las expresiones emocionales de los niños.

Prevenir y detectar cuanto antes el riesgo en la salud mental de niños, niñas y adolescentes permite protegerlos de amenazas que perjudican su desarrollo. En una de las universidades de España se realizó un estudio sobre el impacto emocional de la cuarentena de niños, niñas y adolescentes

El 85,7% de los padres han constatado cambios en el estado emocional y en el comportamiento de sus hijos, siendo los síntomas más habituales la dificultad de

concentración, el desinterés, la irritabilidad, la agitación, el nerviosismo, los sentimientos de soledad, la inquietud y la preocupación. (Unicef, 2020, p.11)

Algunas de las señales de alerta de que existe un problema o que está siendo afectada la salud mental que nos comparte la Academia Americana de Pediatría son:

- Cambios en el estado de ánimo, tales como: continua irritabilidad, sentimientos de desesperanza o furia/ira, y conflictos frecuentes con sus amigos y familia.
- Cambios en el comportamiento, tales como alejarse de relaciones personales.
- Una pérdida de interés en las actividades que disfrutaba antes.
- Se le dificulta dormir o permanecer dormido, o está durmiendo a todas horas.
- Cambios de peso o patrones alimentarios, tales como nunca no tener hambre o comer todo el tiempo.
- Problema de memoria, de razonamiento o concentración.
- Menos interés en sus tareas escolares.
- Pensamientos sobre la muerte o el suicidio hablar de ellos. (2020, p. 2)

Sin embargo, se debe considerar que existe una correlación entre los niveles de estrés de los padres y la de los hijos por lo que es necesario que los padres conozcan cual ha sido el impacto que la crisis ha generado en sus hijos, permitiéndose momentos en donde puedan conversar. A pesar de que existen niños que les cuesta hablar sobre sus emociones ya sea por miedo, vergüenza o porque no saben cómo hacerlo, sus comportamientos o acciones nos van a decir algo, de esa manera podremos estar alerta para ayudarlos y apoyarlos.

3.2.3 Factores que intervienen en el fortalecimiento de la salud mental

Fortalecer y fomentar la salud mental es vital para el buen funcionamiento de una sociedad y más aún si ha pasado por una crisis. Existen personas que en medio de situaciones difíciles pueden tener experiencias positivas, al encontrar estrategias que les permiten sobreponerse a los momentos críticos como es la resiliencia. “La experiencia refleja que la mayoría de los niños, niñas y adolescentes tiene una alta capacidad de resiliencia para superar acontecimientos estresantes y traumáticos como los que podemos estar viviendo, sin desarrollar problemas de salud mental a largo plazo” (Unicef, 2020, p. 13). Esta aptitud no descarta la necesidad de acompañar las expresiones emocionales y brindar apoyo oportuno.

De tal manera que, si nuestro objetivo es procurar el bienestar psicológico de los niños debemos trabajar estos tres ámbitos:

- Personal: Pensamientos positivos (optimismo, calma, autoestima, confianza en sí mismos).
- Interpersonal: Relaciones con los demás, cuidado responsable y sensible, sentido de pertenencia, la capacidad de estar cerca de los demás.
- Capacidades y Conocimiento: Capacidad de aprender, de tomar decisiones positivas, de responder a los retos de la vida y de expresarse. (Unicef, 2020, p. 4)

En una emergencia, la presencia de un adulto estable puede ayudar a los niños a tener una sensación de bienestar. Sin embargo, esas situaciones difíciles influyen en los adultos, hasta el punto de afectar su capacidad de ofrecer un entorno seguro. Debemos recordar que son los padres los que establecen el tono del hogar, por lo que es crucial promover

también el bienestar psicológico del adulto y así poder realizar un trabajo integral, donde se fomente la resiliencia que es la capacidad que tiene una persona para enfrentar la adversidad y adaptarse tras la vivencia de experiencias difíciles.

Por lo tanto, si queremos ayudar a los más pequeños a desarrollar la resiliencia y proteger su salud mental tendremos que establecer cambios favorables como, por ejemplo:

- Escuchar sus preocupaciones y responderles con afecto, de tal manera que se sientan apoyados, seguros y entiendan que vendrán mejores días.
- Construir espacios en familia donde se realicen tareas compartidas.
- Si el niño necesita más tiempo para expresar sus sentimientos y conversar, motívelo a dibujar como medio de expresión.
- Restablecer rutinas saludables que contribuyan a la capacidad de hacer frente a la situación.
- Realizar actividades para distraerse como: leer, ver películas, ayudar en la cocina, hacer ejercicios, bailar, jugar, etc.
- Mantener el contacto con sus seres queridos.
- Evitar ver las crisis como obstáculos insuperables.
- Aprender de los errores.
- Aceptar que los cambios son parte de la vida.

3.3 Educación

En la infancia y la adolescencia, el desarrollo cognitivo, social y emocional atraviesa sus etapas más cruciales. No obstante, aquellos que se encuentran en la primera infancia, que es un periodo en el que la arquitectura del cerebro aún está en desarrollo y

es altamente sensible a las adversidades del ambiente, existen experiencias que ocupan un lugar crítico en la conformación de la salud mental de una persona. Por esta razón, las escuelas juegan un papel importante, ya que no es solo un lugar donde se adquieran conocimientos, sino que, junto con la familia, construyen un ambiente clave para la protección, la socialización y la normalización de sus vidas previniendo los problemas de salud mental infantil en situaciones como la actual.

Los docentes y padres de familia deberían preguntarse sobre qué acciones o actividades han ayudado a reducir el impacto negativo que ha tenido la pandemia sobre los niños. Seguramente ha habido familias donde, a pesar de la crisis, el miedo y la incertidumbre, existieron espacios de diálogo donde expresaron sus emociones y sentimientos, procuraron dar respuesta a las actividades escolares, practicaron el respeto, el afecto y la empatía entre todos ayudándoles a conectar mejor con los demás. Por el contrario, en las familias donde ha habido violencia y tensión debido a las adversidades, el confinamiento no ha sido una oportunidad de diálogo y en el peor de los casos ni siquiera las actividades escolares han podido ser apoyadas debido a que no lo han percibido como un quehacer o deber del adulto. Por ello se recomienda que los docentes identifiquen los factores de riesgo y protección teniendo presente estas diferencias en los hogares y así poder brindar un apoyo desde el acompañamiento psicosocial y emocional a la comunidad educativa, implementando técnicas que respondan ante las situaciones de crisis.

3.3.1 Contención emocional

El Ministerio de Educación, conforme a lo que establece el Código de la Niñez y la Adolescencia y la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI), tiene la responsabilidad de garantizar el derecho a vivir una vida libre de violencia permitiendo

un desarrollo integral y holístico a los niños y adolescentes que forman parte del sistema educativo. Durante el estado de Emergencia Sanitaria, se desarrolló la brigada de Contención Emocional que fue creada en marzo del 2020 como respuesta a la necesidad de contención emocional emergente y especializada. La guía de contención emocional dada por el Ministerio de Educación:

Está destinada al uso de docentes tutores, cuyo empeño sea facilitar procesos solidarios de encuentro entre familias y conectarlas con la comunidad educativa, a fin de que pudieran gestionar la crisis, a partir de sus propias emociones, necesidades y capacidades. (2020, p. 6)

Sin embargo, para contener y acompañar a otras personas, la situación del profesional tiene que ser la adecuada, en respuesta de una crisis. El objetivo de la contención emocional es realizar una revisión del manejo de las emociones de los adultos y cómo esto se ve reflejado en las actitudes y compartimientos de las niñas, niños y adolescentes, ofreciendo rutas para solucionar problemas. En el documento educando en familia dado por el Ministerio de Educación dice que la contención tiene dos vías: “La actitud empática: habilidad de colocarse momentáneamente en el lugar de la otra persona, entender sus necesidades y sentimientos; la escucha activa: capacidad de poner atención al mensaje emitido” (2020, p. 15).

Por lo tanto, no es necesario ser psicólogo para brindar apoyo emocional, es importante crear espacios para escuchar las experiencias de las personas en situaciones de crisis, sin prejuicio, sin criticar, sin anular emociones, ni dar consejos, solo con estar ahí ya estamos conteniendo. Además, si se considera el enseñar sobre inteligencia emocional, lo cual es la clave del éxito en el ámbito familiar, laboral, social y personal ya

que se identifica la emoción y se la gestiona; seguramente se va a evitar que las secuelas de la crisis afecten todavía más a los niños.

3.3.2 Intervenciones recomendadas en salud mental y apoyo psicosocial (SMAPS)

Al enfrentar la adversidad, la salud mental y el bienestar social y psicológico de las personas se ven gravemente afectados en múltiples niveles. En la actualidad, la tarea más importante es salvar vidas y fortalecer las medidas de salud pública. Sin embargo, es necesario prestar atención a las necesidades emocionales de las personas, de lo contrario, puede conducir a una epidemia silenciosa y causar graves daños a las personas, la sociedad y la economía. La información que detallaré a continuación describe las intervenciones básicas del SMAPS que se recomiendan para el desarrollo intersectorial en países y comunidades.

3.3.2.1 Pirámide de intervenciones de SMAPS

Un sin número de personas se han visto afectadas de diferentes maneras por lo que, la pirámide que se muestra en la figura 3 ofrece un sistema de apoyo complementarios por niveles debido a los diferentes tipos de apoyo que requieren.

Figura 3

Pirámide de la Guía del IASC sobre Salud Mental y Apoyo Psicosocial en Emergencias Humanitarias



Tomado de la Organización Panamericana de la Salud

Las intervenciones que se propondrán en cada nivel están diseñadas para dar respuesta a las necesidades específicas que se han identificado y prevenir un mayor daño a la salud mental. En el enfoque integrado de SMAPS, los profesionales y los participantes de la comunidad trabajan juntos en toda la pirámide para satisfacer las necesidades de la comunidad.

Tabla 1**Nivel 1. Aspectos psicosociales en servicios básicos y seguridad**

Consideraciones	Población meta	Personal que interviene	Intervenciones
<ul style="list-style-type: none">• Asegurar la satisfacción de las necesidades básicas.• Fortalecer la información acerca de medidas de higiene y prevención del contagio.• Favorecer el acceso a fuentes confiables de información• Informar acerca de manifestaciones emocionales esperables, cambios en las dinámicas familiares y posibles reacciones sociales.	Población general	<ul style="list-style-type: none">• Autoridades locales• Equipos comunitarios de salud del primer nivel de atención (PNA)• Equipos de respuesta de primera línea, incluyendo fuerzas de seguridad y bomberos.• Organizaciones civiles: asociaciones de vecinos, iglesias, clubes, defensa civil, grupos de acción social	<ul style="list-style-type: none">• Identificación de actores e instituciones que están apoyando a la comunidad en necesidades básicas, seguridad y protección.• Coordinación y participación en la identificación de población afectada o en riesgo.

Tabla 2*Nivel 2. Fortalecimiento de apoyos a la comunidad y a la familia*

Consideraciones	Población meta	Personal que interviene	Intervenciones
<ul style="list-style-type: none">• Atender los impactos psicosociales en las personas y familias afectadas directamente por COVID-19.• Atender los impactos generados por la alteración de prácticas significativas culturalmente asociadas a la muerte y el duelo.• Identificar los factores de riesgo y grupos vulnerables que puedan requerir intervenciones específicas.	<ul style="list-style-type: none">• Personas que padecen la infección por SARS-CoV-2 y sus familias• Poblaciones especiales: niños, niñas y adolescentes, adultos mayores y personas con discapacidad• Grupos vulnerables• Minorías: comunidades indígenas, población LGBTIQ+, etc.	<ul style="list-style-type: none">• Autoridades locales• Autoridades de salud• promotores de salud• Asistentes sociales• Líderes comunitarios• Docentes• Organizaciones civiles: asociaciones de vecinos, iglesias, clubes, defensa civil y grupos de acción social	<ul style="list-style-type: none">• Generación de procesos de consulta y participación ciudadana utilizando medios alternativos de comunicación.• Identificación de líderes comunitarios y promoción de su participación en el diseño e implementación de estrategias.• Promoción de estrategias de apoyo mutuo en la comunidad. a través de la apropiación de nuevas tecnologías de comunicación.

Tabla 3*Nivel 3. Apoyos focalizados no especializados*

Consideraciones	Población meta	Personal que interviene	Intervenciones
<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar el acceso a la atención en salud mental y apoyo psicosocial a través de servicios de asistencia médica remota para la población. • Garantizar la atención en salud mental y apoyo psicosocial a las personas en el primer nivel de atención, con énfasis en los grupos vulnerables. 	<ul style="list-style-type: none"> • Personas que presentan problemas de salud mental y que requieren intervención que pueden ser realizadas en el primer nivel de atención. • Población en cuarentena por la COVID-19, con seguimiento domiciliario y que requiere apoyo psicosocial o atención en salud mental. • Niños y adolescentes en situaciones de vulnerabilidad • Personas víctimas de violencia de género, intrafamiliar, por conflicto, violencia social. 	<ul style="list-style-type: none"> • Profesionales del primer nivel de atención • Personal de salud que asisten a personas con COVID-19 • Profesionales de SMAPS (en capacitación y supervisión) 	<ul style="list-style-type: none"> • Capacitación remota a personal del primer nivel de atención en SMAPS • Fortalecimiento de la red de servicios en salud y salud mental para el desarrollo óptimo de los procesos de identificación de personas • Promoción de la salud mental y el bienestar psicosocial de familiares y cuidadores.

Tabla 4*Nivel 4. Servicios especializados*

Consideraciones	Población meta	Personal que interviene	Intervenciones
<ul style="list-style-type: none"> • Garantizar el acceso y la continuidad de los tratamientos pertinentes de las personas con trastornos mentales, neurológicos y por uso sustancias. • Asegurar una red de servicios de salud coordinada y capacitada en SMAPS 	<ul style="list-style-type: none"> • Personas con trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias • Familiares y cuidadores que requieran apoyo en salud mental • Equipos de salud en primera línea en el contexto de la COVID-19 que requieran atención en salud mental 	Profesionales especializados de salud mental: <ul style="list-style-type: none"> • Psiquiatras • Psicólogos • Enfermeros de salud mental • Otros profesionales de salud mental 	<ul style="list-style-type: none"> • Acceso para la atención remota en salud mental de psiquiatría, psicología y otras especializadas (modalidades telefónicas o virtuales). • Establecer una base de datos o registro de los pacientes con el fin de poder dar seguimiento y asegurar sus tratamientos farmacológicos y psicológicos o psicoterapéuticos.

Capítulo IV. Análisis de los resultados obtenidos en la investigación

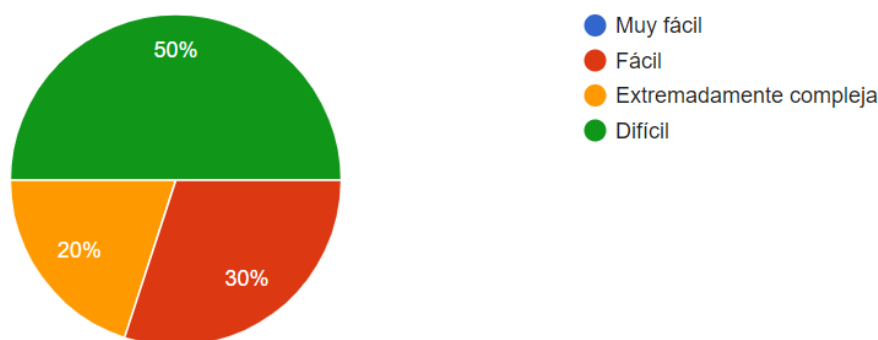
4.1 Encuesta aplicada a docentes del área de Lengua y Literatura

La encuesta elaborada se aplicó a 10 docentes entre los niveles de quinto, sexto y séptimo de Educación General Básica Media, con el objetivo de recoger información sobre el conocimiento que tienen los maestros respecto a identificar señales de alerta que estén afectando la salud mental del estudiante. De los encuestados hay 9 mujeres y 1 hombre que son docentes de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica. A continuación, se procede al análisis de las preguntas formuladas.

1. ¿Considera usted que el reto de los estudiantes para adaptarse a la nueva modalidad educativa fue?

Figura 4

Reto de los estudiantes para adaptarse a la nueva modalidad educativa



Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

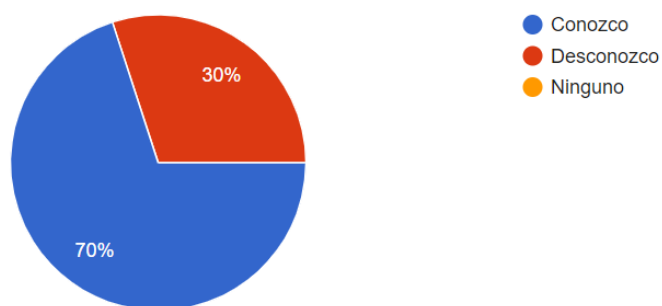
El 50% de los docentes encuestados indican que el reto a adaptarse a la nueva modalidad fue difícil, el 30 % señaló que fue fácil y el 20% restante colocó que fue extremadamente compleja. Este primer resultado corrobora que la pandemia generó grandes retos en el ámbito educativo, obligando tanto a los docentes como a los

estudiantes a adaptarse a un escenario no experimentado, que se convirtió en la única alternativa para el aprendizaje.

2. ¿Conoce si alguno de sus estudiantes tuvo algún duelo familiar por COVID o familiares que enfermaron gravemente?

Figura 5

Duelo de los estudiantes por familiares que enfermaron de COVID



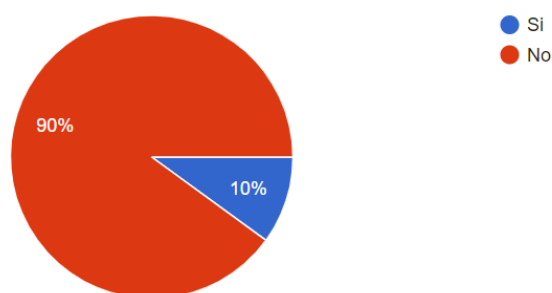
Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

De acuerdo con el gráfico, el 70% de los docentes conocían que sus estudiantes tuvieron un duelo familiar o alguien enfermó gravemente y el 30% desconocían esto, no sabemos si por temor a involucrarse, por temor a hablar del tema con los estudiantes o porque el profesor manejaba sus propias ansiedades. Esto comprueba una de las problemáticas mencionadas en el capítulo 1 como uno de los factores que influyen en el desarrollo psicológico de los niños afectando no solo la salud física y mental sino también la concentración, aprendizaje y conducta.

3. ¿Hubo algún accionar de parte de los cuidadores, durante la clase sincrónica, que le hiciera considerar que el niño estaba siendo víctima de cualquier tipo de violencia intrafamiliar?

Figura 6

Accionar de parte de los cuidadores hacia los niños como víctimas de violencia



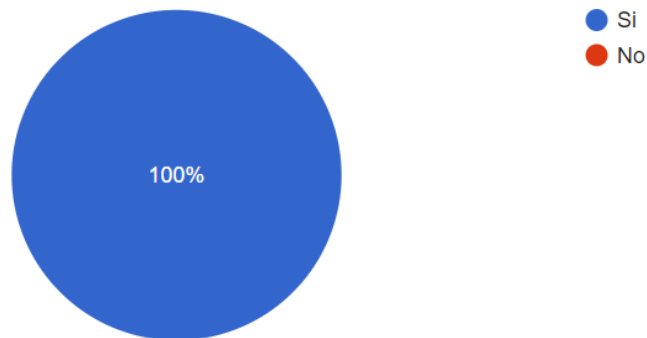
Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

El 90% de los docentes respondieron que no vieron ningún acto de violencia intrafamiliar durante las clases sincrónicas mientras que un 10% contestó que si había situaciones que les hicieron percibir violencia, al ser una pregunta cerrada no pudimos obtener la información de qué hechos les hicieron suponer que había violencia. Cabe recalcar, que a nivel mundial se ha reportado un incremento de casos de todo tipo de violencia en contra de la población infantil producto del confinamiento y de las múltiples responsabilidades de los padres de familia que se convirtieron en maestros de sus hijos lo cual desencadenaba en estrés y en un desequilibrio emocional y mental.

4. ¿Ha hablado en algún momento con sus estudiantes respecto a sus temores con relación al COVID?

Figura 7

Diálogo con los estudiantes respecto a sus temores



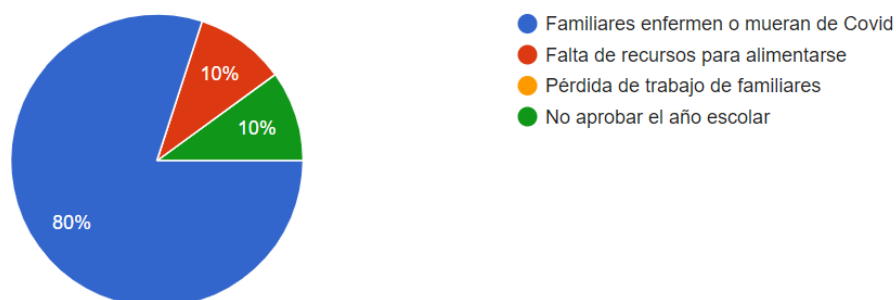
Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

Es bueno saber que el 100% de los encuestados que son docentes del subnivel medio han propiciado un momento de diálogo con sus estudiantes sobre los temores que ha ocasionado el COVID, esto le permite al docente conocer más a su grupo recordando que el componente emocional va a determinar el comportamiento, la atención y concentración. Por otro lado, estimula a que los niños sean conscientes de sus emociones y lo puedan expresar.

5. ¿Cuál ha sido la principal preocupación expresada por sus estudiantes respecto a la pandemia?

Figura 8

Principal preocupación de los estudiantes respecto a la pandemia



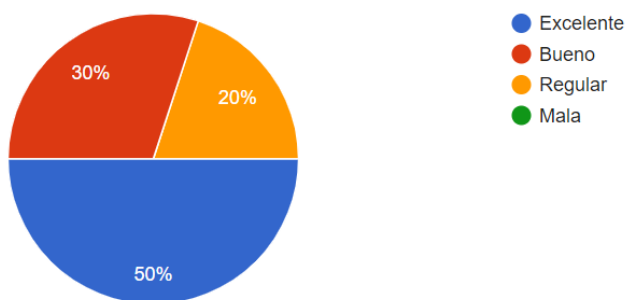
Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

Sin duda alguna a pesar de que sean niños, son conscientes de la situación que atraviesan los adultos. El 80% de los docentes encuestados respondieron que la principal preocupación de sus estudiantes ha sido que un familiar enferme o muera de COVID a un 10% le preocupa la falta de recursos para alimentarse y al otro 10% le preocupa no aprobar el año escolar. Sin embargo, independientemente del porcentaje que ha arrojado las diferentes opciones, todas influyen en la salud mental del niño lo cual se convierte en una razón fundamental para saber cómo fomentar, a través de las actividades planificadas, la resiliencia y así puedan sobrellevar esta situación.

6. ¿Cuál es su opinión respecto a incluir programas de educación emocional en la malla curricular educativa actual?

Figura 9

Inclusión de programas de educación emocional en la malla curricular



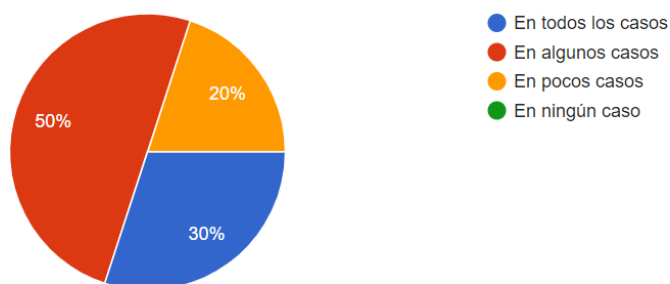
Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

En relación con la idea de incluir un programa de educación emocional en la malla curricular, el 50% respondió que es una excelente idea, el 30% contestó que la idea es buena y un 20% indicó que la idea es regular. No obstante, ese 20% nos lleva a reflexionar en que el docente quizás desconoce el valor intrínseco de educar las emociones desde el área en que trabaja priorizando, probablemente, otros temas y dejando de lado un espacio para enseñarle a sus estudiantes sobre el autocontrol, tolerancia, frustración y resiliencia lo cual es fundamental para el desarrollo integral del niño.

7. ¿Considera que el desarrollo integral de su estudiante se ha visto afectado debido a la pandemia?

Figura 10

Afectación del desarrollo integral en los estudiantes



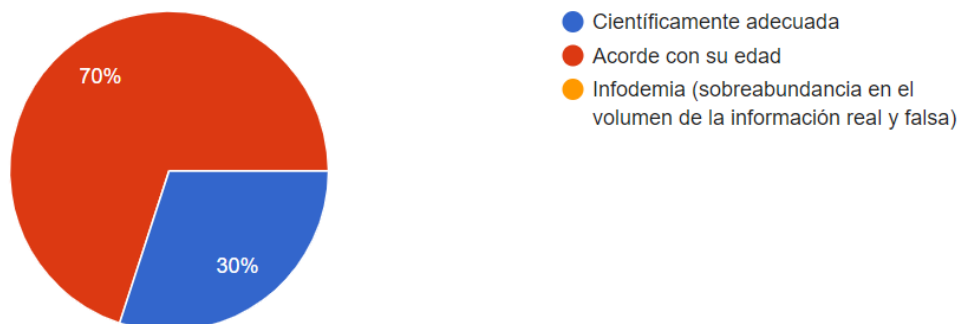
Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

De acuerdo con el gráfico, el 50% de los docentes señala que en algunos casos se afectó el desarrollo integral en los estudiantes, el 30% indicó que en todos los casos existió una afectación en el desarrollo y el 20% respondió que han sido pocos los casos donde han percibido esto, lo cual corrobora lo mencionado anteriormente en el marco teórico. La población infantil se ha visto afectada en diversas dimensiones amenazando no solo su educación sino también su protección, alimentación, nutrición, su salud física y mental.

8. ¿Cómo calificaría el tipo de información que recibieron sus estudiantes respecto al COVID 19?

Figura 11

Tipo de información recibida por estudiantes



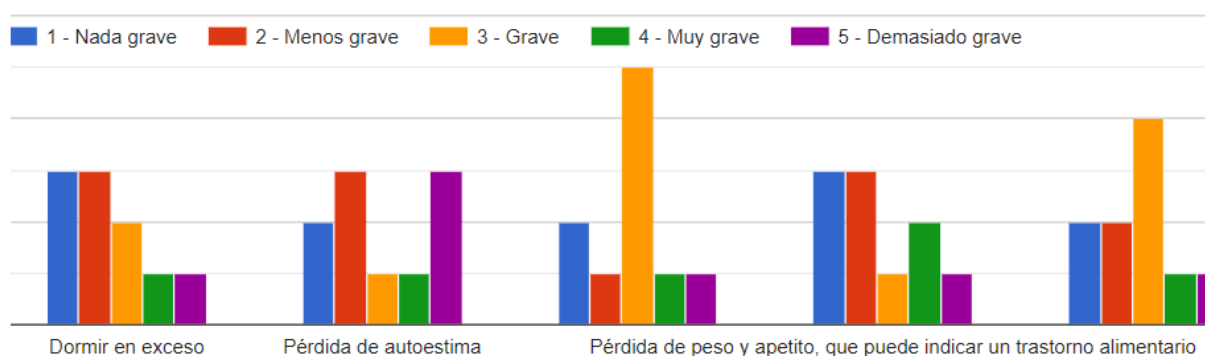
Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

En relación con el tipo de información que recibieron los estudiantes, el 70% de los docentes contestaron que fue acorde a su edad y el 30% restante señaló que fue científicamente adecuada. Sin embargo, es importante diferenciar entre la información que se ha brindado a los estudiantes y la que ellos están expuestos a recibir a través de los diferentes medios de comunicación, ya que como se mencionó en el marco teórico, en el apartado de la infodemia, los niños han atravesado por una adaptación forzada a la tecnología y siendo este el recurso actual básico para la educación y recreación los deja vulnerables a la información sin filtro. Por eso, tanto los docentes como padres de familia deben estar atentos a toda información que ellos reciban porque si no es acorde a su edad puede generar altos niveles de estrés afectando posteriormente su salud mental.

9. ¿Cuál de las siguientes situaciones usted considera que es una señal de alerta sobre la salud mental de su estudiante? Ordene las siguientes opciones en una escala del 1 al 5. Tome en cuenta que 1 es para aquellas situaciones menos graves y 5 para las situaciones más graves.

Figura 12

Señales de alerta sobre la salud mental



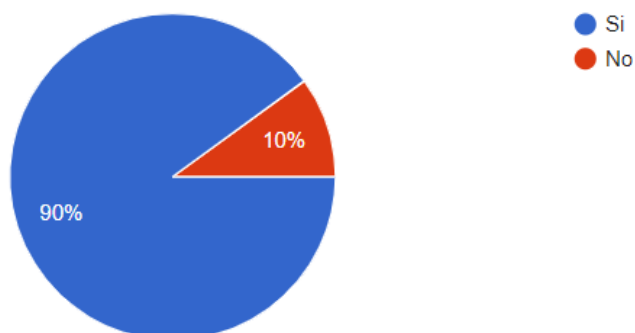
Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

De las cinco señales de alerta planteadas en la encuesta, los docentes consideran que la pérdida de la autoestima es la más grave, le sigue la pérdida de peso y apetito, abandono o pérdida de interés en los pasatiempos favoritos siendo los cambios bruscos de personalidad y dormir en exceso los menos graves. Como adultos será necesario estar atentos a estas señales y a las mencionadas en el capítulo 3 porque nos permite identificar que existe un problema en la salud mental lo que nos lleva a establecer momentos de comunicación para ayudar y apoyar al niño.

10. ¿Ha recibido de parte de su unidad educativa algún tipo de capacitación sobre cómo promover la salud mental en los niños?

Figura 13

Capacitación para promover la salud mental



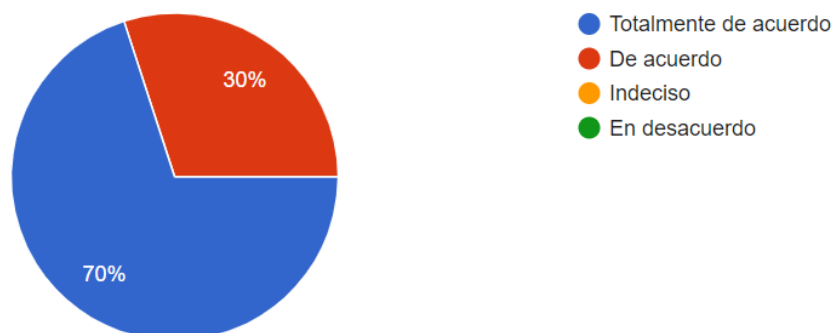
Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

Es gratificante saber que el 90% de los docentes han recibido capacitación de parte del lugar donde trabajan sobre como promover la salud mental en los niños. Sin embargo, el 10% restante dice no haber recibido esa capacitación y aunque es necesario saber cómo promover salud mental, existen documentos que han sido dados por el Ministerio de Educación para brindar apoyo emocional a las familias y niños desde el rol de docente sabiendo lo importante de crear espacios para escuchar sin emitir algún tipo de juicio.

11. ¿Estaría de acuerdo en planificar actividades para fortalecer la salud mental en sus estudiantes?

Figura 14

Planificar actividades para fortalecer la salud mental



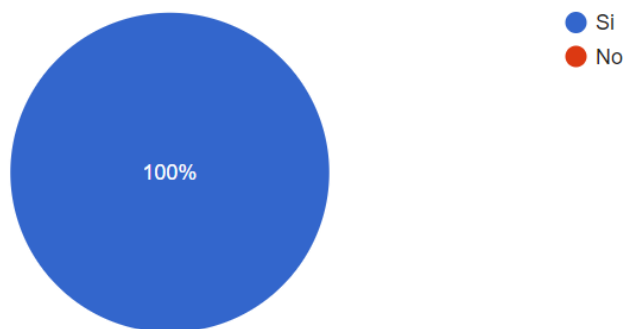
Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

De acuerdo con el gráfico, el 70% de los encuestados están totalmente de acuerdo con planificar actividades para fortalecer la salud mental en sus estudiantes y el 30% está de acuerdo, al ser ambas respuestas positivas nos corrobora que los docentes están conscientes de la influencia de la salud mental en el proceso de enseñanza aprendizaje. Si como docente se usa como elemento transversal el promover salud mental desde el área en el que se enseña estará logrando un desarrollo holístico en el estudiante.

12. ¿Le gustaría contar con una guía de actividades que fortalezcan la salud mental de sus estudiantes?

Figura 15

Recibir una guía de actividades que fortalezcan la salud mental



Nota. Datos obtenidos de la encuesta a docentes del subnivel medio

Este dato es valioso porque quiere decir que la propuesta didáctica tendrá una buena aceptación por parte de los docentes, ya que es la única manera que desde su accionar reduzca el impacto negativo que ha tenido la pandemia en los niños. Lograr que los niños expresen y sean conscientes de sus emociones, que puedan desarrollar resiliencia, que trabajen en la empatía, que sean capaces de aprender de sus errores y de las situaciones adversas es lo que les va a permitir desarrollarse como seres autónomos y humanos.

4.2. Conclusiones y recomendaciones del análisis de resultados

A continuación, se exponen las conclusiones y recomendaciones a partir de los resultados obtenidos en la aplicación del instrumento de investigación.

4.2.1. Conclusiones

El mundo ha atravesado por una pandemia que afecta indudablemente no solo la salud y la economía sino también la educación, donde interviene el papel indiscutible del docente que al observar y saber que hay muchos factores que influyen en el proceso de enseñanza aprendizaje. Si el fomentar salud mental era un tema que se venía trabajando en años anteriores, ahora debido a la situación actual, se ha convertido en un componente esencial y vital para la construcción del ser humano, pues las condiciones y experiencias que han vivido en los últimos meses no ha sido del todo favorable lo que ha generado altos niveles de estrés, cambios de rutina, incertidumbre, miedo, ansiedad, duelos, entre otros. Todo esto lleva a reflexionar sobre qué medidas, acciones o actividades se están implementando para disminuir el impacto que ha tenido esta problemática en el desarrollo evolutivo, cognitivo y emocional del niño.

Sin embargo, en el accionar docente con el afán de cumplir con el derecho de la educación se ha adoptado la modalidad virtual como la única vía para el aprendizaje; esto hace que, en el mejor de los casos, se procure realizar lo planificado en los minutos de conexión sincrónica seleccionando los contenidos propuestos por el currículo, mientras que, en las escuelas públicas se envían las guías pedagógicas. Aunque de alguna manera se ha dado respuesta a lo que deben aprender los estudiantes de acuerdo con la edad, la educación va más allá, ésta encierra la importancia de educar a los niños para la vida, es decir, no solo desde el ámbito cognitivo sino también socioemocional dándole

herramientas y creando situaciones que les permita desarrollar la resiliencia, la empatía, la conciencia emocional, etc. Por ello resulta necesario la implementación de esta propuesta didáctica que tiene como objetivo fortalecer la salud mental desde el área de Lengua y Literatura, la cual nos permite fomentar el diálogo, el pensamiento crítico estructurando y expresando sea de forma oral o escrita lo que sienten.

4.2.2. Recomendaciones

Partiendo de la problemática definida, la investigación teórica realizada y los resultados obtenidos en la aplicación del instrumento de investigación, se realizan las siguientes recomendaciones:

- Dotar a los maestros de herramientas pedagógicas que les permitan fomentar la salud mental
- Desarrollar una red fuerte que cree un sentido de pertinencia producto de relaciones positivas entre estudiantes, docentes y padres de familia que respalde al niño ante las desilusiones y heridas inevitables. Relacionarse con las personas brinda apoyo social y promueve el bienestar por lo que se debe estar atentos cuando un niño este aislado o callado.
- Generar un ambiente positivo y seguro en el que los estudiantes se sientan en la libertad de dar sus opiniones y expresar sus emociones de manera adecuada con la guía respectiva del docente, previniendo conductas negativas como la intimidación y el acoso.
- Promover la resiliencia, tomando en cuenta que las adversidades forman parte de la vida y ser resiliente es importante para superar los desafíos y tener una buena salud mental.

- Animar a ayudar a otros ya que las conductas prosociales desarrollan la autoestima, fomentan la conexión y refuerzan la responsabilidad personal, superando la sensación de que no pueden hacer nada.
- Buscar la manera de conocer el sentir del niño frente a la situación que están viviendo, para esto puede hacer uso del dibujo, juegos, películas que le permitan tener momentos diálogo.
- Fijar junto al niño metas razonables guiándolos en el proceso y enseñándoles que el error es parte de la vida y que de cualquier situación se aprende.

Capítulo V. Propuesta de intervención

5.1. Justificación de la propuesta

La situación de pandemia de COVID-19 y las medidas estrictas de confinamiento, la infodemia, y el miedo a infectarse han tenido un importante impacto en la población escolar afectando su salud física, mental y emocional lo que ha ocasionado que se alteren las rutinas, patrones de sueño, formas de alimentarse e incrementando el tiempo frente a una pantalla. Estas señales de alarma nos llevan a reflexionar sobre la manera en cómo están afrontando esta situación mundial la población escolar y dentro de este contexto no todos los niños han desarrollado habilidades para expresar abiertamente sus sentimientos. Como docentes, sabemos que para que exista un desarrollo integral en el ser humano no podemos hacer solo énfasis en la dimensión cognitiva, sino también estamos llamados a promover un ambiente saludable emocionalmente ya que esto influye en la educación, convivencia y en la resolución de problemas de la vida cotidiana.

En este contexto la responsabilidad del docente es incuestionable, por cuanto el estrés, falta de empatía y comprensión, así como la desmotivación tendrán consecuencias en nuestros estudiantes. Si ellos no se sienten acompañados, comprendidos, seguros e importantes frente al docente en medio de esta vorágine de emociones que están viviendo, aunada a la soledad de la distancia desembocará en fracaso escolar y personal. Por eso, es necesario ser docentes emocionalmente inteligentes y equilibrados para poder transmitir esos valores a nuestros estudiantes.

La Organización Mundial de la Salud recomienda que los escolares puedan describir sus emociones a través de actividades creativas. Existen maneras de implementar la educación emocional en el aula y actualmente en la hora síncrona, ya sea como contenido o competencia transversal, con el objetivo de formar adultos con la capacidad de pensar antes de actuar, controlar sus emociones y se coloquen en la posición

de los demás para comprender sus reacciones y opiniones. Por lo tanto, es fundamental ofrecerles la oportunidad de expresarse a nivel emocional para que aprendan a regularse y utilizar esas emociones para su beneficio.

La presente propuesta didáctica que tiene como objetivo fortalecer la salud mental desde el Área de Lengua y Literatura, pretende ser un valioso aporte en la formación integral de los estudiantes del subnivel medio de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica, así como un recurso didáctico que contribuya a la práctica docente y que complemente las actividades que propone el currículo de Lengua y Literatura en este nivel. Además, se busca desarrollar la dimensión emocional y resiliencia desde un entorno educativo que prepare a los niños a hacerle frente a todo tipo de situaciones adversas y esto evidentemente no puede lograrse trabajando contenidos aislados de la realidad.

Finalmente, considero relevante que desde el ámbito educativo junto a todos los agentes implicados en la formación del niño como: docentes, padres y tutores tenemos la responsabilidad de fomentar la salud emocional, con mayor compromiso en la actualidad, ya que tenemos el deber de adquirir nuevos roles. Ya no es suficiente con ser transmisor de conocimientos, sino que, trabajando en conjunto con los padres, tendremos que ayudar al niño a reconocer, nombrar y transitar sus emociones manejándolas de una manera positiva y sirviendo de modelo para ellos. Trabajar esta parte es vital ya que contribuirá a esa formación integral tan necesaria y requerida no solo académicamente, sino también socialmente.

5.2. Contextualización

Esta propuesta se realizará en la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica. La institución está ubicada en el Centro Comunal Sauces V, Mz. 1983, Solar 23; pertenece al distrito zonal número 8, Parroquia Tarquí y es dirigida por la Mgs. Yadira Blakman Briones. Los beneficiarios directos de esta propuesta son los 90 estudiantes, entre 9 a 11 años, pertenecientes a quinto, sexto y séptimo de Educación General Básica (EGB), quienes fortalecerán su salud mental reconociendo y trabajando en sus emociones por medio de las actividades sugeridas, logrando de esta manera un desarrollo integral. Los beneficiarios indirectos son los tres docentes del subnivel medio, pues podrán utilizar esta guía de actividades en su práctica docente en el área de Lengua y Literatura. Sin embargo, aunque la propuesta es para trabajarla en el subnivel medio, la mayoría de las actividades pueden ser utilizadas en otros niveles de educación básica, adaptando las consignas y destrezas a desarrollar. De esta manera, los docentes podrán incorporar sin inconvenientes esta guía en su trabajo educativo.

5.3. Objetivos

Para la intervención de esta propuesta didáctica, se plantearon los siguientes objetivos:

5.3.1. Objetivo general

Diseñar un taller como estrategia didáctica para los docentes del subnivel medio donde encontrarán actividades para la enseñanza de las emociones y el desarrollo de la resiliencia a niños de 9 a 11 años, a través del área de Lengua y Literatura.

5.3.2. Objetivos específicos

- Proponer actividades, organizadas por bloques curriculares, que permitan al estudiante poner en práctica sus habilidades comunicativas y emocionales.

- Propiciar un ambiente adecuado para la realización de las sesiones en el que los estudiantes se sientan cómodos para explorar sus emociones e ideas y compartirlas con los demás.
- Desarrollar la capacidad de resiliencia como elemento clave para afrontar situaciones difíciles

5.4. Metodología de la propuesta

La propuesta didáctica, tiene como base la metodología constructivista donde los estudiantes son sujetos activos en la construcción de conocimientos y del aprendizaje debido a que poseen capacidades cognitivas, afectivas y emocionales dando lugar a un proceso complejo de asimilación y acomodación que se logra en la interacción con el otro. Según David Ausubel el aprendizaje significativo se da cuando se construye sobre la base del conocimiento previo. Esto nos motiva a plantear actividades de acuerdo a las situaciones que han atravesado los estudiantes, con un fin específico y en un contexto determinado.

Por otra parte, el proceso de construir significados para lograr el aprendizaje no puede darse haciendo solo uso del pizarrón, es necesario que exista una interacción social en donde se crea una relación pedagógica entre el docente y el estudiante haciendo uso de la lengua oral y escrita como herramienta para comunicarse. Por esta razón, la presente propuesta didáctica se desarrollará desde el área de Lengua y Literatura, ya que su enfoque es comunicativo y eminentemente procedimental, haciendo énfasis en el desarrollo de destrezas más que en el aprendizaje de contenidos conceptuales. Es importante considerar que las destrezas propuestas en este currículo no son técnicas que se aprenden de forma descontextualizada, sino que se relacionan con prácticas de comunicación que presentan situaciones reales o simuladas que permitirán al estudiante desarrollar habilidades orales, escritas y de comprensión para la resolución de problemas.

No obstante, tomando en cuenta la situación por la que todos los seres humanos han atravesado y más aún los niños, debido a la pandemia, desde mi formación pedagógica he seleccionado el taller como estrategia didáctica a aplicar, por las posibilidades que ofrece para alcanzar el objetivo de esta propuesta donde se va a implementar como elemento transversal la educación emocional, es decir, poder enseñar a los docentes estrategias emocionales como complemento indispensable de la parte cognitiva constituyendo un desarrollo integral en sus estudiantes. Mediante la estimulación de las competencias emocionales, el estudiante aprenderá sobre empatía, resiliencia y a reconocer y gestionar sus emociones, que les permitirá afrontar las situaciones emocionalmente difíciles dentro del ámbito escolar, familiar y social; aumentando así su bienestar a nivel de salud mental y de convivencia. A continuación, se presentará las fases del taller que se realizará en forma semipresencial o totalmente virtual de acuerdo a la situación epidemiológica del país y a los lineamientos del COE nacional y tendrá una duración de 3 semanas.

Semana 1

Documentación de la información

Una semana previa al taller se realizará una lectura de los conceptos básicos haciendo énfasis en la salud mental y en lo que podemos hacer para desarrollar resiliencia, para esto se les enviará a los docentes los siguientes documentos.

- [Interim Guidance on Supporting the Emotional and Behavioral Health Needs of Children, Adolescents, and Families During the COVID-19 Pandemic](#)
- [Recomendaciones para fomentar la salud mental de los niños: consejos para padres y educadores](#)

- La crianza de los hijos durante una pandemia: consejos para mantener la calma en el hogar
- La salud mental y los adolescentes: esté atento a las señales de alerta
- La salud mental durante el COVID-19: señales de que su adolescente pudiera necesitar más ayuda

Semana 2

Identificación de las necesidades

Se realizará una presentación inicial haciendo una retroalimentación de los documentos compartidos que han sido previamente leídos para aprender a desarrollar la resiliencia y fomentar la salud mental en los niños. Además, se dialogará sobre el contexto, situación del profesorado, destinatarios y objetivos.

Análisis del contexto

Se les compartirá a los docentes un cuestionario que se encargaran de enviar a los padres de familia, lo cual nos permitirá obtener un diagnóstico situacional, identificando si existen o no factores de riesgo en sus estudiantes.

Diagnóstico situacional

Estimados padres de familia como es de su conocimiento en la actual pandemia, debido al confinamiento, los niños tuvieron que adaptarse a las clases virtuales y no han podido desarrollar algunas actividades a la que estaban acostumbradas, es una preocupación de nuestra institución el bienestar mental y emocional de cada uno de nuestros estudiantes, por lo cual agradeceríamos a usted contestar las siguientes preguntas que nos permitirán saber qué situaciones han tenido que atravesar en el contexto de la pandemia y así poder determinar si existe alguna bandera roja o señal de alarma que pudiera experimentar el niño.

Datos Generales

Nombre del Estudiante:

Edad:

Nivel:

¿Hubo en su familia algún duelo o alguien enfermó de Covid – 19?

¿Ha habido ruptura del núcleo familiar?

¿Ha habido pérdida de trabajo?

¿Su hijo tuvo problemas de conectividad?

¿Su hijo tiene los medios para conectarse?

¿Se ha alterado las rutinas y hábitos en casa?

¿Ha notado un cambio de personalidad en su hijo?

¿Su hijo ha perdido el interés en su pasatiempo favorito?

Semana 3

Estructura del taller

Al iniciar el taller, los docentes tendrán un momento para compartir sus experiencias, frustraciones y problemas que han podido observar en sus estudiantes, así como las respuestas que se obtuvieron del cuestionario por parte de los padres; información que permitirá al docente individualizar la conducta de sus estudiantes, pudiendo diferenciar quienes están presentando una señal de alarma. El taller se podrá realizar de manera virtual o presencial y tendrá una duración de 4 horas. Las actividades están diseñadas con el objetivo de que el estudiante pueda reconocer y expresar sus emociones y a su vez desarrolle resiliencia, ya que al estar en una edad vulnerable donde además de sentir la incertidumbre propia de su etapa de crecimiento, se enfrentan a diversas situaciones emocionales y traumáticas. Por lo tanto, la aptitud para desarrollarse, independientemente de los desafíos que se le presenten, surgirá de la capacidad de resiliencia. A medida que el adulto fija en el niño metas razonables, alimenta su autoestima de manera positiva, habla y los escucha sin pasar por alto sus miedos, le pide que le ayude con alguna tarea, le hace saber que equivocarse es parte del aprendizaje, refuerza su empatía y le permite ver que el cambio forma parte de la vida, le está enseñando a afrontar con éxito cualquier adversidad y esto solo puede ser posible si hacemos uso del conocimiento que tenemos de ellos.

La estructura que tiene cada actividad está diseñada en base a lo propuesto por el currículo de Lengua y Literatura, dado por el Ministerio de Educación, de manera que el

docente no tenga inconvenientes de incluir estas actividades dentro de su planificación. Por tal motivo, se detallará: una breve introducción del porqué se está planteando esa actividad, el bloque curricular, objetivo, destreza con criterio de desempeño, descripción, duración y orientación. Es importante que el docente explique a sus estudiantes en qué consiste y qué es lo que se quiere lograr con estas actividades, por ejemplo: “A partir de ahora, durante dos meses, todos los lunes y viernes en la hora de Lengua y Literatura vamos a realizar diferentes actividades donde aprenderán a conocerse, valorarse, sentir empatía y desenvolverse en las situaciones de la vida cotidiana”.

Alguna de las sugerencias metodológicas que se compartirán con los docentes están relacionadas al proceso didáctico, es decir, procurar presentar los objetivos e instrucciones con un lenguaje adecuado a la edad del estudiante; en la ejecución se recomienda que las actividades se trabajen de manera individual y luego se creen pequeños grupos de manera aleatoria, la función del docente aquí es guiar el análisis de la actividad y llevarlos a la reflexión donde finalmente se recogerán conclusiones, preguntas y síntesis de las ideas principales que les servirá para elaborar un material específico como: dibujos, murales, diarios y así poder verificar si los objetivos expuestos al principio se han cumplido. Cabe recalcar, que la propuesta didáctica está diseñada para poder ejecutarse de manera semipresencial durante 12 semanas y que en el evento no consentido que tuviera que volverse a un tipo de confinamiento esta propuesta serviría para que el docente pueda tener una herramienta para trabajar la resiliencia a distancia.

Evaluación

Finalmente, será necesario realizar una evaluación, ya que es un instrumento de acción pedagógica que evidencia si los objetivos se han cumplido; se sugiere que sea de manera continua y formativa para así poder identificar los puntos fuertes y débiles que permitan flexibilizar y adaptar el taller al contexto y necesidades del estudiante.

5.5. Actividades

A continuación, se presentan las actividades siguiendo la metodología propuesta.

Reconozco mis emociones

Introducción: Tomando en cuenta que los niños no siempre tienen desarrolladas habilidades para expresar abiertamente sus sentimientos. La Organización Mundial de la Salud recomienda que los escolares puedan describir sus emociones a través de actividades creativas como lo es el dibujo, considerando componentes como: el color, distribución del espacio y figuras predominantes que en primera instancia nos van a dar una información que permitirá canalizar su estado anímico de manera positiva. Además, esta actividad permite desarrollar conciencia emocional, es decir, identificar la emoción que sienten desarrollando un vocabulario emocional y analizando incluso las causas de las emociones negativas que surgen en los momentos difíciles y que permiten al niño aprender más sobre sí mismo.

Bloque curricular: Comunicación oral

Objetivo del bloque

OG.LL.3. Evaluar, con sentido crítico, discursos orales relacionados con la actualidad social y cultural para asumir y consolidar una perspectiva personal.

Destreza con criterio de desempeño

LL.3.2.2. Proponer intervenciones orales con una intención comunicativa, organizar el discurso según las estructuras básicas de la lengua oral y utilizar un vocabulario adecuado a diversas situaciones comunicativas.

Descripción

- El docente les mostrará un video sobre la importancia de expresar nuestras emociones y sentimientos

<https://www.youtube.com/watch?v=zhp2E6FL3kw>

<https://www.youtube.com/watch?v=ZsiPcsabw-0&t=80s>

<https://www.youtube.com/watch?v=HfISQcmPgmY&t=55s>

- Se dialogará con los estudiantes y se realizará una lluvia de ideas con lo que ellos han interiorizado del video.
- Se les pedirá que contesten la pregunta ¿cómo te sientes ante la situación del coronavirus? Elaborando un dibujo y describiendo en tres palabras.
- Cada estudiante explicará su dibujo y lo que ha escrito y se analizará el resultado de estos
- Se realizará una lista de las emociones que han mencionado
- Se elaborará un diccionario de emociones donde colocarán imágenes recortadas de una revista de aquellas emociones que ellos han compartido junto con una definición.
- Se reflexionará sobre lo aprendido y lo que han escuchado de sus compañeros para comprenderlos y desarrollen empatía entre ellos.

Materiales

Lápices de colores, cartulinas, computadora, revistas, tijera, goma, marcadores.

Duración

Dos sesiones de 45 minutos

Orientación

- Procure no desvalorizar lo que siente el niño

- Evalúe la capacidad de escucha y comprensión
- Reconozca y adopte una actitud positiva durante el intercambio oral
- Sea empático y comparta experiencias personales
- Estimule la reflexión
- Si la actividad la realiza de forma presencial, puede formar un círculo cuando vayan a dialogar sobre el dibujo

Héroes nacionales contemporáneos

Introducción: La actitud junto con la valoración positiva de las propias capacidades y limitaciones influyen en la conducta y en la manera de mirar al mundo, permitiendo al niño darse cuenta de las cosas buenas de la vida y seguir adelante incluso en los momentos más difíciles; de esta manera será consciente que el cambio es parte de la vida y que se puede fijar metas razonables dando un paso a la vez, concentrándose en los logros más que en lo que no logró, esto le ayuda a desarrollar resiliencia y por esta razón se ha diseñado esta actividad para que el niño conozca la historia de personas que han atravesado por adversidades registrando las dificultades y las acciones positivas que los ayudaron a superarse. A su vez, contribuye a desarrollar autonomía emocional, es decir, confiar en las propias capacidades, automotivarse, pensar de manera positiva diciendo: “Yo puedo” y “Soy capaz”.

Bloque curricular: Lectura

Objetivo del bloque

OG.LL.5. Leer de manera autónoma y aplicar estrategias cognitivas y metacognitivas de comprensión, según el propósito de lectura.

Destreza con criterio de desempeño

LL.3.3.4. Autorregular la comprensión de textos mediante el uso de estrategias cognitivas de comprensión: parafrasear, releer, formular preguntas, leer selectivamente, consultar fuentes adicionales.

Descripción

- Durante 4 semanas se realiza los viernes de héroes nacionales contemporáneos, donde primero se les mostrará a los estudiantes la foto de algunos de ellos como: Jefferson Pérez, Richard Carapaz, Neisi Dajomes, Tamara Salazar y se les preguntará si conocen detalles de su vida y lo que han logrado.
- Se seleccionará una biografía y se aplicará tipos de lectura: en cadena, en coro, en silencio, y se subrayara lo que al estudiante le pareció más relevante.
- De manera individual, registrarán en una tabla las dificultades que atravesaron y las acciones positivas que le ayudaron a conseguir sus sueños.

Dificultades	Acciones positivas

- Al terminar las semanas de lectura, se realizarán pequeños grupos donde se evaluará a través de preguntas la comprensión a nivel crítico-valorativo y se medirá a partir de comentarios, opiniones, juicios de valor, etc. Lo que han aprendido de dichas personas.
- Finalmente, registrarán en una tarjeta las acciones y metas a corto o a largo plazo que se comprometan a seguir para luego compartirlas con la clase.

Materiales

Foto y biografía de los héroes nacionales contemporáneos, cuaderno, bolígrafo, regla, cartulina.

Duración

De 4 a 5 semanas dependiendo la cantidad de lecturas que el docente elija

Orientación

- Se sugiere que se elijan mínimo dos historias de héroes nacionales contemporáneos
- Cuando compartan sus metas y compromisos, alimente la autoestima de sus estudiantes
- Ayúdelo a ver la situación en un contexto más amplio
- Use elogios como: “Tú puedes” “Sigue así” “Eres inteligente” “No te rindas” “Eres capaz de lograrlo” en todas sus clases.

Margarita, el hada de la alegría

Introducción: Utilizar el cuento como herramienta para educar a los niños emocionalmente contribuye no solo al desarrollo cognitivo sino también el afectivo y social, ayuda a construir un vocabulario emocional, permite que el niño profundice en diferentes matices de una misma emoción, transmite valores de forma sencilla, estimula la imaginación y creatividad sobre todo a la hora de solucionar un problema y ayuda al desarrollo del autoconcepto, la autoestima y empatía importantes para la autonomía emocional.

Bloque curricular: Literatura

Objetivo del bloque

O.LL.3.11. Seleccionar y disfrutar textos literarios para realizar interpretaciones personales y construir significados compartidos con otros lectores.

Destreza con criterio de desempeño

LL.3.5.5. Reinventar los textos literarios y relacionarlos con el contexto cultural propio y de otros entornos.

Descripción

- Se les mostrará a los estudiantes la portada del cuento “María y el hada de la alegría” y se les realizará las siguientes preguntas:

¿Qué observamos en la portada?

¿Qué es un hada?

¿Qué emoción refleja la niña?

¿De qué tratará el cuento?



- Cada estudiante leerá una parte del cuento.
- Luego, se llenará una ficha de lectura donde los estudiantes registrarán el título del cuento, personajes, estructura del cuento y el mensaje.

Ficha de lectura

Datos del cuento

Título:

Autor:

Personajes

Principales:

Secundarios:

Estructura del cuento:

Introducción:

Desarrollo:

Desenlace:

Mensaje:

- Se formarán grupo de 3 estudiantes y elaborarán un cuento siguiendo la estructura de este y seleccionando las emociones que quieran que presenten sus personajes.
- Al finalizar cada grupo elaborará diapositivas para narrar el cuento que escribió.

Materiales

Cuento, ficha de lectura, bolígrafo, computadora.

Duración

Dos sesiones de 45 minutos

Orientación

- Permítale compartir sus propias interpretaciones y opiniones del cuento leído.
- Dele libertad a los estudiantes para que jueguen con los personajes, escenarios y temáticas
- Guíelos durante el proceso de elaboración de su cuento
- En qué momento Ellos han experimentado esa emoción y que hicieron o que podrían hacer hecho para poder manejarlo

Tarjetas de fortaleza

Introducción: A veces es más sencillo para el ser humano describir sus defectos que sus virtudes o fortalezas, una de las causas socioculturales podría ser la facilidad con la que se critica señalando la debilidad del otro que afirmarlo positivamente por sus capacidades y aptitudes. Es importante considerar, que la forma en la que nos vemos, nos estimamos y automotivamos influye en la manera que tenemos de ser y mirar al mundo y es precisamente en los momentos difíciles donde los niños suelen aprender más sobre sí mismos, por eso será necesario buscar oportunidades para el autodescubrimiento.

Bloque curricular: Comunicación oral

Objetivo del bloque

OG.LL.4. Participar de manera fluida y eficiente en diversas situaciones de comunicación oral, formales y no formales, integrando los conocimientos sobre la

estructura de la lengua oral y utilizando vocabulario especializado, según la intencionalidad del discurso.

Destreza con criterio de desempeño

LL.3.2.1. Escuchar discursos orales y formular juicios de valor con respecto a su contenido y forma, y participar de manera respetuosa frente a las intervenciones de los demás.

Descripción

- Se mostrará una imagen a los estudiantes, a partir de eso se les preguntará:



¿Qué observan en la imagen?

¿Por qué creen que la están señalando?

¿Por qué crees que se está tapando los oídos?

¿Qué palabras crees que le están diciendo?

- Se dialogará en base a la respuesta que los estudiantes han dado, diciéndoles que eso es lo que pasa regularmente, las personas critican y ven lo negativo de otro.
- Se les hará sentar en circulo y se le entregará a cada uno, una tarjeta con su nombre.

- Cada estudiante mencionará una debilidad que tengan, luego se pasará las tarjetas hacia la derecha y cada uno escribirá aspectos positivos del compañero a quien le pertenece esa tarjeta.
- Al terminar, cada uno leerá en voz alta los aspectos positivos que le han escrito y la docente guiándolos en un momento de reflexión le dirá: “Con la percepción positiva que los demás tienen de ti ¿Qué puedes hacer para trabajar en esa debilidad antes mencionada?”

Materiales

Imagen, computadora, proyector, cartulina, marcadores, bolígrafo.

Duración

Dos sesiones de 45 minutos

Orientación

- Establezca un ambiente favorable que le permita a los estudiantes sentirse cómodos
- Si algún estudiante no conoce tanto a uno de sus compañeros no le exija a que escriba algo de él.
- Permita que sus estudiantes aprendan a responder a través de actitudes positivas en las situaciones que se crean en la vida diaria.
- En cada clase, destaque los aspectos positivos de sus estudiantes.

Dado de las emociones

Introducción: A diario, el ser humano está en contacto con otras personas viviendo experiencias que generan emociones, pero ¿cuántos son conscientes de aquello que sienten? Desarrollar en el niño conciencia emocional permite que se dé cuenta de su propio estado emocional y comprenda cuáles son las ventajas y desventajas de cada una de las emociones y qué las produce. En esta actividad, se usará la escritura como habilidad práctica para el autoconocimiento, estimulando no solo el desarrollo afectivo sino también el intelectual ya que el escribir estructura el razonamiento y es una forma de canalizar las emociones.

Bloque curricular: Escritura

Objetivo del bloque

O.LL.3.8. Escribir relatos y textos expositivos, descriptivos e instructivos, adecuados a una situación comunicativa determinada para aprender, comunicarse y desarrollar el pensamiento.

Destreza con criterio de desempeño

LL.3.4.4. Escribir párrafos con el uso de conectores temporales y de orden, y coherencia en el manejo del verbo y la persona, en situaciones comunicativas que lo requieran.

Descripción

- Se les pedirá a los estudiantes que se sienten en un círculo.
- Se les mostrará el dado de las emociones donde estará la imagen y el nombre de una emoción en cada lado como: alegría, tristeza, miedo, vergüenza, enojo, sorpresa.

- Cada estudiante lanzará el dado y de acuerdo con la emoción que salga deberá realizar el gesto, luego dirá en qué situación él o ella ha sentido esa emoción.
- Para esto el docente podrá realizar las siguientes preguntas:
 - ¿Qué ocurrió?
 - ¿Dónde fue?
 - ¿Cómo pasó?
 - ¿Cuándo sucedió?
 - ¿Por qué crees que te sentiste así?
- Una vez que cada estudiante haya participado en la dinámica, se los guiará al proceso de escritura; para esto se les pedirá que realicen una lluvia de ideas sobre la situación en donde sintieron la emoción antes mencionada.
- Con esa información, se les pedirá que escriban una anécdota donde se elaborará un párrafo narrativo.
- Considerando el proceso de escritura, en la planificación se les indicará que realicen un organizador gráfico donde coloquen la idea principal, idea secundaria y conclusión.
- Luego, guiados por el docente, procederán a escribir la anécdota de manera individual tomando en cuenta la cohesión y estructura del párrafo narrativo usando correctamente los conectores, tiempos verbales, etc.
- El docente revisará lo que han escrito cada uno de los estudiantes y le hará las debidas correcciones para que lo puedan reescribir.
- Finalmente, cada estudiante compartirá su anécdota con sus compañeros.

Materiales

Cartulina, tijera, imágenes de emociones, goma, marcadores, bolígrafo, cuaderno.

Duración

Dos sesiones de 45 minutos

Orientación

- Si la actividad se la realiza de manera virtual, cada estudiante tendrá que elaborar el dado de las emociones.
- Es importante durante el diálogo realizar la mayor cantidad de preguntas para que esa información sea utilizada como idea para la elaboración del texto.
- Indíqueles a los estudiantes que escriban en primera persona par canalizar mejor toda su energía interna.
- Si el estudiante va a escribir su anécdota sobre una situación que le provocó enojo, tristeza, miedo o vergüenza sugiérale que escriban qué podrían hacer para controlar esa emoción.

5.6. Materiales y recursos

Los materiales para utilizar durante el taller son de fácil acceso para la profesora y los estudiantes, por lo que no suponen un gasto excesivo. Algunos de los materiales son: hojas de papel, cartulina, lápices de colores, marcadores, tijeras, goma, revistas, cuento. En cada sesión se detallan los materiales a utilizar para que la profesora pueda solicitarlos con anticipación. En cuanto a los recursos, en algunas sesiones es necesario contar con un proyector y una computadora para la visualización de videos o imágenes.

El espacio físico, en el que se realicen las actividades debe ser amplio y sin ningún tipo de objeto que obstaculice el movimiento de los estudiantes. El recurso humano está conformado por la persona que diseñó la propuesta quien ejecutará lo planificado, capacitando a los docentes de quinto, sexto y séptimo del área de Lengua y Literatura y

así puedan hacer uso de esta guía de actividades en sus salones de clase, beneficiando así el aprendizaje de los estudiantes del subnivel medio.

5.7. Evaluación de la Propuesta

La evaluación es una actividad valorativa que nos permite determinar en qué medida se han logrado los objetivos, para esto se sugiere un cuestionario que será aplicado a los estudiantes durante las diferentes sesiones. El cuestionario se enfocará en evaluar al estudiante y su proceso, más no el producto que se obtenga, dado que esta herramienta nos brinda reflexiones sobre el funcionamiento de la propuesta, ayudándonos a identificar formas de mejora y formulando nuevas estrategias de acción ante las dificultades o situaciones observadas. Se detallarán varios indicadores de evaluación que deben ser considerados para ayudar a evaluar en una escala del 1 al 10 cada actividad:

Grado de placer: observar qué emociones manifiestan las personas participantes del grupo ante el desarrollo de la actividad. Valorar las manifestaciones emocionales espontáneas, como la risa, expresiones faciales, felicidad...

Grado de participación: observar si en las actividades en grupos pequeños o con todo el grupo participan todos los y las alumnas.

Clima del grupo: observar la expresión emocional de los y las alumnas. Observar si en las actividades de grupo se aprecian el respeto, el diálogo, la coordinación o conductas de resistencia o agresividad o incluso de pasividad.

Comunicación y escucha: valorar si las instrucciones de la actividad que la persona adulta ofrece son escuchadas, si en la puesta en común o reflexión las personas participantes del grupo se escuchan activamente, y si en el desarrollo de la actividad la comunicación dentro del grupo es efectiva.

Grado de obtención de los objetivos: valorar si los objetivos propuestos al principio de la actividad se han conseguido y en qué medida. (Urdangarin et al., 2008, p. 27)

A continuación, se presenta un ejemplo del cuestionario de evaluación:

Figura 15

Cuestionario de evaluación de la actividad

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Grado de placer										
Grado de participación										
Clima del grupo										
Comunicación y escucha										
Grado de obtención de los objetivos										

ELEMENTOS POSITIVOS, DIFICULTADES Y FORMAS DE MEJORA

DESCRIPCIÓN SUBJETIVA DE LA SESIÓN

Tomado de Urdangarin et al.

Al finalizar cada quimestre se propone que el docente disponga de un momento para dialogar con cada estudiante respecto a los aspectos que se pueden mejorar o cambiar y al desempeño que tenido durante ese tiempo lo cual involucra un crecimiento emocional. Además, este tipo de evaluación permitirá hacer mejoras en cuanto a las actividades que deben ser continuas en el tiempo porque las consecuencias que ha traído la pandemia a la salud mental permanecerán a largo plazo.

REFERENCIAS

- Academia Americana de Pediatría. (2015). *La salud mental y los adolescentes: esté atento a las señales de alerta*. <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/mental-health-and-teens-watch-for-danger-signs.aspx>
- Academia Americana de Pediatría. (2021). *La salud mental durante el COVID – 19: señales de que su adolescente pudiera necesitar más ayuda*. <https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/COVID-19/Paginas/Signs-your-Teen-May-Need-More-Support.aspx>
- American Academy of Pediatrics. (2021). *Interim Guidance on Supporting the Emotional and Behavioral Health Needs of Children, Adolescents, and Families During the COVID-19 Pandemic*. <https://www.aap.org/en/pages/2019-novel-coronavirus-covid-19-infections/clinical-guidance/interim-guidance-on-supporting-the-emotional-and-behavioral-health-needs-of-children-adolescents-and-families-during-the-covid-19-pandemic/>
- American Psychological Association. (2010). *Guía de resiliencia: para padres y maestros*. <https://www.apa.org/topics/resilience/guia>
- Cevallos-Robalino D, Reyes-Morales N, Rubio-Neira M. Evolución e impacto de la infodemia en la población infantil en tiempos de COVID-19. *Rev Panam Salud Publica*. 2021;45: e38. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2021.38>
- Ministerio de Educación. (2011). *Ley Orgánica de Educación Intercultural*. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/05/Ley-Organica-Educacion-Intercultural-Codificado.pdf>

- Ministerio de Educación. (2016). *Currículo de EGB y BGU Lengua y Literatura*.
<https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/03/LENGUA.pdf>
- Ministerio de Educación. (2020). *Contención emocional a las familias en situaciones de crisis*. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/03/Guia-Contencion-Emocional.pdf>
- Ministerio de Educación. (2020). *Plan Educativo: aprendamos juntos en casa*.
<https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/08/Plan-Educativo-Aprendamos-Juntos-en-Casa.pdf>
- Ministerio de Educación. (2020). *Rendición de cuentas 2020*.
<https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/05/Informe-narrativo-RC-MINEDUC-2020.pdf>
- Naciones Unidas. (2020). *Informe de políticas: La COVID-19 y la necesidad de actuar en relación con la salud mental*.
https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_covid_and_mental_health_spanish.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Addressing violence against children, women and older people during the covid-19 pandemic: Key actions*.
https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Violence_actions-2020.1
- Organización Panamericana de la Salud. (2020). *Intervenciones recomendadas en salud mental y apoyo psicosocial (SMAPS) durante la pandemia*.
<https://www.paho.org/uru/dmdocuments/Intervenciones-recomendadas-SMAPS-pandemia-COVID-19.pdf>

Unicef. (2020). *Salud mental e infancia en el escenario de la covid-19*.

<https://www.consaludmental.org/publicaciones/Salud-Mental-infancia-adolescencia-covid-19.pdf>

Urdangarin, B., Izagirre, A. y Lakunza, A. (s.f.). *Inteligencia emocional educación*

secundaria obligatoria. [https://www.orientacionandujar.es/wp-](https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2015/11/Programa-Inteligencia-Emocional-Secundaria-12-14-a%C3%B1os.pdf)

[content/uploads/2015/11/Programa-Inteligencia-Emocional-Secundaria-12-14-](https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2015/11/Programa-Inteligencia-Emocional-Secundaria-12-14-a%C3%B1os.pdf)

[a%C3%B1os.pdf](https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2015/11/Programa-Inteligencia-Emocional-Secundaria-12-14-a%C3%B1os.pdf)

ANEXOS

Anexo 1. Formato de Encuesta

CARRERA DE PEDAGOGÍA

ENCUESTA A DOCENTES DEL SUBNIVEL MEDIO

Propuesta didáctica para fortalecer la salud mental en el contexto de la pandemia desde el Área de Lengua y Literatura en estudiantes del subnivel medio de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica

Estimados profesores:

Soy Fransheska Mendoza estudiante de la Universidad Católica Santiago de Guayaquil, estoy interesada en conocer cuál ha sido el impacto que ha tenido la actual pandemia en la salud mental de los estudiantes, esto me ha llevado a realizar mi trabajo de titulación que consiste en una “Propuesta didáctica para fortalecer la salud mental en el contexto de la pandemia desde el Área de Lengua y Literatura en estudiantes del subnivel medio de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica”.

Para esto les agradecería contesten lo más veraz posible la siguiente encuesta son preguntas cerradas, al final ustedes van a encontrar algunas líneas para cualquier información o comentario adicional que quisieran hacer.

1.- ¿De qué nivel son sus estudiantes?

Quinto

Sexto

Séptimo

2.- Durante la hora sincrónica ¿La mayoría de sus estudiantes son supervisados por?

Padres/abuelos

Hermanos menores de 18 años

Vecinos/Amigos

Nadie

3.- ¿Considera usted que el reto de los estudiantes para adaptarse a la nueva modalidad educativa fue?

Muy fácil

Fácil

Extremadamente complejo

Difícil

4.- ¿Alguno de sus estudiantes se contagió de Covid – 19?

Si

No

5.- ¿Conoce si alguno de sus estudiantes tuvo algún duelo familiar por covid o familiares que enfermaron gravemente?

Conozco

Desconozco

Ninguno

6.- ¿Hubo algún accionar de parte de los cuidadores, durante la clase sincrónica, que le hiciera considerar que el niño estaba siendo víctima de cualquier tipo de violencia intrafamiliar?

Si

No

7.- ¿Ha hablado en algún momento con sus estudiantes respecto a sus temores con relación al covid?

Si

No

8.- ¿Cuál ha sido la principal preocupación expresada por sus estudiantes respecto a la pandemia?

Familiares enfermen o mueran de Covid

Falta de recursos para alimentarse

Pérdida de trabajo de familiares

No aprobar el año escolar

9.- ¿Cuál es su opinión respecto a incluir programas de educación emocional en la malla curricular educativa actual?

Excelente

Bueno

Regular

Mala

10.- ¿Considera que el desarrollo integral de su estudiante se ha visto afectado debido a la pandemia?

En todos los casos

En algunos casos

En pocos casos

En ningún caso

11.- ¿Como calificaría el tipo de información que recibieron sus estudiantes respecto al COVID 19?

Científicamente adecuada

Acorde con su edad

Infodemia (sobreabundancia en el volumen de la información real y falsa)

12.- ¿Cuál de las siguientes situaciones usted considera que es una señal de alerta sobre la salud mental de su estudiante? Ordene las siguientes opciones en una escala del 1 al 5. Tome en cuenta que 1 es para aquellas situaciones menos graves y 5 para las situaciones más graves.

Dormir en exceso

Pérdida de autoestima

Abandono o pérdida de interés en los pasatiempos favoritos

Pérdida de peso y apetito, que puede indicar un trastorno alimentario

Cambios bruscos de personalidad

13.- ¿Ha recibido de parte de su unidad educativa algún tipo de capacitación sobre cómo promover la salud mental en los niños?

Si

No

14.- ¿Estaría de acuerdo en planificar actividades para fortalecer la salud mental en sus estudiantes?

Totalmente de acuerdo

De acuerdo

Indeciso

En desacuerdo

15.- ¿Le gustaría contar con una guía de actividades que fortalezcan la salud mental de sus estudiantes?

Si

No

Agradecemos su participación en la siguiente encuesta, por favor indique si hay alguna información relevante que no hay

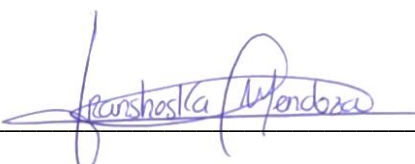
DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Mendoza García, Brigitte Fransheska**, con C.C: # **0931156913** autor/a del trabajo de titulación: **Propuesta didáctica para fortalecer la salud mental en el contexto de la pandemia desde el Área de Lengua y Literatura en estudiantes del subnivel medio de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica** previo a la obtención del título de **Licenciada en Ciencias de la Educación** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, **13 de septiembre de 2021**

f. 

Nombre: **Mendoza García, Brigitte Fransheska**

C.C: **0931156913**

REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

TEMA Y SUBTEMA:	Propuesta didáctica para fortalecer la salud mental en el contexto de la pandemia desde el Área de Lengua y Literatura en estudiantes del subnivel medio de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica.		
AUTOR(ES)	Mendoza García, Brigitte Fransheska		
REVISOR(ES)/TUTOR(ES)	Dra. Morán Marussich Esther Raquel, Mgs.		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
FACULTAD:	Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación		
CARRERA:	Pedagogía		
TITULO OBTENIDO:	Licenciada en Ciencias de la Educación		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	13 de septiembre de 2021	No. DE PÁGINAS:	81
ÁREAS TEMÁTICAS:	Lengua y Literatura, salud mental, educación emocional		
PALABRAS CLAVES/ KEYWORDS:	Salud mental, educación emocional, Lengua y Literatura, desarrollo integral, COVID, resiliencia.		
RESUMEN/ABSTRACT (150-250 palabras):	<p>La pandemia del COVID 19 exacerbó los problemas ya existentes de salud mental en los niños, con este propósito se realiza la presente propuesta didáctica que tiene como objetivo fortalecer la salud mental desde el área de Lengua y Literatura la cual, teniendo un enfoque comunicativo, permitirá usar como elemento transversal la educación emocional. Previamente se realizó una encuesta que evidenció la necesidad que tenían los maestros de la Escuela de Educación Básica Particular Universidad Católica, de una herramienta didáctica dirigida a estudiantes del subnivel medio que comprende 5to, 6to y 7mo de Educación General Básica quienes son los primeros beneficiados porque les permitirá expresar sus emociones, desarrollar resiliencia y trabajar la empatía. Cabe recalcar, que esta propuesta se basa en la metodología constructivista y en el taller como estrategia didáctica, pues permite que el estudiante aprenda de manera vivencial; cada actividad planteada cuenta con una breve introducción, el bloque curricular y objetivos tomados del documento dado por el Ministerio de Educación del área de Lengua y Literatura.</p>		
ADJUNTO PDF:	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: +593-993255247	E-mail: fransheska_95@hotmail.com	
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN (COORDINADOR DEL PROCESO UTE):	Nombre: Lcda. Rina Vásquez Guerrero, Mgs.		
	Teléfono: +593-4-0985853582		
	E-mail: rina.vasquez01@.cu.ucsg.edu.ec		
SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA			
Nº. DE REGISTRO (en base a datos):			
Nº. DE CLASIFICACIÓN:			
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):			