

Escuelas como  
territorios de paz



## MÓDULO

# ESTRATEGIA RESPUESTA INTEGRAL DE ORIENTACIÓN PEDAGÓGICA **RIO-P**

¡A transformar la convivencia escolar!

CAJA DE HERRAMIENTAS DEL PROGRAMA INTEGRAL DE EDUCACIÓN  
SOCIOEMOCIONAL, CIUDADANA Y ESCUELAS COMO TERRITORIOS DE PAZ

La **BOGOTÁ**  
que estamos construyendo

Programa  
**integral**  
de educación socioemocional, ciudadana y  
escuelas como territorios de paz.

**rio-p**  
pedagógica



SECRETARÍA DE  
EDUCACIÓN

**BOGOTÁ**





## **MÓDULO**

# **ESTRATEGIA RESPUESTA INTEGRAL DE ORIENTACIÓN PEDAGÓGICA **RIO-P****

**CAJA DE HERRAMIENTAS DEL  
PROGRAMA** INTEGRAL DE  
EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL,  
CIUDADANA Y ESCUELAS COMO  
TERRITORIOS DE PAZ

**Alcaldesa Mayor de Bogotá D.C.**

Claudia Nayibe López Hernández

**Secretaria de Educación**

Edna Cristina Bonilla Sebá

**Subsecretaria de Integración  
Interinstitucional**

Deidamia García Quintero

**Directora de Participación y Relaciones  
Interinstitucionales**

Támara Paola Ávila Hernández

**Jefe de la Oficina para la Convivencia  
Escolar**

Andrés Felipe Avendaño Herrera

**Creación de contenidos**

Dario Armando Rojas López

Juana Valentina Pérez Méndez

Nathaly Alejandra Lemus Moreno

Rodolfo Esteban Rodríguez Fernández

María Camila Garavito Ayala

Yessica Lizeth Mojica Valentín

Andrés Leonardo Urrea Velásquez

Diana Alexandra Rueda Riveros

Elba Lorena Vargas Vargas

Lidia Cecilia Rodríguez Contreras

Daniel Andrés Leguizamón Hernández

Edna Rocío Vanegas Mogollón

Susana Liz Domínguez Rosales

Laura Melisa Barón Motta

Viviana Marcela Herrera Peña

Cindy Paola Bobadilla Moreno

Martha Liliana Rengifo Montealegre

**Revisión de textos y corrección de estilo**

Andrea Natalia Rodríguez Infante

Anais Verónica Cortés Carreño

**Diseño y diagramación**

Alexander Mora

**ISBN: 978-628-7627-26-0**

Bogotá D.C., 2023



## Contenido

|  |            |
|--|------------|
| <b>Presentación</b>  | <b>11</b>  |
| 1. ¿Qué nos proponemos transformar?  | 12         |
| 2. ¿Cómo construimos la caja de herramientas?  | 12         |
| 3. ¿Cómo está compuesta la caja de herramientas?   | 13         |
| 4. ¿Cuál es el modelo pedagógico que orienta la caja de herramientas?  | 13         |
| 5. ¿Cuál es la ruta pedagógica de cada una de las actividades propuestas?  | 14         |
| 6. ¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas que podemos fortalecer?   | 15         |
| <b>Línea temática 1. Prevención de la agresión y el acoso escolar</b>  | <b>16</b>  |
| Actividad 1. El muro contra el acoso escolar   | 19         |
| Actividad 2. Entre todas y todos decimos basta al acoso escolar  | 25         |
| Actividad 3. La bitácora de la diferencia  | 31         |
| Proyecciones y desafíos  | 38         |
| Referencias bibliográficas   | 39         |
| <b>Línea temática 2. Prevención del consumo de sustancias psicoactivas</b>   | <b>40</b>  |
| Actividad 1. Familias y crianzas seguras   | 44         |
| Proyecciones y desafíos  | 53         |
| Referencias bibliográficas   | 54         |
| <b>Línea temática 3. Promoción de la salud mental y prevención de las conductas suicidas</b>   | <b>55</b>  |
| Actividad 1. De los sueños a la prevención de las conductas suicidas   | 59         |
| Actividad 2. Primero Auxilios Psicológicos: somos redes de cuidado   | 66         |
| Proyecciones y Desafíos  | 73         |
| Referencias bibliográficas   | 74         |
| <b>Línea temática 4. Promoción de los derechos sexuales y reproductivos y prevención de las violencias basadas en género y violencias sexuales</b> | <b>75</b>  |
| Actividad 1. Derrumbando estereotipos  | 78         |
| Actividad 2. Sistema sexo - género   | 83         |
| Actividad 3. Tipos de violencias   | 89         |
| Actividad 4. Nuevas masculinidades y sororidad   | 95         |
| Proyecciones y desafíos  | 101        |
| Referencias bibliográficas   | 102        |
| <b>Bibliografía general</b>  | <b>103</b> |

## Docentes y docentes orientadores (as) de la Secretaría de Educación del Distrito participantes en los grupos de discusión para la definición de los contenidos temáticos

### Línea temática 1. Prevención de la agresión y el acoso escolar

#### Localidad Bosa

**Colegio Carlos Pizarro León Gómez (IED)**

Andrea Catalina Ruiz Pérez  
Liliana Angélica Contreras Pardo

**Colegio Ciudadela Educativa De Bosa (IED)**

Alexandra López Chivata

**Colegio German Arciniegas (IED)**

Sandra Liliana Serrano Sanabria

**Colegio Grancolombiano (IED)**

Felisa Adriana León Velásquez  
Sonia Osorio Novoa  
Wendy Ordoñez

**Colegio Kimi Pernía Domico (IED)**

Ana Yisol Moreno Gutiérrez  
Jairo Fabian Murillo Rodríguez  
Jorge Eliécer Martínez Bustos

**Colegio Nuevo Chile (IED)**

Alejandra Salazar Beltrán  
Alejandro Romero Hernández  
Andrea Ximena Valderrama

**Colegio Porfirio Barba Jacob (IED)**

Laima Fernanda Góngora López  
Martha Murcia

**Colegio Villas Del Progreso (IED)**

Lady Vanessa Pineda Lee

#### Localidad Ciudad Bolívar

**Colegio Canadá (IED)**

Larry Yesid Villegas Riveros  
Marizel Bernal  
Milady Giseth Cerquera Mosquera

**Colegio El Ensueño (IED)**

Luz Stella Ramírez Becerra

**Colegio El Tesoro De La Cumbre (IED)**

Ans Consuelo Balaguera Solano

**Colegio Guillermo Cano Isaza (IED)**

Angela Cortes

**Colegio Paraíso Mirador (IED)**

Nathalya Alejandra Luque Rodríguez  
Pilar De Los Ángeles Riveros

**Colegio Rodrigo Lara Bonilla (IED)**

Emilce Cortes González  
María Helena Alvarado Padilla  
Marlén Sandoval

**Dirección Local de Educación Ciudad Bolívar**

Alis Adriana González Plazas  
Rosalba Sandino Alfaro

#### Localidad Engativá

**Colegio Instituto Técnico Laureano Gómez (IED)**

Gladys Stella Romero Balceros  
Marlen Leguizamón

**Colegio Miguel Antonio Caro (IED)**

Ligia Moreno Layton

**Colegio Nueva Constitución (IED)**

Claudia Esperanza Chacón Ríos  
Myrtha Esperanza Ortiz Díaz

**Colegio Republica De Bolivia (IED)**

Adriana Constanza Muñoz Cifuentes

**Colegio Robert F. Kennedy (IED)**

Marlen Valbuena Moscoso

#### Localidad Kennedy

**Colegio Paulo Vi (IED)**

Sandra Marcela Avellaneda

#### Localidad Los Mártires

**Colegio Liceo Nacional Antonia Santos (IED)**

Eliana Vanegas Pérez

#### Localidad Suba

**Colegio Alberto Lleras Camargo (IED)**

Jenny Briceño Montaña  
Myriam Carrillo  
Wilma Lucia Diaz Rodríguez

**Colegio Bilbao (IED)**

Liliana Riveros Pérez  
Marjorie Castro Coronado

**Colegio La Toscana - Lisboa (IED)**

Fabiola Parra P.  
María Deisy Barrera Rojas

**Colegio Nueva Colombia (IED)**

Adriana Rodríguez  
Sonia Camacho Quintero  
Yuly Maidet Solano Ángel

**Colegio Nueva Zelandia (IED)**

Ana Peña Solano  
Darlene Isabel Chico Yate

**Colegio Republica Dominicana (IED)**

Martha Galvis Osorio  
**Colegio Tibabuyes Universal (IED)**  
Doris Consuelo Nieto Monclou

Lizeth Moreno

Tatiana Bernal

**Colegio Villa Elisa (IED)**

Karina Paola Canchila Arrieta

### Localidad Usme

#### Colegio Diego Montaña Cuellar (IED)

Angela Patricia Riveros Torres  
Eddy Johanna Báez Hernández  
Martha Viviana Benavides Poveda  
Tatiana Alexandra Álvarez Rojas

#### Colegio Nueva Esperanza (IED)

Alejandro Alberto Littmann Plazas  
Amanda Delgado Munevar  
Nidia Arguello  
Sonia Yíscela Martínez Cardozo

#### Colegio Ofelia Uribe De Acosta (IED)

Ana María Ramírez  
Carolina Salas Duran  
Claudia Rocío López Cubillos  
Ginett Milena Castillo Salcedo  
María Cristina Pérez Avendaño  
Sandra Rangel Pinto  
Solanyi Esteban Silva

#### Colegio Santa Librada (IED)

Ingrid Tatiana Villamil Rodríguez

#### Colegio Usminia (IED)

Yolima Pedraza Fajardo

## Línea temática 2. Prevención del consumo de Sustancias Psicoactivas (SPA)

### Localidad San Cristóbal

#### Colegio Francisco Javier Matiz (IED)

Gineth Torres  
Ruby Acosta Fuentes

#### Colegio Los Alpes (IED)

Libia Luz Barbetti Moncayo  
Consuelo Salgado Suárez  
César Augusto Acosta Ospina

#### Colegio San José Sur Oriental (IED)

María Cristina Amortegui R.

#### Colegio Técnico Tomas Rueda Vargas (IED)

Martha Patricia Castro Bermúdez  
Rosa Elena Villa F.

### Localidad Usme

#### Colegio Almirante Padilla (IED)

Johanna Rodríguez Arciniegas  
Rosalba Varela Reyes

#### Colegio El Uval (IED)

Lina Vanessa Archila Bueno

### Localidad Tunjuelito

#### Colegio Isla Del Sol (IED)

Dulcy Linda Rodríguez Zarta

### Localidad Bosa

#### Colegio Francisco De Paula Santander (IED)

Henry Ayala Velandia

#### Colegio Jorge Isaacs (IED)

Claudia Liliana Duarte Vargas  
Andrés Mauricio Martín Peña

#### Colegio Parques De Bogotá (IED)

Katherin Julieth Camacho joya  
Johanna Andrea Alvarado Rincón

### Localidad Kennedy

#### Colegio Jaime Hernando Garzón Forero (IED)

Kelly Dyana Ordoñez Rojas

#### Colegio La Amistad (IED)

Magda Parra  
Cesar Omár Fernando Niño Nieto

#### Colegio Tom Adams (IED)

Sandra Viviana Serrano Sánchez

### Localidad Engativá

#### Colegio Magdalena Ortega De Nariño (IED)

Luis Manuel Velásquez Guerra  
Jacqueline Galindo Pinzón

### Localidad Suba

#### Colegio Gerardo Paredes (IED)

Yeison Albeiro Olarte Ramírez

#### Colegio Juan Lozano Y Lozano (IED)

Luz Tatiana Miranda Melo  
Felipe Arcos

### Localidad Teusaquillo

#### Colegio Técnico Palermo (IED)

Alex Mauricio Ramírez Guerrero

### Localidad Los Mártires

#### Colegio Ricaurte (IED)

Jaidive Cardozo Buitrago

### Localidad Antonio Nariño

#### Colegio Guillermo León Valencia (IED)

Viviana M. Monzón Torres  
Mónica Guerrero Galeano  
Sonia Usma  
Teresita Jácome  
Mireya Díaz Martínez

### Localidad Rafael Uribe Uribe

#### Colegio Clemencia De Caycedo (IED)

Olga Lucía Alfonso Nieto  
Sandra Patricia Romero Romero  
Yenny Judith Pedreros Moreno  
Juan Pablo Moreno

#### Colegio Marruecos y Molinos (IED)

Omaira Carrillo Daza  
Leidy Carolina Ochoa Ochoa  
Jeisson Fredy Alexander Ortiz Quiroz  
Luis Fernando Bello Martínez

### Localidad Ciudad Bolívar

#### Colegio Cedit Guillermo Cano Isaza (IED)

Daissy Sohed Hernández Peña  
Leidy Paola Serrano Cárdenas  
Claudia Patricia González Amórtegui

### Colegio El Minuto De Buenos Aires (IED)

Juana Lorena Homes Borda  
Mery Giselle González Méndez

## Línea temática 3. Promoción de la salud mental y prevención de la conducta suicida

### Localidad Antonio Nariño

#### Colegio Francisco De Paula Santander (IED)

Sonia López Hernández

#### Colegio Guillermo León Valencia (IED)

Teresita Jacome

### Colegio Rural Pasquilla (IED)

Mery Giselle González Méndez

### Localidad Bosa

#### Colegio Carlos Pizarro León Gómez (IED)

Andrea Catalina Ruiz Pérez  
Carlos Hernando Méndez García  
Clara Inés Montaña Garnica  
Jessica Johana Forero Villamil  
Saúl Bermúdez

### Localidad Engativá

#### Colegio General Santander (IED)

Viviana Mercedes Monzón Torres

#### Colegio Instituto Técnico Laureano Gómez (IED)

Gladys Stella Romero Balceros

#### Colegio Nidia Quintero De Turbay (IED)

Bertha Herly Sánchez Peña  
Carlos Astaiza Castillo  
Luz Marina Acosta Mora

#### Colegio Ciudadela Educativa De Bosa (IED)

Alexandra López Chivata  
John Alexander Cárdenas Díaz  
Pablo Emilio Ortega González

#### Colegio El Porvenir (IED)

Johanna Patricia Vargas Guarín

#### Colegio Francisco De Paula Santander (IED)

Henry Ayala

#### Colegio German Arciniegas (IED)

Luz Deyanira Cuervo Gutiérrez

#### Colegio Kimi Pernía Domico (IED)

Adriana Rodríguez Valbuena  
Ana Yisol Moreno Gutiérrez  
Jairo Fabián Murillo Rodríguez  
Jorge Eliécer Martínez Bustos

### Localidad Fontibón

#### Colegio Carlo Federici (IED)

Erika Briceño Acero

#### Colegio Instituto Técnico Internacional (IED)

Diana Marcela Rivera Oliveros

### Localidad Kennedy

#### Colegio Hernando Duran Dussan (IED)

Carol Vanessa Huerfía Garces  
Diana Patricia Varón Pérez  
Milena Cortés Cortés

#### Colegio INEM Francisco De Paula Santander (IED)

Jazmín Emilce Cordero García  
Nidia Reina Bogotá

#### Colegio La Floresta Sur (IED)

Rosario Rodríguez M.

#### Colegio San José De Castilla (IED)

Luz Myriam Vanegas

### Localidad Ciudad Bolívar

#### Colegio Arborizadora Baja (IED)

Diana María Cofles Estupiñán

#### Colegio Ciudad De Montreal (IED)

María Del Pilar Ávila Ruiz

Yury Andrea Barrantes Garavito

#### Colegio El Minuto De Buenos Aires (IED)

Juana Lorena Homes Borda

#### Colegio Guillermo Cano Isaza (IED)

Angela Bibiana Cortés Gómez

#### Colegio Paraíso Mirador (IED)

Rosa Isabel Bohórquez Correa  
Vera Judith Parejo Meza

#### Colegio Rafael Uribe Uribe (IED)

Diana Marcela Pardo Rodríguez

#### Colegio Rodrigo Lara Bonilla (IED)

Blanca Rocío Gerred Antolinez  
Emilce Cortés González  
Jonathan Alfonso Escobar Díaz

### Localidad Los Mártires

#### Colegio Liceo Nacional Antonia Santos (IED)

Eliana Vanegas Pérez

### Localidad Rafael Uribe Uribe

#### Colegio Enrique Olaya Herrera (IED)

Martha Patricia Torres Sabogal  
Milena Margoth Mora Torres  
Sandra Patricia Soler Aponte

#### Colegio Liceo Femenino Mercedes Nariño (IED)

Angelica María Gallego Martínez

#### Colegio San Agustín (IED)

Ludy Del Socorro Avendaño Mora  
Yeny Alexandra Castro Londoño

### Localidad San Cristóbal

#### Colegio Manuelita Saenz (IED)

Angelica María Giraldo Sanabria  
Flor Marina Roza Vargas  
Guillermo Escobar Perdomo  
Juan Carlos Hernández Figueroa  
Lubi Granada Angulo  
Luisa Fernanda Del Pilar Sarmiento Vargas

#### Colegio Republica Del Ecuador (IED)

Luz Patricia Sánchez Linares

### Localidad Santa Fé

#### Colegio Antonio José Uribe (IED)

Lina Maritza Santos Sánchez

### Localidad Suba

#### Colegio Aníbal Fernández De Soto (IED)

Cecilia Buitrago  
Sandra Alarcón Vergara

#### Colegio El Salitre - Suba (IED)

Dolly Jeannette López Z.

#### Colegio Filarmónico Simón Bolívar (IED)

Alba Inés Castillo Triana  
Alexis Samper Barbosa  
Ana María Ospina  
Martha Cecilia Zapata Roza  
Natalia Niuman

#### Colegio Juan Lozano Y Lozano (IED)

Luz Tatiana Miranda Melo  
Nidia Astrid Suárez Mesa

#### Colegio La Toscana - Lisboa (IED)

Gladys Elvira Murcia Paiba  
Karen Paola Osma Cantor  
Maria Deisy Barrera Rojas

### Localidad Tunjuelito

#### Colegio Centro Integral Jose Maria Córdoba (IED)

Elizabeth Suárez Rada  
Colegio Rafael Uribe Uribe (IED)  
Ferley Navarrete

### Localidad Usaquén

#### Colegio Unión Colombia (IED)

Diana Clemencia Montealegre Pedroza

### Localidad Usme

#### Colegio Estanislao Zuleta (IED)

Luisa Fernanda Guarín Castro  
María Teresa Sierra Corredor  
Olga Lucia Bocanegra Carrillo  
Tyrone Vargas Moreno

#### Colegio Miguel De Cervantes Saavedra (IED)

Ángel María Alvarado Ávila  
Daniel Gutiérrez Rodríguez  
Sandra Milena Turriago Peña

#### Colegio Paulo Freire (IED)

Luisa Fernanda Nivia Medina  
Norma Leonor Roncancio Ramírez  
Olmo Jesús Sierra Moreno

#### Colegio San Cayetano (IED)

Brenda Vanessa Silva Suarez  
Harvey Alonso Diaz Molina  
María Cristina Barrera Holguín  
Nelsy Lorena Aros Dueñas

## Línea temática 4. Promoción de derechos sexuales y derechos reproductivos y prevención de violencias basadas en género

### Localidad Ciudad Bolívar

#### Colegio Paraíso Mirador (IED)

Eliana Vanegas Pérez  
Nathalya Luque  
Pilar de los Ángeles Riveros quintero  
Rosa Isabel Bohórquez Correa  
Vera Judith Parejo Meza

### Localidad Engativá

#### Colegio Instituto Técnico Laureano Gómez (IED)

Marlén Leguizamón  
Martha Isabel Naranjo Barrera  
Myriam Velásquez

#### Colegio Tabora (IED)

Yenny Constanza Alba Tamayo

### Localidad Kennedy

#### Colegio Gabriel Betancourt Mejía (IED)

Angélica Monastoque  
Daniel Villalba Huertas  
David Rincón Flórez  
Lina Vega

#### Colegio Hernando Duran Dussan (IED)

Diana Marcela Rivera Oliveros  
Diana Patricia Varón Pérez

### Localidad Tunjuelito

#### Colegio INEM Santiago Pérez (IED)

July Andrea Páez Ríos  
Olga Lucía Romero Rodríguez  
Oscar Bautista Angarita





## Presentación

La estrategia RIO-P – Respuesta Integral de Orientación Pedagógica - es una de las cuatro estrategias del Programa Integral de Educación Socioemocional, Ciudadana y Escuelas como Territorios de Paz, el cual tiene como objetivos promover una educación integral en la que se privilegie la formación del SER y el SABER desde una perspectiva de «Buen vivir»<sup>1</sup> y, en esta misma línea, desarrollar y fortalecer capacidades socioemocionales y ciudadanas en las personas que habitamos la escuela y los territorios, considerando que estas tienen un lugar preponderante en los procesos de enseñanza y aprendizaje, así como en los espacios convivenciales en donde tejemos nuestras experiencias, relaciones, vínculos y afectos.

Por otro lado, desde la estrategia RIO-P consideramos la convivencia como un proceso de interacción basado en relaciones ejercidas sin presión ni dominación, donde se establecen consensos sobre los acuerdos que guían el vivir juntos. En este marco, la convivencia se caracteriza por ser dinámica, constante y cotidiana (SED, 2014). Asimismo, reconocemos que esta se da en escenarios diversos y que el conflicto, entendido como la existencia de puntos de vista divergentes ante una misma situación, es inherente a las interacciones sociales.

Por tal razón, la propuesta pedagógica de RIO-P hace énfasis en las interacciones que se dan entre los actores de las comunidades educativas, promoviendo que estas conduzcan a la construcción de acuerdos, el reconocimiento mutuo, el diálogo, a aprender de la diversidad y la construcción permanente en el vivir con otras personas, desde el ejercicio de la corresponsabilidad buscando el goce efectivo de derechos de las niñas, niños y adolescentes. Dicho de otro modo, consideramos que la convivencia es una condición necesaria y en estrecha relación con la participación, la democracia, la ciudadanía y la construcción de paz (SED, 2018 p. 13).

En ese sentido, en el marco de la estrategia RIO-P hemos construido de manera participativa con instituciones oficiales de la ciudad de Bogotá, el presente módulo denominado **¡A transformar la convivencia escolar!** como parte de la caja de herramientas del Programa Integral de Educación Socioemocional, Ciudadana y Escuelas como Territorios de Paz que, como su nombre lo dice, tiene como propósito contribuir a la transformación colectiva y participativa de la convivencia escolar, por medio del acompañamiento a los colegios en sus acciones pedagógicas para la promoción de derechos y la prevención de vulneraciones y, asimismo, para el fortalecimiento de capacidades socioemocionales y ciudadanas de la comunidad educativa.

Dicho esto, te invitamos a que conozcamos: 1) ¿Qué nos proponemos transformar?, 2) ¿Cómo construimos el módulo?, 3) ¿Cómo está compuesto el módulo?, 3) ¿Cuál es el modelo pedagógico que orienta el módulo?, 5) ¿Cuál es la ruta pedagógica de cada una de las actividades propuestas?, y 6) ¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas que podemos fortalecer?

1. Es el planteamiento de pueblos ancestrales que habitan Los Andes, para construir una relación armoniosa, respetuosa y equilibrada entre los seres humanos con la naturaleza.

## 1. ¿Qué nos proponemos transformar?

El módulo **¡A transformar la convivencia escolar!** busca acompañarnos en procesos pedagógicos para fortalecer y transformar colectivamente la convivencia escolar, a través de ejercicios reflexivos con los cuales avanzaremos hacia:

- Repensarnos las relaciones sociales que construimos cotidianamente, para cambiar prácticas asociadas a la jerarquización o superioridad sobre todo hacia personas por su color de piel, su género, clase o sexualidad; la superioridad del ser humano sobre la tierra y el territorio; o la superioridad de la racionalidad sobre las emociones, la espiritualidad y los saberes populares.
- Reconocer las subjetividades e incorporar formas de sentir y de pensar corresponsables, solidarias y no violentas.
- Generar y promover acciones en el día a día para la promoción de derechos integrales y la prevención de vulneraciones y violencias.
- Valorar y reconocer a todas las personas independientemente de sus historias vitales e identidades, en coherencia con los enfoques de géneros y diferenciales.
- Garantizar una participación de toda la comunidad educativa en la construcción de acuerdos de convivencia.
- Promover un ambiente protector desde la escuela para el cuidado de la salud mental y el buen vivir de toda la comunidad educativa.
- Asumirnos como iguales en un doble rol: por un lado, como multiplicadores de nuestras experiencias y conocimientos, y por el otro, como aprendices frente a los saberes de las demás personas.
- Fortalecer una educación socioemocional que permita la reflexión de los contextos en que vivimos para agenciar procesos de cambio en el aula, la familia, la escuela, el barrio y la ciudad.

## 2. ¿Cómo construimos el módulo?

**¡A transformar la convivencia escolar!** fue una apuesta de construcción de conocimiento desde los diversos actores educativos que hacemos parte de la comunidad educativa. Por un lado, la Secretaría de Educación del Distrito, desde el Programa Integral de Educación Socioemocional, Ciudadana y Escuelas como Territorios de Paz, su **estrategia RIO-P** y la **Oficina para la Convivencia Escolar** dispuso de un equipo pedagógico y psicosocial especializado en la *promoción de derechos integrales, sexuales y reproductivos y en la prevención de la agresión y el acoso escolar, el consumo de sustancias psicoactivas (SPA), las conductas suicidas y las Violencias Basadas en Género (VBG) y Violencias Sexuales (VS)*, quienes convocaron, lideraron y materializaron las ideas en torno a cada una de las temáticas abordadas.

Por otro lado, las instituciones educativas participaron en respuesta a una convocatoria abierta en uno (1) o dos (2) grupos de discusión por cada línea temática, a través de la voz de docentes orientadores (as), docentes de aula y en algunas oportunidades también de

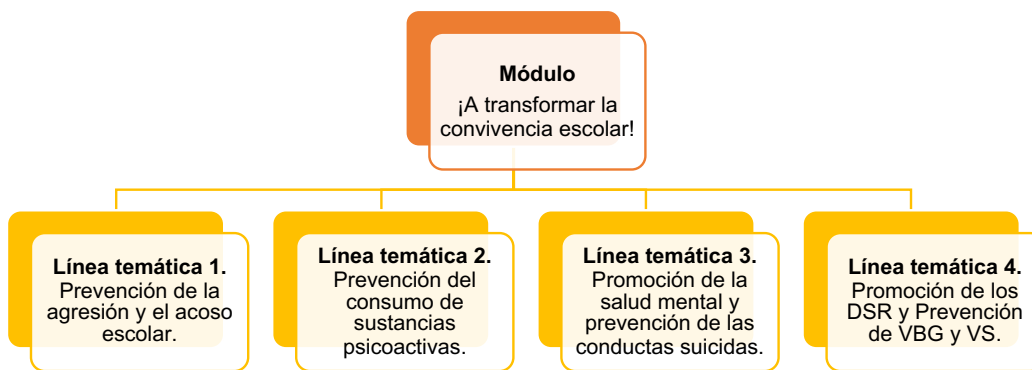
estudiantes, quienes aportaron sus saberes y sus percepciones según su propia experiencia territorial, en la definición de los contenidos temáticos de esta caja de herramientas. De este modo, el primer grupo de discusión consistió en la identificación de necesidades y factores de riesgo y protectores presentes en las comunidades educativas frente a cada una de las temáticas trabajadas. Mientras que, el segundo encuentro permitió la definición y selección de los contenidos temáticos y áreas de gestión a priorizar, según las fortalezas y las oportunidades establecidas desde el primer ejercicio de discusión. No obstante, en cada una de las líneas temáticas profundizaremos en los principales hallazgos.

Sin embargo, este módulo estaría incompleto sin la voz de las y los estudiantes, por eso, invitamos a utilizarla en las instituciones educativas y que se convierta en un medio para conocer las anécdotas, experiencias, tabúes, miedos e interpretaciones del mundo que tienen las niñas, niños y adolescentes de la ciudad de Bogotá, ya que al comprender en conjunto estos elementos, nos permitirá tener un panorama más amplio para fortalecer las acciones de promoción y prevención.

### 3. ¿Cómo está compuesto el módulo?

Como se muestra en la Figura 1, el módulo está compuesto por cuatro líneas temáticas: 1) *Prevención de la agresión y el acoso escolar*; 2) *Prevención del consumo de sustancias psicoactivas (SPA)*; 3) *Promoción de la salud mental y prevención de las conductas suicidas*; y 4) *Promoción de Derechos Sexuales y Reproductivos (DSR) y prevención de Violencias Basadas en Género (VBG) y Violencia Sexual (VS)* y, a su vez, cada línea temática se compone por una (1) a cuatro (4) actividades para llevar a cabo con diferentes áreas de gestión de la comunidad educativa, dentro de las que se incluye la académica, directiva y comunitaria.

**Figura 1.** Líneas temáticas del módulo *¡A transformar la convivencia escolar!*



### 4. ¿Cuál es el modelo pedagógico que orienta el módulo?

El modelo pedagógico que guía *¡A transformar la convivencia escolar!* está orientado desde la pedagogía crítica en complementariedad con concepciones cercanas a la educación popular (SED, 2021). Desde la pedagogía crítica, entendemos la educación como una posibilidad de transformar la realidad, a partir del cuestionamiento y la comprensión de los factores que han permitido la reproducción de múltiples formas de violencia y discriminación de los grupos poblacionales históricamente oprimidos y precarizados (Piedrahita et al., 2018).

Por su parte, la educación popular surge como una apuesta fuera de los sistemas educativos oficiales, proponiendo alternativas de formación para sectores específicos y muy cercanos a las iniciativas locales, barriales y comunales, propendiendo por la construcción de saberes colectivos enraizados en las necesidades y problemáticas de las comunidades (SED, 2021).

De acuerdo con lo anterior, el modelo que proponemos busca que los procesos de enseñanza y aprendizaje se correspondan con una visión crítica de la realidad que nos permita imaginar, transformar y construir nuevas realidades a partir de nuestros conocimientos, saberes y teniendo en cuenta las particularidades de los propios contextos. Por otra parte, queremos trascender las relaciones jerárquicas de poder dentro de la escuela, de manera que las prácticas pedagógicas sean horizontales y participativas.

### 5. ¿Cuál es la ruta pedagógica de cada una de las actividades propuestas?

En correspondencia con nuestro modelo pedagógico, contamos con un método que construimos a partir de los planteamientos de la Investigación-Acción Participativa (IAP), el cual entendemos como una ruta pedagógica y que hemos denominado RIAP- Reflexión- Investigación- Acción- Participación (SED, 2021).

Esta ruta cuenta con tres elementos centrales: a) La relación entre la reflexión y la acción, b) El diálogo de saberes y c) La participación. Estos elementos, permiten que los procesos de aprendizaje cuenten con la participación decisoria de las personas involucradas, generando las condiciones para la realización plena y autónoma de sujetos sociales (Torres, 2015). A su vez, esta ruta metodológica cuenta con cuatro momentos pedagógicos: 1) Incitando ideas; 2) Pensarse y pensarnos; 3) Fortaleciendo saberes y redes y 4) Reconstruyendo saberes.

De este modo, las actividades que proponemos en este módulo, permitirán que transitemos por los momentos pedagógicos de nuestra RIAP como se muestra en la Figura 2.

**Figura 2.** Momentos pedagógicos de la RIAP.

| Incitando ideas   | Pensarse y pensarnos   | Fortaleciendo saberes y redes  | Reconstruyendo saberes   |
|---|--|--|--|
| <p>En este momento reconocemos la manera en la que nos relacionamos, nuestros contextos, las particularidades que vivimos dentro de nuestras comunidades educativas y nos reconoceremos como parte de la comunidad. Esto lo haremos a través de ejercicios dialógicos que nos permitirán realizar una caracterización, a partir de los intereses, emociones, motivaciones, necesidades, potencialidades y retos que identificaremos durante el camino. Desde este momento iniciaremos un proceso de construcción colectiva de conocimiento, que nos permitirá proyectar acciones transformadoras.</p> | <p>En este momento consolidaremos nuestras propuestas de transformación de realidades. Proyectaremos líneas de acción a través de ejercicios reflexivos e investigativos que realizaremos de manera participativa. Las acciones que proyectaremos serán el reflejo de nuestras vivencias, saberes y conocimientos. Por lo tanto, debemos garantizar la horizontalidad en las relaciones, conformaremos grupos de trabajo, estableceremos objetivos, principios, acuerdos, planes de trabajo y discutiremos algunas ideas que nos permitirán sistematizar el camino colectivo que hemos iniciado.</p> | <p>En este momento continuaremos construyendo colectivamente conocimiento, a través de diálogos intergeneracionales, interdisciplinarios, interculturales e interdisciplinarios, los cuales nos permitirán fortalecer nuestras capacidades socioemocionales y ciudadanas, así como también, profundizar los saberes sobre los conceptos y acciones articuladoras. Así, enriqueceremos nuestra comprensión de las realidades escolares y conformaremos comunidades de aprendizaje que nos permitirán implementar y proyectar acciones de prevención participativas.</p> | <p>En este momento reconocemos los aprendizajes y desafíos que nos dejarán los ejercicios reflexivos que iremos realizando a lo largo de cada actividad. Esto quiere decir que, este momento es transversal a todos los anteriores, por lo que recogeremos elementos que vayamos compartiendo y aprendiendo en todos los demás momentos de la actividad; evidenciaremos las fortalezas y los aspectos sobre los que debemos profundizar en próximos ejercicios y aquí idearemos y construiremos acciones comunicativas que nos permitirán ampliar lo que hemos reflexionado y construido colectivamente para llegar a más personas de nuestra comunidad educativa y nuestro entorno.</p> |



Por último, en concordancia con los elementos centrales de nuestra propuesta pedagógica y con los diálogos que llevamos a cabo con las comunidades educativas, las estrategias que encontraremos en cada una de las actividades son ejercicios que propiciarán reflexiones colectivas, a través de diferentes lenguajes y la participación de todas las personas que hacemos parte del espacio escolar.

## 6. ¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas que podemos fortalecer?

La SED ha sido pionera en los procesos para integrar la participación y la educación socioemocional y ciudadana en las escuelas de la ciudad de Bogotá. Por tal razón, en la Figura 3 presentamos las capacidades socioemocionales y ciudadanas que se fortalecerán a través esta herramienta pedagógica, de las cuales se puede encontrar mayor información en el módulo introductorio de esta caja de herramientas.

Figura 3. Capacidades socioemocionales y ciudadanas para fortalecer.



Ahora sí... Te damos la bienvenida a este camino hacia la transformación de la convivencia escolar, conociendo, utilizando y adaptando los recursos pedagógicos, conceptuales y metodológicos que contiene **¡A transformar la convivencia escolar!**

## Línea temática 1.

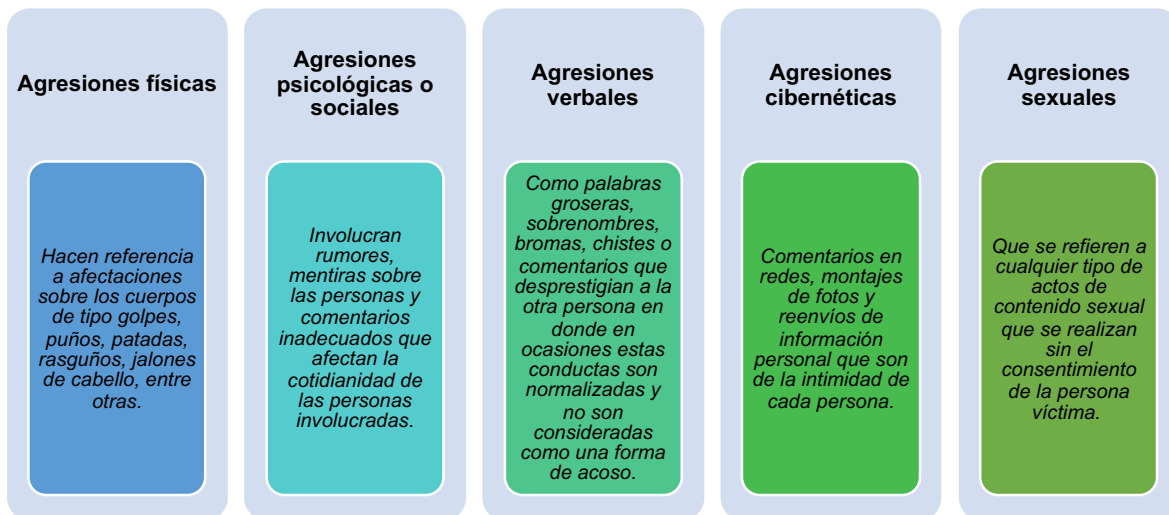
# Prevención de la agresión y el acoso escolar

Durante los grupos de discusión para definir los contenidos temáticos, las y los docentes orientadores y el equipo técnico de la Estrategia RIO-P problematizamos varios conceptos claves con relación a la agresión y el acoso escolar. En primer lugar, coincidimos en definir el acoso escolar como *todo acto que atenta contra la integridad física, emocional o psicológica de cualquier integrante de la comunidad educativa y que vulnera la sana convivencia en la escuela. Por otro lado, definimos la agresión escolar como toda conducta violenta que se genera dentro y fuera del marco institucional, interrumpiendo las relaciones armónicas humanas que allí se producen y dañan los vínculos afectivos de los involucrados ya sea estudiantes, docentes, administrativos, padres y madres de familia.*

Adicionalmente, esta línea temática también pudo ser co-construida y alimentada con las percepciones, saberes y experiencias de adolescentes de un colegio oficial de la ciudad de Bogotá. Fue así como, las y los estudiantes a quienes se les planteó la misma pregunta, definieron el acoso escolar como agresiones entre una persona(s) más fuerte(s) hacia otra (s) más vulnerable (s) y que no solo se presenta entre compañeros del colegio, sino también en el contexto familiar y social fuera de la escuela, además, coincidieron en que es un abuso que causa mucho dolor tanto físico como psicológico y que se puede dar física, psicológica, verbal y sexualmente.

Respecto a los tipos de agresiones, las y los docentes identificaron algunas que se hallan de manera permanente en la actualidad del contexto escolar y, a su vez, las plantearon leídas a la luz de las dimensiones humanas, las cuales se presentan en la Figura 1.

**Figura 1.** Tipos de agresiones identificadas en el contexto escolar actual.



Mientras que, sobre los tipos de acoso escolar encontramos que los más frecuentes, según las y los docentes orientadores, tienen que ver con situaciones sistemáticas de agresiones de tipo físicas, verbales y psicológicas que pueden presentarse entre amigos, familiares, parejas, docentes y entre pares. Sin embargo, para los niños, niñas y adolescentes el acoso escolar en los últimos tiempos también se ha trasladado a las plataformas virtuales, presentándose casos de ciberacoso de manera constante después de la pandemia, especialmente por temas de orientaciones sexuales diversas, el color de piel o aspecto físico, enfermedades, nivel socioeconómico, nacionalidad y diagnósticos en salud mental.

Asimismo, las y los estudiantes participantes identificaron que se presentan más frecuentemente situaciones de tipo físico y verbal entre hombres, mientras que en las mujeres se dan con mayor frecuencia agresiones verbales y psicológicas, y reconocen que las principales consecuencias del acoso escolar son: *sentir miedo, abandonar la escuela y el bajo rendimiento académico.*

Teniendo en cuenta esta reflexión conceptual construida con las comunidades educativas, las actividades que se presentan a continuación tienen como propósito abordar el acoso escolar en la escuela, considerando estas ideas y percepciones teniendo en cuenta estas ideas y percepciones, con el fin de generar prácticas para la atención, la prevención y la eliminación de violencias. Además, buscan promover aprendizajes y saberes que aporten en la construcción de entornos escolares que garanticen el ejercicio y goce efectivo de los derechos de niños, niñas y adolescentes y de la comunidad educativa en general, mediante la sensibilización y problematización sobre prácticas cotidianas que muchas veces normalizamos, pero que nos pueden afectar o nos han afectado negativamente como seres humanos y colectivos.

## Actividad 1. El muro contra el acoso escolar

|  |   |
|--|---|
| <b>¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas a fortalecer?</b> | Comunicación.<br>Creatividad e innovación.<br>Pensamiento y memoria crítica.  |
| <b>¿Qué es lo que queremos transformar en nuestra escuela?</b>                 | Queremos transformar las diferentes situaciones de acoso escolar o <i>bullying</i> que pueden vivir las niñas, niños y adolescentes en la cotidianidad, reconociendo las propuestas e ideas colectivas que tenemos como madres, padres y personas cuidadoras, para la prevención de este tipo de violencias.  |
| <b>¿Cuáles áreas de gestión escolar podrían facilitar?</b>                     | Área de gestión académica - Docentes orientadores (as).   |
| <b>¿A quiénes va dirigida la herramienta?</b>                                  | Área de gestión comunitaria.  |
| <b>¿Cuánto tiempo vamos a necesitar?</b>                                       | 2 horas   |
| <b>Breve descripción de la herramienta</b>                                     | <p>Realizaremos una exploración de nuestras ideas sobre el acoso escolar, a través de un diálogo de saberes. Posteriormente, abordaremos la definición de este y los diferentes tipos que se pueden presentar.</p> <p>En el siguiente momento, incentivaremos la identificación de las maneras en que se presenta este fenómeno, a través de un ejercicio de exploración artística, con el fin de realizar una propuesta de prevención colectiva.</p> <p>Hacia el final, realizaremos un ejercicio de registro escrito y dialógico donde compartiremos las reflexiones, compromisos y propuestas generadas en el espacio.</p> |

### Incitando ideas

**Tiempo requerido:** 20 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tablero o papelógrafo.</li> <li>2. Marcadores.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Presentación PowerPoint.</li> </ol> |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** Para identificar las nociones previas que tenemos en torno al tema del acoso escolar Iniciaremos el espacio haciéndonos las siguientes preguntas, mientras que una persona voluntaria irá recogiendo las respuestas en un tablero o papelógrafo:

- ¿Qué es el acoso escolar o *bullying*?



- ¿El acoso escolar o *bullying* siempre ha existido en los colegios?, ¿cómo ha cambiado desde nuestra época de estudio?
  - ¿Por qué debemos hablar en los colegios del acoso escolar o *bullying*?
2. Una vez terminadas las intervenciones, daremos paso al siguiente momento en el que retomaremos estas ideas.

### Pensarse y pensarnos

**Tiempo requerido:** 40 minutos.

#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial   | Actividad Virtual  |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Computador.</li> <li>2. Vídeo beam.</li> <li>3. Vídeo «No permita que los niños sean víctimas de <i>bullying</i> o matoneo».</li> <li>4. Presentación PowerPoint o fichas de conceptos.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vídeo «No permita que los niños sean víctimas de <i>bullying</i> o matoneo».</li> <li>2. Presentación PowerPoint.</li> </ol> |

#### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Observaremos los videos «No permita que los niños sean víctimas de *bullying* o matoneo» de la Fiscalía General de la Nación, disponible en el siguiente link: <https://www.youtube.com/watch?v=AUpteurgdas>.
2. A continuación, abordaremos los conceptos básicos y los tipos de acoso escolar o *bullying*, por medio de una presentación de PowerPoint o a través de fichas que contengan la siguiente información. Adicionalmente, haremos algunas relaciones y diálogos entre estas nuevas conceptualizaciones, el video observado y las respuestas generadas en el momento anterior.

**Ficha 1.** ¿Qué es el acoso escolar?

#### ¿Qué es el acoso escolar?

El **acoso escolar** también conocido como ***bullying*** se entiende como cualquier:

Conducta negativa, intencional, metódica y sistemática de agresión, intimidación, humillación, ridiculización, difamación, coacción, aislamiento deliberado, amenaza o incitación a la violencia o cualquier forma de maltrato psicológico, verbal, físico o por medios electrónicos contra un niño, niña, o adolescente, por parte de un estudiante o varios de sus pares con quienes mantiene una relación de poder asimétrica, que se presenta de forma reiterada o a lo largo de un tiempo determinado.

También puede ocurrir por parte de docentes contra estudiantes, o por parte de estudiantes contra docentes, ante la indiferencia o complicidad de su entorno. El acoso escolar tiene consecuencias sobre la salud, el bienestar emocional y el rendimiento escolar de los estudiantes y sobre el ambiente de aprendizaje y el clima escolar del establecimiento educativo (Ley 1620, 2013, p. 1).

**Ficha 2.** Tipos de acoso escolar



(VIU, 201)

**Ficha 3.** Características de los tipos de acoso escolar físico, psicológico y verbal

**Físico:** es el tipo de acoso más común que tiene como finalidad causar daño al cuerpo o a la salud de otra persona. Incluye puñetazos, patadas, empujones, cachetadas, mordiscos, rasguños, pellizcos, jalón de pelo, entre otras y en ocasiones, se produce también el robo o daño intencionado de las pertenencias de las víctimas.

(VIU, 2014; Comité Distrital de Convivencia Escolar, 2022).

**Psicológico:** en este caso existe una persecución, intimidación, chantaje, manipulación y amenazas a la otra persona. Son acciones que dañan el autoestima de la víctima y fomentan su sensación de temor. Adicionalmente, estas agresiones son difíciles de detectar por parte de las y los docentes o personas cuidadoras porque son formas de acoso o exclusión que se llevan a cabo de tal manera que no son notorias o explícitas.

(VIU, 2014).

**Verbal:** toda acción que busque con las palabras degradar, humillar, atemorizar o descalificar a otras personas. Incluye insultos, apodosos ofensivos, burlas y amenazas.

(Comité Distrital de Convivencia Escolar, 2022, p.259).

**Ficha 4.** Características de los tipos de acoso escolar social y ciberacoso

**Social:** pretende aislar a la víctima del resto del grupo, ignorándola, aislándola y excluyéndola del resto. Puede ser directo: excluir, no dejar participar a la víctima en actividades, sacarlos del grupo o indirecto: ignorar, tratar como un objeto, como si no existiera o hacer ver que no está ahí.

(VIU, 2014).

**Ciberacoso:** es un tipo de acoso muy grave y preocupante por la gran visibilidad y alcance que se logra de los actos de humillación contra la víctima y el anonimato en que pueden permanecer las personas acosadoras. Los canales son muy variados: mensajes de texto en celulares, tablets y computadores, páginas web y blogs, juegos online, correos electrónicos, chats, encuestas, redes sociales, suplantación de identidad para poner mensajes, etc.

(VIU, 2014).

## Recomendaciones

- La organización de las fichas o presentación de la información es una sugerencia que puede ser modificada por el grupo de acuerdo con la manera en la que quieran abordar los conceptos.

### Fortaleciendo saberes y redes

**Tiempo requerido:** 40 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Espacio amplio.</li> <li>2. Tablero o papelógrafo.</li> <li>3. Marcadores.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Plataforma virtual con la posibilidad de separar por salas.</li> <li>2. Arcilla, plastilina o imágenes de Internet.</li> </ol> |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Con el ánimo de promover una activación corporal para este momento, recorreremos el espacio con diferentes velocidades, procurando no caminar en círculos ni en un mismo sentido. Luego nos detendremos y con los ojos cerrados realizaremos un escaneo corporal de abajo hacia arriba por cada una de las partes del cuerpo, para explorar cómo lo sentimos después de activarnos. Para esto, podemos respondernos mentalmente: ¿Cómo sentimos los pies, las rodillas, las piernas, la cadera, el abdomen, las manos, los brazos, el pecho, los hombros, el cuello, la cara y la cabeza?
2. Luego, nos organizaremos en grupos de máximo cinco (5) personas y reconstruiremos una situación o ejemplo de acoso escolar que hayamos conocido o escuchado, teniendo presente los conceptos trabajados en el momento anterior.
3. En cada grupo idearemos una escultura humana colectiva, así como las que encontramos en las calles o los museos (las cuales representan algún momento de la historia). Dicha escultura deberá representar la situación de acoso escolar que reconstruimos en el paso anterior.

**Ficha 4.** Ejemplos de esculturas humanas



4. Enseguida, cada grupo representaremos la escultura a las demás personas del espacio y, a su vez, abordaremos las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es el tipo de acoso o *bullying* que está representando la escultura? ¿Por qué?
- ¿Qué creen que están sintiendo las personas que hacen parte de la situación?
- ¿Cuáles podrían ser las consecuencias del acoso escolar para cada una de las personas que hacen parte de la situación?

5. De manera voluntaria, algunas personas de los otros equipos pasaremos a moldear, cambiar algún aspecto de la escultura o dar nuestra opinión de esta, ya sea para transformarla o para representar las consecuencias en los actores implicados.

6. Al finalizar la representación de cada una de las esculturas por parte de los distintos grupos, haciendo un énfasis especial en lo que está al alcance de nosotros como padres, madres y personas cuidadoras, reflexionaremos frente a cómo podemos prevenir estas situaciones de acoso escolar y qué podemos transformar para que no vuelvan a ocurrir en el caso de que ya se hayan presentado. Recogeremos estas reflexiones en el siguiente esquema, ya sea por medio de un tablero o un papelógrafo.

| ¿Cómo podemos prevenir estas situaciones de acoso escolar? | ¿Cómo podemos transformar estas situaciones de acoso escolar para que no vuelvan a suceder? |
|--|---|
|  |   |
|  |   |

### Recomendaciones

- De ser posible, realizar registro fotográfico de las esculturas humanas antes y después de ser modificadas por el grupo general.
- En la *virtualidad* cada participante trabajará individualmente y construirá su figura con arcilla o plastilina o, también, podrá presentar imágenes alusivas que se encuentren en Internet.
- En el caso de que algunas esculturas humanas no guarden coherencia con lo abordado conceptualmente, podrán ser complementadas o clarificadas por la persona que facilita la actividad.

### Reconstruyendo saberes

**Tiempo requerido:** 20 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial   | Actividad Virtual   |
|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Papel iris.</li> <li>2. Papel Kraft.</li> <li>3. Marcadores o esferos.</li> <li>4. Cinta.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jamboard o Padlet.</li> </ol> |

## Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** Responderemos de manera individual en una hoja de papel iris, a través de dibujos, frases, figuras y símbolos, las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es el mayor aprendizaje que nos deja la jornada?
- ¿Cuál es nuestro compromiso como madres, padres y personas cuidadoras frente al manejo de las situaciones de acoso escolar?
- ¿Cómo podemos involucrarnos como madres, padres y personas cuidadoras para prevenir las situaciones de acoso escolar?

**2.** Luego, pegaremos las hojas en un papel Kraft o un lugar visible del espacio, conformando «*El muro contra el acoso escolar*» con los aportes y experiencias del grupo. Cada persona decidirá si pone en la hoja su nombre o deja su aporte de manera anónima.

**3.** Por último, algunas personas compartiremos de manera voluntaria las reflexiones, compromisos y propuestas dispuestas en «*El muro contra el acoso escolar*».

## Recomendaciones:

- Posterior al desarrollo de la actividad, buscar un lugar apropiado en la institución educativa donde se pueda visibilizar «*El muro contra el acoso escolar*».
- Si la actividad se realiza de forma virtual, construir «*El muro contra el acoso escolar*» haciendo uso de plataformas como *Jamboard* o *Padlet* y visibilizarlo en las redes sociales de la institución.



## Actividad 2. Entre todas y todos decimos basta al acoso escolar

|   |  |
|---|--|
| <p><b>¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas a fortalecer?</b></p> | <p>Participación.<br/>Comunicación.<br/>Creatividad e innovación.<br/>Identities.<br/>Sensibilidad y gestión emocional.<br/>Pensamiento y memoria crítica.</p>   |
| <p><b>¿Qué es lo que queremos transformar en nuestra escuela?</b></p>                 | <p>Queremos transformar las creencias, ideas y comportamientos que utilizamos como justificantes para promover, normalizar y legitimar el acoso escolar en la vida cotidiana.</p>  |
| <p><b>¿Cuáles áreas de gestión escolar podrían facilitar?</b></p>                     | <p>Área de gestión académica – Docentes, docentes orientadoras/es y estudiantes ciclos 3, 4 y 5.</p>   |
| <p><b>¿A quiénes va dirigida la herramienta?</b></p>                                  | <p>Área de gestión académica – Docentes, docentes orientadoras/es y estudiantes ciclos 1, 2, 3, 4 y 5.</p>   |
| <p><b>¿Cuánto tiempo vamos a necesitar?</b></p>                                       | <p>2 horas</p>   |
| <p><b>Breve descripción de la herramienta</b></p>                                     | <p>Iniciaremos con un reconocimiento de los saberes y percepciones previas sobre el acoso escolar, a través del análisis de algunas imágenes alusivas al tema.</p> <p>Luego, profundizaremos en algunos conceptos asociados al acoso escolar y sobre los factores de riesgo y protectores asociados a este fenómeno.</p> <p>Posteriormente, mediante actividades de participación y creatividad, construiremos estrategias de prevención del acoso escolar a partir del reconocimiento de los factores protectores y finalizaremos con la construcción de un compromiso colectivo para evitar que este tipo de situaciones se presenten en la escuela.</p> |

### Incitando ideas

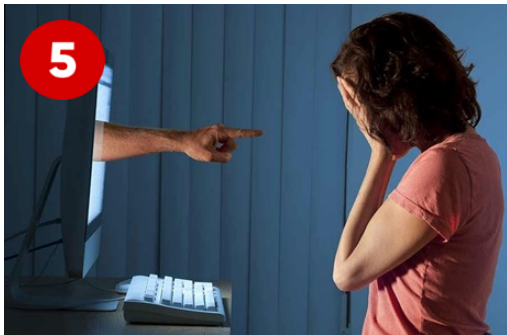
**Tiempo requerido:** 30 minutos.

#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Computador.</li> <li>2. Video beam.</li> <li>3. Tablero o papelógrafo.</li> <li>4. Marcadores.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Jamboard</i>.</li> </ol> |

#### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** Realizaremos una lluvia de ideas, a partir de la presentación de cada una de las siguientes seis (6) imágenes que hacen alusión a diferentes situaciones de acoso escolar:



2. Posteriormente, dialogaremos en torno a las siguientes preguntas, mientras una persona voluntaria escribe las principales ideas en el tablero o el papelógrafo:

- ¿Qué entendemos por acoso escolar?
- ¿Cómo podemos ayudar a una persona que sea víctima de una situación de acoso escolar?
- ¿Qué podemos hacer para evitar y prevenir el acoso escolar?

### Recomendaciones:

- Si la actividad se realiza de forma virtual, hacer uso de plataformas como Jamboard para responder cada una de las preguntas sugeridas y, luego, realizar una lectura general de las respuestas resultantes.

- Contar con la participación de una persona que esté en la capacidad de brindar contención emocional y que tenga conocimiento de las rutas de atención en caso de ser necesaria la activación.
- Tener en cuenta el ciclo vital de las niñas, niños y adolescentes para adaptar el lenguaje.
- Recordar que este tipo de actividades están destinadas a llevarse a cabo en un espacio seguro donde nadie debe sentirse en obligación de participar.

### Pensarse y pensarnos

**Tiempo requerido:** 40 minutos.

#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial   | Actividad Virtual  |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Computador con sonido.</li> <li>2. Video beam.</li> <li>3. Video «No juegues conmigo».</li> <li>4. Información «Factores de riesgo y protectores frente al acoso escolar».</li> <li>5. Hojas de papel blancas.</li> <li>6. Esferos.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Plataforma virtual con la posibilidad de separar por salas.</li> </ol> |

#### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** Iniciaremos este momento, poniendo en contraste nuestras ideas previas sobre el acoso escolar con la lectura de los siguientes datos curiosos:

#### Datos curiosos sobre el acoso escolar

- El **acoso escolar** es toda forma de maltrato físico, verbal o psicológico que se produce entre estudiantes o docentes y estudiantes, de manera reiterada y a lo largo del tiempo. Suele presentarse dentro o fuera de las instituciones educativas. Es habitual que el conflicto empiece con burlas que se vuelven sistemáticas y que pueden derivar en golpes o agresiones físicas.
- Los casos de **acoso escolar** revelan relaciones de poder. La persona que realiza la agresión es percibida como más fuerte y esto facilita la intimidación, ocasionando que las víctimas experimenten diversas consecuencias psicológicas ante la situación, como el temor de asistir a la escuela, el aislamiento físico, tristeza, ansiedad o depresión, entre otras.
- Con las nuevas tecnologías, **el acoso escolar** se ha extendido al hogar de las víctimas, ya esto se le conoce como **ciberacoso**. Estos casos se presentan a través de las plataformas digitales, con correos electrónicos intimidatorios, la difusión de fotografías retocadas, la difamación en redes sociales y hasta la creación de páginas web con contenidos agresivos.

**Tomado y adaptado de:** Pérez Porto, J., Merino, M. (26 de abril de 2011). *Definición de bullying - Qué es, Significado y Concepto*. Definicion.de. <https://definicion.de/bullying/>

2. Luego, observaremos el video llamado «No juegues conmigo», de la Comunidad de Madrid, disponible en el siguiente link: <https://www.youtube.com/watch?v=tln4m5Tb8KA> y dialogaremos en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Qué características aumentaron la posibilidad de que se presentaran las situaciones de acoso escolar?
- ¿Qué características hubieran prevenido que se presentaran estas situaciones de acoso escolar?

3. Posteriormente, conoceremos algunos factores de riesgo y factores protectores en torno al acoso escolar. Para esto, nos ubicaremos en cinco (5) grupos y leeremos la siguiente información:

### **Factores de riesgo frente al acoso escolar**

Son características o aspectos (personales, familiares, sociales, culturales) que aumentan la probabilidad de que se presenten situaciones de acoso escolar. Sin embargo, es importante aclarar que **NINGUNA** de estas características debe considerarse un justificante para promover el acoso escolar y es, precisamente por esto, que se debe trabajar diariamente en valorar la riqueza de las diferencias que hacen únicas a las personas y en construir espacios donde no se normalice la violencia como medio para llegar a algún fin.

A continuación, se presentan algunos factores de riesgo que pueden afectar tanto a las víctimas como a las personas que cometen las agresiones:

#### **Factores personales:**

- Rasgos físicos percibidos como diferentes a los de la mayoría.
- La pertenencia a un grupo poblacional diferente al de la mayoría, dentro de lo que se incluye ser de alguna comunidad indígena, afrodescendiente, migrante, personas LGBTIQ+, víctimas del conflicto armado, entre otros.
- Tener algún tipo de discapacidad.
- Personalidad introvertida.

#### **Factores familiares:**

- Antecedentes de violencia intrafamiliar.
- Pautas de crianza muy flexibles o sobreprotectoras.
- Mala comunicación dentro de la familia.

#### **Factores socioculturales:**

- Diferencia en las condiciones económicas.
- Justificación social de la violencia.
- Productos de consumo cultural con alto contenido violento (música, videojuegos, redes sociales, etc.).

### Factores protectores frente al acoso escolar

Son características o aspectos (personales, familiares o socioculturales) que disminuyen la probabilidad de que se presenten situaciones de acoso escolar y facilitan el abordaje temprano de las mismas:

#### Factores personales:

- Desarrollo de capacidad de sensibilidad y gestión socioemocional.
- Autoestima alta.

#### Factores familiares:

- Buena comunicación parental.
- Lazos de confianza fuertes.

#### Factores socioculturales:

- Redes de apoyo y afecto fuertes, diferentes a la familiar.
- Contexto en el que no se normalice la violencia como medio para llegar a ningún fin.
- Contexto en el que se cuestionen los sistemas de opresión y discriminación.

**Tomado y adaptado de:** Universidad Internacional de Valencia (VIU). (2014). *Los tres tipos de factores de riesgo y protección frente al bullying: personales, familiares y sociales*. Universidad VIU. <https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/los-tres-tipos-de-factores-de-riesgo-y-proteccion-frente-al-bullying>

4. Por último, en cada grupo haremos una lista sobre estos y otros factores de riesgo y factores protectores frente al acoso escolar, que estén presentes en nuestro colegio o, incluso, en el propio salón de clase.

### Recomendaciones

- Utilizar un lenguaje claro y sencillo, teniendo en cuenta la población a la que va dirigida la actividad.
- Si la actividad se realiza de forma virtual, hacer uso de plataformas que permitan separar por salas. Adicionalmente, la lista de factores de riesgo y protectores se puede realizar en procesadores de texto como Microsoft Word o en una hoja física que tenga alguna de las personas que integra cada grupo.

## Fortaleciendo saberes y redes

**Tiempo requerido:** 30 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual                                |
|---|--|
| 1. Cartulina por pliegos.<br>2. Colores, marcadores y pinturas. | 1. Jamboard o Padlet.<br>2. Silueta de una mano. |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

- En cada uno de los grupos conformados, construiremos propuestas que integrarán una campaña comunicativa de prevención del acoso escolar denominada «Entre todas y todos le decimos basta al acoso escolar». Para esto, utilizaremos por equipo, un pliego de cartulina, colores, marcadores o pinturas y dibujaremos varias siluetas de nuestras propias manos.
- Luego, escribiremos dentro de cada silueta de nuestras manos algunos mensajes e ideas para disminuir los factores de riesgo y aumentar los factores protectores frente al acoso escolar que se identificaron y enlistaron en el momento anterior. Este puede ser un ejemplo: «Para valorar la riqueza de las diferencias entre las personas que compartimos en el colegio, podemos hacer una feria cultural y gastronómica donde todas y todos presentemos nuestras mejores costumbres».
- Por último, ubicaremos las carteleras en lugares visibles del colegio de manera que nos permitan difundir los mensajes.

### Recomendaciones

- En la virtualidad la campaña comunicativa de prevención del acoso escolar resultante podrá difundirse por diferentes redes sociales, para que los mensajes sean compartidos y puedan llegar a muchas personas.

## Reconstruyendo saberes

**Tiempo requerido:** 10 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial        | Actividad Virtual                |
|-----------------------------|----------------------------------|
| 1. Fotocopia del compromiso | 1. Documento Word del compromiso |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

- Construiremos y firmaremos un compromiso colectivo contra el acoso escolar, como acto simbólico para detener estas situaciones en la escuela.

## Actividad 3. La bitácora de la diferencia

|   |   |
|---|---|
| <p><b>¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas a fortalecer?</b></p> | <p>Participación.<br/>Comunicación.<br/>Pensamiento y memoria crítica.<br/>Identidades.</p>   |
| <p><b>¿Qué es lo que queremos transformar en nuestra escuela?</b></p>                 | <p>Queremos transformar las situaciones de acoso escolar, sus causas y efectos, a través del reconocimiento de la diferencia como un aspecto presente en todas las relaciones sociales.</p>   |
| <p><b>¿Cuáles áreas de gestión escolar podrían facilitar?</b></p>                     | <p>Área de gestión académica - Docentes directoras(es) de grupo, docentes de diferentes áreas del conocimiento y docentes orientadoras (es) - Ciclo 4.</p>  |
| <p><b>¿A quiénes va dirigida la herramienta?</b></p>                                  | <p>Área de gestión académica - Ciclo 4.</p>   |
| <p><b>¿Cuánto tiempo vamos a necesitar?</b></p>                                       | <p>Dos (2) sesiones (de 2 horas cada una).</p>  |
| <p><b>Breve descripción de la herramienta</b></p>                                     | <p><b>Primera sesión:</b></p> <p>Realizaremos un ejercicio que nos permitirá, a partir del reconocimiento de la identidad propia y la de las otras personas, valorar de manera positiva la diferencia y la diversidad.</p> <p>Luego, realizaremos una cartografía corporal en la que indagaremos, a partir de nuestras experiencias individuales, sobre las causas y los efectos del acoso escolar.</p> <p><b>Segunda sesión:</b></p> <p>Llevaremos a cabo un ejercicio de teatro-dramatizado, con el cual idearemos estrategias para prevenir colectivamente el acoso escolar, mientras realizamos ejercicios de reflexión que consignaremos en nuestra <i>Bitácora de la Diferencia</i>.</p> <p>Por último, buscaremos reconocer y reconstruir lo aprendido durante esta actividad.</p> |

### Incitando ideas

**Tiempo requerido:** 40 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial   | Actividad Virtual  |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fichas bibliográficas.</li> <li>2. Marcadores, lápices, colores y pintura.</li> <li>3. Papelógrafo.</li> <li>4. Cinta.</li> <li>5. Cuaderno-bitácora por cada participante.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Plataforma que permita hacer grupos de trabajo.</li> <li>2. <i>Jamboard</i>, <i>Padlet</i> o chat de reunión.</li> </ol> |



## Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Escribiremos en una ficha bibliográfica, una actividad que nos guste hacer y nos la pegaremos en un lugar visible del cuerpo.
2. Nos distribuiremos por el espacio y empezaremos a caminar buscando a las personas que tengan actividades parecidas a las nuestras, de manera que nos vayamos agrupando. Podremos agruparnos, por ejemplo, por tipo de actividades: deportivas, artísticas, científicas, entre otras.
3. Repetiremos el ejercicio con diferentes preguntas sobre gustos y algunas características de las personas que componemos el grupo. Esto nos permitirá reflexionar en torno a la diversidad como principio de todas las relaciones sociales y de cómo nos podemos encontrar en algunos aspectos de la vida y ser diferentes en otros, sin que eso sea algo negativo. Estas pueden ser algunas de las preguntas a utilizar:
  - ¿Cuál es tu comida favorita?
  - ¿Cuál es tu color favorito?
  - ¿Cuál es tu artista favorito?
  - ¿Cuál es el género de películas que más te gustan?
  - ¿De dónde son tus abuelas y abuelos?
  - ¿Cuál es tu lugar de procedencia?
  - ¿A qué se dedican tu mamá y tu papá?
  - ¿Cuál es tu orientación sexual?
  - ¿Con qué género te identificas?
4. Después de hacer este ejercicio por varias veces, quedaremos en uno de los grupos e iniciaremos una conversación en torno al acoso escolar, mientras una persona integrante de cada grupo recogerá las ideas principales en un papelógrafo, a partir de la siguiente pregunta: *¿Cómo se relaciona el acoso escolar con la diversidad y las diferencias entre las personas que componemos un grupo?*
5. Posteriormente, realizaremos la socialización de la discusión que se dio en cada grupo.
6. Destinaremos un cuaderno o libreta para que sea nuestra *Bitácora de la Diferencia*, en la que consignaremos algunas de las reflexiones y aprendizajes que nos van dejando los ejercicios que realizaremos a lo largo de esta actividad.
7. Finalmente, consignaremos en nuestra bitácora, de manera individual cuáles son esas características físicas, sociales, culturales, entre otras, que configuran nuestra identidad y que nos diferencian de otras personas. Para esto, podremos hacer un ejercicio de autorretrato.

## Recomendaciones

Para el ejercicio de las preguntas es necesario adaptarlas según el ciclo vital de las y los participantes, sin perder la intención de realizar un reconocimiento social del grupo.

## Pensarse y pensarnos

**Tiempo requerido:** 80 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Papel Kraft.</li> <li>2. Marcadores, colores y pintura.</li> <li>3. Cuaderno-bitácora.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jamboard o Padlet.</li> <li>2. Enlace reunión virtual.</li> <li>3. Siluetas humanas.</li> </ol> |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** Como paso previo al desarrollo de este momento pedagógico, leeremos o explicaremos el siguiente dato curioso sobre el acoso escolar:

#### Dato curioso

El acoso escolar se ha definido como acciones de hostigamiento, agresión o violencia que son repetitivas bajo una lógica de poder y en las que se involucran: por un lado la víctima, quien se considera a sí misma como inferior. Por otro lado, está la persona agresora, quien cuenta con el apoyo y respaldo de otras personas del grupo y tiene una necesidad de poder y dominio. Finalmente, alrededor de la situación se encuentran las y los espectadores, quienes tienen una actitud pasiva frente a la situación (Castillo-Pulido, 2011).

Es importante trascender esta comprensión del acoso escolar, en especial cuando lo que buscamos es intervenir, prevenir y transformar esa situación. Por eso, es fundamental hacer ejercicios que vayan un paso más allá de la identificación de los tipos de acoso y las personas involucradas, indagando sobre las motivaciones y percepciones de estas en torno a las situaciones de acoso escolar. Esto permitirá conocer cómo se presenta este fenómeno en un contexto particular y nos dará elementos para la proyección de acciones de prevención (Potocnjak, Berger y Tominic, 2011).

**2.** Nos organizaremos nuevamente por grupos (pueden ser los mismos en los que veníamos trabajando en el momento anterior) y dibujaremos una silueta humana en un pliego de papel Kraft.

**3.** Posteriormente, las y los integrantes de cada grupo conversaremos en torno a las siguientes preguntas:

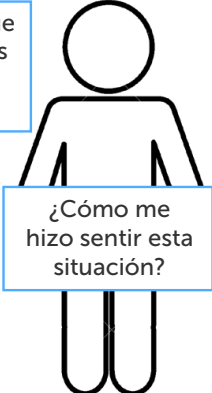
- ¿Alguna vez he sido víctima de acoso escolar?
- ¿Cómo me hizo sentir esa situación?
- ¿Qué me hubiera gustado que las otras personas de la comunidad educativa hicieran frente a esta situación?







**4.** Luego de la conversación, al interior de la silueta como se muestra en la Figura 1 pondremos los *sentimientos y emociones* que tengamos en común frente a las situaciones de agresión escolar y alrededor de esta, *las acciones que nos gustaría que hicieran* las otras

personas de la comunidad educativa frente a situaciones de este tipo. Para esto, crearemos unas convenciones, las cuales pueden ser figuras geométricas, dibujos o letras.

**Figura 1.** Silueta 1 y ejemplos de convenciones en casos acoso escolar.

¿Qué esperaba que las otras personas hicieran frente a esta situación?



| Ejemplos de convenciones           |   |                                 |   |
|------------------------------------|---|---------------------------------|---|
| ¿Cómo me hizo sentir la situación? |   | ¿Qué acciones esperábamos?      |   |
| Tristeza                           |  | Que sancionaran a mi agresor/a. |  |
| Enojo                              |  | Que me defendieran.             |  |
| Rabia                              |  | Que llamaran a mi familia.      |  |

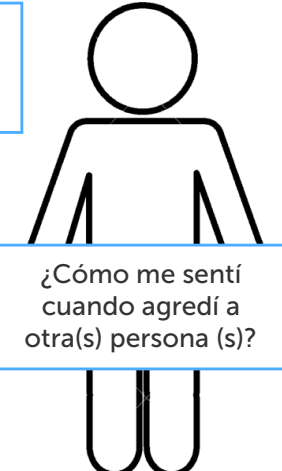
4. Posteriormente, responderemos las siguientes preguntas:

- ¿Alguna vez he agredido a una compañera o compañero?
- ¿Qué me motivó a hacerlo?
- ¿Cómo me hizo sentir esa situación?

5. Nuevamente, en otra silueta como se muestra en la Figura 2, ubicaremos fuera de ella *las motivaciones que tuvimos para hacerlo y cómo nos sentimos siendo agresoras/es en la parte interna*, utilizando también un sistema de convenciones similar al propuesto en el paso anterior:

**Figura 1.** Silueta 2 en casos acoso escolar.

¿Qué me motivó a agredir a otra(s) persona(s)?



6. Compartiremos en plenaria los ejercicios que realizamos en cada equipo y, posteriormente, haremos una agrupación de las causas y los efectos que tienen las situaciones de acoso escolar en el siguiente esquema, el cual podemos hacer en el tablero o en un papelógrafo que estará ubicado en un lugar visible:

| Matriz de caracterización del acoso escolar   |  |  |
|---|--|--|
| Causas  | Efectos  | Actores involucrados   |
| Aquí agruparemos las razones que identificamos que nos motivó a ejercer algún tipo de agresión. | Aquí consignaremos los sentires de cuando fuimos víctimas y de cuándo fuimos agresoras/es. | Aquí mencionaremos a las personas directamente involucradas y a las que identificamos que podían hacer algo frente a las situaciones de acoso. |

7. Teniendo en cuenta las ideas sobre la relación entre el acoso escolar y las diferencias (trabajadas en el momento anterior) y las causas y efectos que generan este tipo de agresiones, discutiremos las siguientes afirmaciones, mientras una persona recoge todas las intervenciones:

- El acoso escolar tiene efectos negativos, no solo en las personas involucradas directamente en la situación, sino que también deteriora el clima y el ambiente escolar por lo que es un asunto de todas las personas que componemos las comunidades educativas.
- El acoso escolar se presenta de diferentes maneras y tiene múltiples factores que lo determinan, los cuales van desde características individuales, hasta elementos de relacionamiento.
- Es importante reconocer las creencias que jerarquizan a las personas como el racismo, el machismo, el adultocentrismo porque pueden ser determinantes a la hora de escoger a las víctimas.

8. Dejaremos un espacio para consignar en nuestras bitácoras las ideas y aprendizajes que nos deja el ejercicio. Para esto, escribiremos una o varias acciones individuales, a través de las cuales podamos prevenir o intervenir en una situación de acoso escolar.

### Recomendaciones

Es importante dejar claro que no es necesario entrar en detalles sobre las situaciones específicas de agresión que compartamos.

En la **virtualidad**, se trabajará de manera individual y la silueta podrá ser dibujada y compartida por la reunión virtual, teniendo en cuenta las instrucciones dadas anteriormente.

## Fortaleciendo saberes y redes

**Tiempo requerido:** 90 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial                            | Actividad Virtual                               |
|---|---|
| 1. Matriz de caracterización del acoso escolar. | 1. Matriz de caracterización del acoso escolar. |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Iniciaremos el espacio retomando algunos de los puntos más destacados de los momentos anteriores, a través de algunas intervenciones voluntarias.
2. Posteriormente, retomaremos la matriz de caracterización del acoso escolar desarrollada en el momento anterior, la cual será el insumo para el presente ejercicio, por lo que debe estar en un lugar visible.
3. Nos organizaremos en grupos entre 4 y 6 personas y en cada uno de los equipos prepararemos en 15 minutos una dramatización de una situación de acoso escolar, teniendo en cuenta los elementos que reconocimos en la matriz: causas, efectos y actores involucrados. Posteriormente, cada grupo tendrá máximo 3 minutos para mostrarlo en plenaria.
4. Luego de las presentaciones, intercambiaremos las situaciones planteadas con otro grupo para representar la manera en la que podríamos cambiar o transformar esa situación, para lo cual tendremos el mismo tiempo de preparación y de socialización.
5. Para recoger el ejercicio realizaremos el siguiente esquema en el que consignaremos las acciones de transformación colectivas que se propusieron dentro de los grupos, teniendo en cuenta los siguientes elementos:

### Matriz de Acciones de Transformación del Acoso Escolar

| Situación de acoso  | Actores involucrados  | Acciones de transformación colectivas   |
|---|---|---|
| Aquí enunciaremos brevemente las situaciones planteadas por cada uno de los grupos. | Aquí consignaremos tanto las personas identificadas en el momento de dramatizar la situación de acoso como aquellas que identificamos como parte de las acciones para cambiar la situación. | Aquí enunciaremos las acciones que se proponen en los grupos para transformar las situaciones de acoso escolar. |

6. Cerraremos este momento con una reflexión en torno a la importancia de realizar acciones colectivas y sobre la necesidad de involucrar a todas las personas de la comunidad educativa, para prevenir el acoso escolar y fortalecer la convivencia.

7. Responderemos en nuestras bitácoras los principales aprendizajes e ideas que nos deja el ejercicio y cuáles de los elementos trabajados consideramos los más importantes para prevenir el acoso escolar.

### Recomendaciones

En la **virtualidad**, nuestras opiniones serán plasmadas a través de tableros de Jamboard y las discusiones por grupos se realizará por medio de salas remotas.

## Reconstruyendo saberes

**Tiempo requerido:** 30 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bitácoras de la diferencia.</li> <li>2. Espacio para publicar la bitácora colectiva.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Jamboard</i> o <i>Padlet</i>.</li> </ol> |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Discutiremos en torno a algunas preguntas sobre los ejercicios realizados, y seleccionaremos a una persona voluntaria que quiera recoger las intervenciones en un papelógrafo denominado *Bitácora colectiva*. Para esto, proponemos las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles fueron los principales aprendizajes que consignamos en nuestras libretas?
- ¿Cuáles elementos consideramos que son importantes para tener en cuenta?
- ¿Qué estrategias se nos ocurren para compartir nuestros aprendizajes con otras personas de la comunidad educativa?

2. Luego pondremos esta *Bitácora colectiva* en un lugar visible de la institución para que las demás personas conozcan nuestros aportes en torno a la prevención del acoso escolar. También, podemos utilizar estas reflexiones como insumo para la revisión y actualización del manual de convivencia, con el propósito de que estos ejercicios no se queden únicamente en discusiones al interior del aula y sirvan como elementos de caracterización y de proyección de acciones que pueden incorporarse en las acciones de nuestra cotidianidad escolar.

### Recomendaciones

En la **virtualidad**, nuestras opiniones serán plasmadas a través de tableros de *Jamboard* y las discusiones por grupos se realizarán por medio de salas remotas como por ejemplo las que tiene la plataforma de *Microsoft Teams*.

## Proyecciones y desafíos

- Un desafío transversal durante los procesos pedagógicos de promoción de los derechos y prevención de las violencias y vulneraciones desde el contexto escolar es la **vinculación de las familias y personas cuidadoras a este tipo de escenarios de aprendizaje**. Por lo tanto, es necesario que se utilicen diversas estrategias y herramientas que permitan convocar e incentivar a la participación de la gestión comunitaria en la construcción de la escuela. Lo anterior, se encuentra relacionado con la importancia del fortalecimiento de los vínculos al interior de los hogares como una apuesta en la prevención del acoso escolar, desde el reconocimiento del rol de los padres, madres o cuidadores en la construcción de espacios seguros y confiables.
- Los **procesos de prevención requieren de un amplio reconocimiento del contexto, territorio, necesidades e intereses de la población objetivo**. Por lo tanto, es fundamental vincular a las y los estudiantes en dichos procesos desde una posición activa y de liderazgo, teniendo en cuenta que son ellos quienes tienen una mayor cercanía a situaciones relacionadas con el acoso escolar. Asimismo, este tipo de estrategias podrán generar interés genuino en más estudiantes por vincularse a dichas acciones y así continuar trabajando por desestructurar prácticas violentas entre pares.
- Un desafío a corto, mediano y largo plazo es lograr **visibilizar en diversos escenarios aquellos productos y ejercicios pedagógicos que se realicen y continúen desarrollando en relación con la prevención de la agresión y acoso escolar**. Lo anterior, puede traducirse en diálogos de saberes y experiencias, por medio de redes interinstitucionales que posibiliten reconocer cuáles fueron los logros o aspectos por mejorar durante la implementación de dichos procesos desde el entorno educativo. Esto es posible por medio de escenarios de participación como mesas locales y distritales de orientación escolar, u otros que tengan la apertura para abordar la promoción de los derechos las niñas, niños y adolescentes, así como de la prevención de todo tipo de violencias.
- Para lograr que las escuelas sean territorios de paz, se requiere trascender a un currículo que reconozca que la formación de las personas no se puede vincular específicamente a la adquisición de conocimientos, por medio del cumplimiento de logros o metas; por el contrario, **es necesario reconocer las características del contexto en el que se ubican los establecimientos educativos, las necesidades e intereses de la población que los habitan, así como la integración de las capacidades ciudadanas y socioemocionales, posicionando de manera transversal los enfoques de derechos integrales, de género y diferenciales**, como lo señala el Programa Integral de Educación Socioemocional, Ciudadana y Escuelas como Territorios de Paz.
- Se debe continuar profundizando en las diversas formas de prevenir las agresiones y el acoso escolar y, a su vez, relacionarlas con las violencias en los entornos familiar y comunitario. Por otro, **es una gran oportunidad para fortalecer prácticas que promuevan la cultura restaurativa en el contexto educativo** y que problematicen las relaciones asimétricas de poder entre estudiantes, docentes y familias.



## Referencias bibliográficas

- Castillo-Pulido, L. E. (2011). *El acoso escolar. De las causas, origen y manifestaciones a la pregunta por el sentido que le otorgan los actores*. Magis, Revista Internacional de Investigación en Educación, 4 (8) Edición especial La violencia en las escuelas, 415-428.
- Comité Distrital de Convivencia Escolar. (2022). *Directorio de protocolos de atención integral para la Convivencia escolar y el Ejercicio de los derechos Humanos, derechos sexuales Y derechos reproductivos*. [https://www.educacionbogota.edu.co/portal\\_institucional/sites/default/files/inline-files/2022/Protocolos\\_SED\\_%20V5.pdf](https://www.educacionbogota.edu.co/portal_institucional/sites/default/files/inline-files/2022/Protocolos_SED_%20V5.pdf)
- Potocnjak, M, Berger, C, Tominic, T. (2011). *Una aproximación relacional a la violencia escolar entre pares en adolescentes chilenos: perspectiva adolescente de los factores intervinientes*. Revista Psykhe, 20 (2), 39-52
- Pérez Porto, J., Merino, M. (26 de abril de 2011). *Definición de bullying - Qué es, Significado y Concepto*. Definicion.de. <https://definicion.de/bullying/>
- Universidad Internacional de Valencia. (2014). *Las diversas formas de bullying: físico, psicológico, verbal, sexual, social y cyberbullying*. VIU. <https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/las-diversas-formas-de-bullying-fisico-psicologico-verbal-sexual%0Ahttps://www.universidadviu.com/las-diversas-formas-de-bullying-fisico-psicologico-verbal-sexual-social-y-cyberbullying/>
- Universidad Internacional de Valencia (VIU). (2014). *Los tres tipos de factores de riesgo y protección frente al bullying: personales, familiares y sociales*. Universidad VIU. <https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/los-tres-tipos-de-factores-de-riesgo-y-proteccion-frente-al-bullying>

## Línea temática 2.

# Prevención del consumo de sustancias psicoactivas

De acuerdo con estudios realizados por el Gobierno Nacional a través del Ministerio de Salud (2019), el consumo de SPA en Colombia ha sido considerado un asunto de salud pública al presentarse un incremento en los últimos años; afectando en mayor medida a estudiantes que oscilan entre los 11 y los 18 años y trayendo consigo consecuencias en su desarrollo humano, biológico y social.

**56.7% de la población estudiantil manifestó haber ingerido alcohol, un 24,3% dice haber fumado tabaco (sustancias lícitas) y el 7% ha probado la marihuana por lo menos una vez en su vida (sustancias ilícitas)**

Asimismo, el 56.7% de la población estudiantil manifestó haber ingerido alcohol, un 24,3% dice haber fumado tabaco (sustancias lícitas) y el 7% ha probado la marihuana por lo menos una vez en su vida (sustancias ilícitas) y, a su vez, el uso de estas sustancias se incrementa según el grado escolar. Por ejemplo, en las y los estudiantes de 11° se evidenció un consumo tres veces más alto que en grados menores (Ministerio de Salud, 2019).

Sobre este mismo asunto, desde la Secretaría de Educación del Distrito en la plataforma de Sistema de Alertas Tempranas (SAT), que reporta eventos y situaciones que afectan la convivencia escolar, ha recibido un total de 21.882 registros de presunto consumo de Sustancias Psicoactivas (SPA) en menores de edad, sin embargo, desde el año 2020 se evidencia una notable disminución en estos. Esto, contrario a deberse a una reducción de los hechos victimizantes, nos habla de otras de las consecuencias de la pandemia, que es la imposibilidad de identificar posibles casos de riesgo en las y los estudiantes por consecuencia del aislamiento y, a su vez, nos invita a reconocer la necesidad imperante en trabajar en la prevención del consumo de SPA al ser un factor negativo, junto a otras problemáticas como las conductas suicidas, en la salud mental y el bienestar de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes.

En esta misma línea, el consumo de SPA en niños, niñas y adolescentes (NNA) es un fenómeno social que deteriora no solo la salud del consumidor, sino también sus relaciones sociales en la familia y su entorno inmediato: la escuela y la comunidad. No obstante, en la mayoría de los casos, su uso y uso problemático se debe a factores de riesgo presentes en los hogares (conflictos, discusiones, violencia, ausencia de normas, pobreza, autoritarismo, antecedentes familiares, entre otros) o en los entornos escolares (presión grupal, aprobación social, rechazo, poca información sobre el tema, falta de orientación y escucha, etc.), a los cuales se les puede aportar a disminuir desde la propia escuela y su ejercicio educativo.

**El consumo de SPA en niños, niñas y adolescentes (NNA) es un fenómeno social que deteriora no solo la salud del consumidor, sino también sus relaciones sociales en la familia y su entorno inmediato: la escuela y la comunidad.**

En este sentido, esta línea temática surgió a partir del hecho de reconocer que el consumo de SPA es una realidad en los colegios de Bogotá y el país y, adicionalmente, es un fenómeno que requiere de acciones educativas y de promoción de capacidades socioemocionales y ciudadanas para mitigarlo y para retrasar su inicio en los niños, niñas y adolescentes.

Por tales razones, la estrategia RIO-P y las y los docentes orientadoras del Distrito participamos en dos (2) grupos de discusión sobre la identificación de condiciones territoriales que generan escenarios de riesgo para el inicio y permanencia en el uso de



estas sustancias y sobre los conceptos, temas y estrategias que se debían abordar en la escuela para desarrollar y fortalecer las capacidades socioemocionales y ciudadanas en torno a la prevención de este fenómeno, desde una perspectiva acorde con las realidades y necesidades de las comunidades educativas. Dicho esto, a continuación, presentamos una síntesis de los diálogos emergentes:

**La familia se volvió un tema central en la conversación dada la necesidad de desarrollar procesos que generen un mayor enganche y motivación en madres, padres y personas cuidadoras.**

Frente a los entornos encontramos la importancia de generar prevenciones focalizadas de acuerdo con los contextos en los que se desenvuelven las y los estudiantes, siendo estos la familia, la comunidad, la escuela y, por supuesto, el nivel individual. No obstante, la familia se volvió un tema central en la conversación dada la necesidad de desarrollar procesos que generen un mayor enganche y motivación en madres, padres y personas cuidadoras, fue así, como determinamos que esta línea temática propusiera varias actividades a realizarse especialmente orientadas hacia el área de gestión comunitaria, sin embargo, se presentan algunos datos importantes que permitieron nutrir los ejercicios propuestos en esta sección.

En el caso de la familia hallamos factores de riesgo, a disminuirse, como lo son la visión del alcohol como sustancia no riesgosa, ya que al interior de estas se suele permitir el consumo de esta sustancia a NNA desde muy jóvenes, considerando que es inofensiva o como forma de compartir en familia (fiestas y reuniones), lo cual favorece el inicio temprano del consumo de sustancias psicoactivas. Otro factor de riesgo fue la estigmatización del consumo, particularmente hacia sustancias psicoactivas ilegales, ya que las y los estudiantes temen hablar sobre este tema, pedir ayuda y acompañamiento de sus madres, padres y cuidadores porque suelen estigmatizarles o castigarles. Asimismo, la historia de consumo previa en la familia la identificamos como un factor de riesgo, ya que las NNA pueden percibir el consumo como un comportamiento normal y cotidiano.

En cuanto a los factores protectores del contexto familiar, identificamos los niveles de participación de las familias como fundamentales en la vida del estudiante, ya que de esta forma los padres, madres y cuidadores pueden enterarse de los contextos en los que se desenvuelven las y los estudiantes; acceder a los recursos y herramientas que se ofrecen desde la escuela y aprender a manejar y gestionar las situaciones problemáticas.

**En el caso de la familia hallamos factores de riesgo, a disminuirse, como lo son la visión del alcohol como sustancia no riesgosa.**

**Otro factor de riesgo fue la estigmatización del consumo, particularmente hacia sustancias psicoactivas ilegales, ya que las y los estudiantes temen hablar sobre este tema.**

En línea con lo anterior, percibimos que un factor que prevendría el consumo de sustancias psicoactivas y retrasaría principalmente el inicio del consumo de alcohol en los NNA desde la familia, es el establecimiento de normas y límites adecuados, así como el afecto y la comunicación, siendo estos ejes para que ellas y ellos se sientan acompañados y queridos en sus hogares y no tengan que buscar vínculos perjudiciales en el exterior o acceder a prácticas riesgosas por presión de pares. Esto se relaciona también con la promoción de vínculos familiares fuertes que promuevan una sensación de seguridad en las y los estudiantes.

En relación con el entorno comunitario, identificamos principalmente un factor de riesgo a disminuir y problematizar desde la escuela y es el relacionado con los espacios sociales y de disfrute que incluyen el consumo, ya que los NNA por mantener un sentido de pertenencia, pueden acceder a prácticas riesgosas y problemáticas asociadas a este fenómeno. No obstante, también reconocimos la importancia de fortalecer algunos factores protectores que brinda la comunidad sobre todo en lo que tiene que ver con el aprovechamiento del tiempo libre.

**La soledad también resultó ser un factor de riesgo cuando los NNA no cuentan con un adulto de referencia que los acompañe en su cotidianidad y en la resolución de sus conflictos diarios.**

En cuanto al contexto escolar, identificamos cuatro factores protectores para fortalecer; en primer lugar, el apoyo en tiempos de ocio, que también favorece la ocupación de tiempos libres en actividades de recreación, desarrollo y esparcimiento. En segundo lugar, espacios variados y enfocados en capacidades y educación socioemocional, es decir, favorecer la disponibilidad de momentos en el contexto escolar que se enfoquen en actividades distintas y que respondan a los gustos de todas y todos los estudiantes (deportes, pintura, lectura, escritura, relatoría, teatro, etc). En tercer lugar, encontramos la necesidad de generar espacios de sensibilización a docentes orientadores para disminuir la estigmatización del consumo, aumentar la comprensión de las formas de consumo y su relación con otros factores.

**Un factor que prevendría el consumo de sustancias psicoactivas y retrasaría principalmente el inicio del consumo de alcohol en los NNA desde la familia, es el establecimiento de normas y límites adecuados.**

Frente al entorno individual, pudimos identificar tanto factores de riesgo como de protección para abordar desde la escuela. Los primeros están relacionados con dificultades en la gestión emocional que pueden generar ansiedad y depresión. De igual manera, encontramos que la soledad también resultó ser un factor de riesgo cuando los NNA no cuentan con un adulto de referencia que los acompañe en su cotidianidad y en la resolución de sus conflictos diarios. Frente a los factores protectores que encontramos en lo individual, se evidencian prácticas de autocuidado, capacidad de pensamiento crítico relacionada con el poder discernir y cuestionar prácticas sociales normalizadas como el consumo de SPA. De igual manera, una autoestima positiva, que permita que los NNA puedan reconocer sus capacidades y posibilidades favorece la prevención del consumo de SPA.

Por último, respecto al ciclo de la vida, coincidimos en que las y los estudiantes que usualmente consumen o están en mayor riesgo de iniciar consumo están atravesando la adolescencia, un momento del ciclo vital que supone factores de riesgo específicos como la socialización en el centro del desarrollo, siendo así, las opiniones y presión de los pares muy significativas y generadoras de conductas asociadas al consumo. De igual forma, hallamos que este momento del ciclo vital al ser una transición a la vida adulta, puede suponer altos niveles de estrés e incertidumbre.

Teniendo en cuenta lo anterior, invitamos a que utilicemos estos insumos e ideas en los espacios pedagógicos de cada una de las instituciones de la ciudad de Bogotá, ya que en esta oportunidad nos centraremos en las familias y la comunidad, pero es un tema que debemos abordarlo desde diferentes escenarios, edades, ópticas y realidades.

## Actividad 1. Familias y crianzas seguras

|   |  |
|---|--|
| <p><b>¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas a fortalecer?</b></p> | <p>Comunicación.<br/>Participación.<br/>Creatividad e innovación.<br/>Sensibilidad y gestión emocional.</p>  |
| <p><b>¿Qué es lo que queremos transformar en nuestra escuela?</b></p>                 | <p>Queremos transformar el imaginario asociado a que la prevención del consumo de sustancias psicoactivas únicamente está relacionada con abordar los efectos de las drogas o como una decisión individual de quien consume, a través de una propuesta pedagógica innovadora que busca fortalecer las pautas para una crianza segura, basada en el diálogo, el afecto y la autonomía y la toma de decisiones.</p>  |
| <p><b>¿Cuáles áreas de gestión escolar podrían facilitar?</b></p>                     | <p>Área de gestión académica - Docentes orientadores y docentes directores de grupo de Ciclos 1, 2, 3, 4 y 5.</p>  |
| <p><b>¿A quiénes va dirigida la herramienta?</b></p>                                  | <p>Área de gestión comunitaria - Ciclos 1, 2, 3, 4 y 5.</p>  |
| <p><b>¿Cuánto tiempo vamos a necesitar?</b></p>                                       | <p>Cuatro (4) sesiones de 2 horas cada una durante el semestre o año escolar.</p>  |
| <p><b>Breve descripción de la herramienta</b></p>                                     | <p><b>Primera sesión:</b><br/>Reconoceremos las ideas, percepciones y representaciones que tenemos las familias de la comunidad educativa acerca de la crianza, los vínculos y las emociones.</p> <p><b>Segunda sesión:</b><br/>Profundizaremos en estrategias que permitan fortalecer una crianza segura, desde el reconocimiento de la otra persona, la comunicación y gestión emocional y, asimismo, se pretenderá problematizar las distintas concepciones que existen frente consumo del alcohol como sustancia psicoactiva de uso normalizado.</p> <p><b>Tercera y cuarta sesión:</b><br/>Realizaremos actividades lúdicas colectivas que buscarán materializar ideas para favorecer una crianza segura y que reconozca los derechos, las emociones y el cuidado entre las personas que integran las familias de la comunidad educativa.</p> |

### Incitando ideas

**Tiempo requerido:** Una (1) sesión de 2 horas.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuaderno de aprendizajes físico.</li> <li>2. Papel kraft.</li> <li>3. Marcadores.</li> <li>4. Tablero o papelógrafo.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuaderno de aprendizajes virtual.</li> <li>2. Documento de Microsoft Word.</li> <li>3. Proyección con preguntas orientadoras.</li> </ol> |



## Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Para este ciclo de actividades tendremos a nuestra disposición una libreta a la que denominaremos «Cuaderno de aprendizajes». En ella, escribiremos nuestras reflexiones, sentires y miedos después de cada sesión, ya que el ejercicio de exteriorizar nuestros pensamientos nos permitirá tomarnos un tiempo para identificar nuestras emociones, profundizar en ellas, y poder razonarlas a medida que encontremos las formas para expresarlas. Además, esto posibilitará sistematizar los aprendizajes que vayamos construyendo y volver a ellos las veces que sea necesario.
2. Posteriormente, conformaremos equipos de 5 integrantes y a través de un pliego de papel Kraft plasmaremos nuestras opiniones y reflexiones frente a las siguientes preguntas:
  - ¿Cuáles han sido los principales retos y dificultades en el proceso de crianza y educación de nuestros hijos, hijas o de las personas que tenemos a nuestro cuidado?
  - ¿Qué estrategias, pautas o límites han funcionado?, ¿cuáles estrategias, pautas o límites definitivamente no nos han funcionaron?
  - ¿Hay algún castigo, llamado de atención o discusión de las que nos hemos arrepentido?
  - ¿Cómo creemos que nuestras emociones como cuidadores afectan las propias prácticas de crianza de NNA?
3. Luego, una persona de cada grupo socializará las respuestas por medio de una plenaria, mientras las demás propiciamos un espacio tranquilo, sin juzgamiento o burlas, en donde la expresión pueda darse sin presiones.
4. Una vez terminada la plenaria, se orientará el debate con la siguiente pregunta *¿Cuáles son los retos de la crianza y su papel en el desarrollo de las y los NNA?*, mientras consignamos las respuestas en un lugar público como un tablero o un papelógrafo.
5. Al final de la actividad, escribiremos en nuestro *Cuadernos de aprendizajes* cómo nos sentimos, qué nos faltó por contar o quisiéramos agregar, en qué estuvimos de acuerdo con el grupo o qué es aquello que no logró convencernos del todo.

## Recomendaciones

Es importante motivar la participación de todas las personas en sus respectivos grupos, generando un ambiente de confianza y no juicio, desde la afirmación *“Nadie nos enseña acerca de la crianza; las hijas y los hijos no traen manual de instrucciones, son diversas, diversos, retadores y tienen su propio pensamiento, eso precisamente, es lo que les hace únicos y especiales”*.



## Pensarse y pensarnos

**Tiempo requerido:** Una (1) sesión de 2 horas.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial                  | Actividad Virtual                      |
|---------------------------------------|--|
| 1. Diapositivas.                      | 1. Diapositivas.                       |
| 2. Hojas en blanco.                   | 2. Hojas en blanco.                    |
| 3. Matriz de límites.                 | 3. Matriz de límites.                  |
| 4. Cuaderno de aprendizajes (físico). | 4. Cuaderno de aprendizajes (virtual). |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Teniendo en cuenta que los retos identificados como madres, padres y cuidadores en relación con la crianza se constituyen como necesidades, seleccionaremos por lo menos unas de las cuatro líneas de acción sugeridas a continuación en la que deseemos profundizar durante esta sesión:

|   |   |
|---|---|
| <b>Línea de acción 1.<br/>¿Crianza con violencia?</b> | <b>Línea de acción 2.<br/>Límites y normas</b>                      |
| <b>Línea de acción 3.<br/>Crianzas seguras</b>        | <b>Línea de acción 4.<br/>Problematicando el consumo de alcohol</b> |

2. Realizaremos según corresponda, la secuencia didáctica de la línea de acción seleccionada (se quiere realizar las líneas 2 y 3 en conjunto):

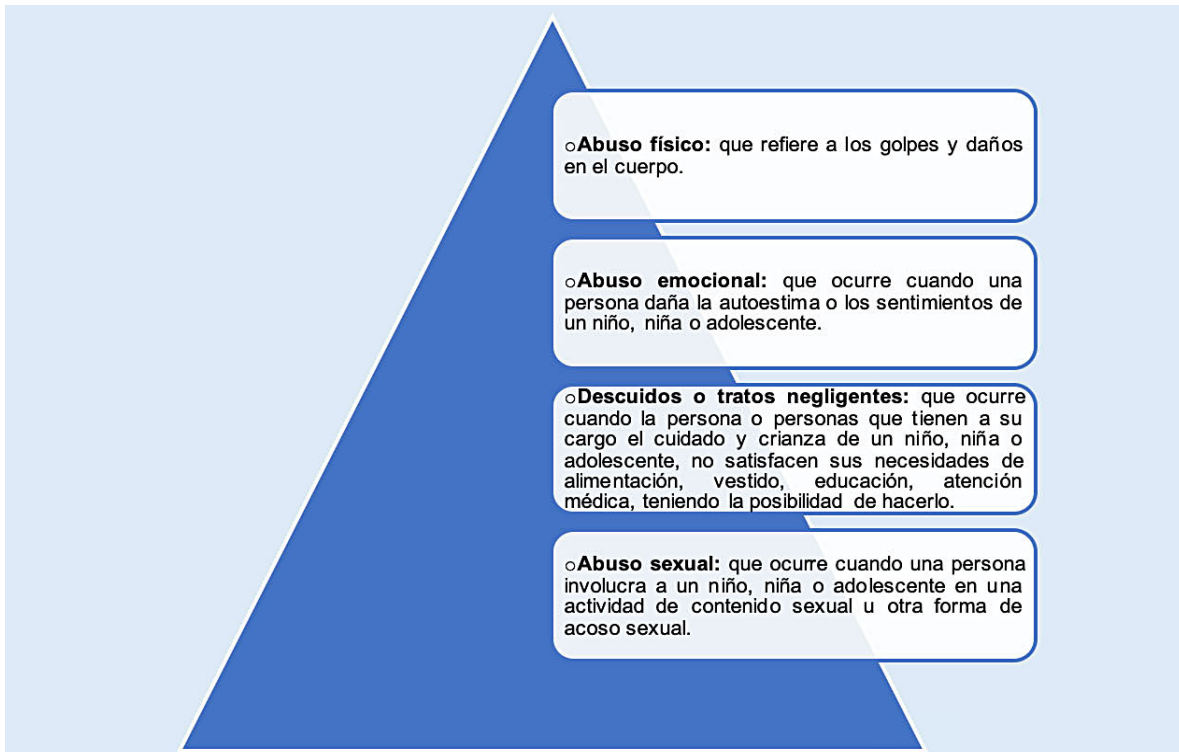
### Línea de acción 1. ¿Crianza con violencia?

#### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Discutiremos algunos conceptos acerca de la crianza con violencia y cómo afecta el desarrollo de NNA. Para esto, iniciaremos presentando los tipos de violencia que suelen encontrarse en el entorno familiar, lo cual lo podemos hacer por medio de alguna ayuda visual como diapositivas o notas clave en el tablero:

#### Tipos de violencia en el entorno familiar

Muchas veces pensamos que la única forma de ejercer violencia es a través de los golpes o el maltrato físico, y aunque esta es una de las formas, la violencia también tiene muchas otras caras; encontramos entre algunos tipos:



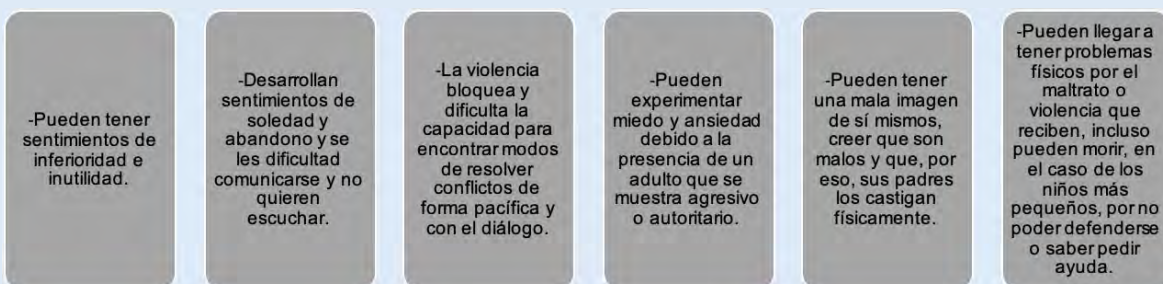
(UNICEF, 2021)

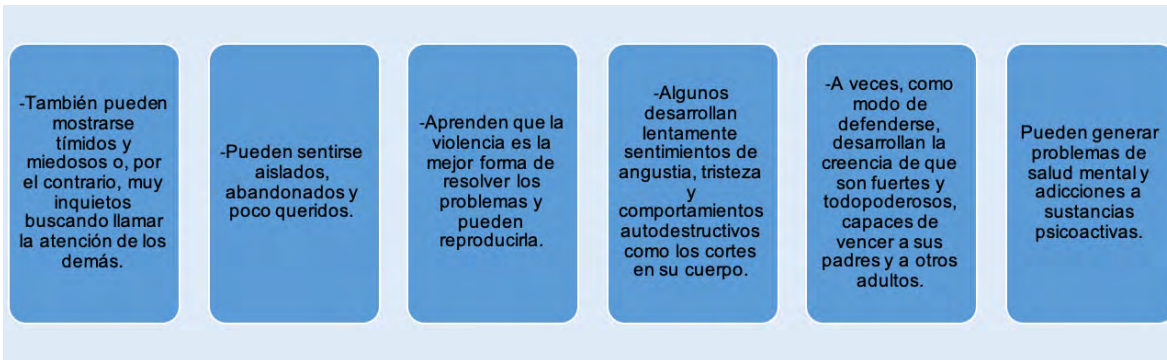
2. Después de conocer los distintos tipos de violencia, socializaremos algunos ejemplos concretos de estas clases de agresión, teniendo en cuenta noticias, historias familiares o personales.

3. Posteriormente, identificaremos cuáles son las consecuencias de ejercer violencia como parte de la crianza:

### Las consecuencias de ejercer violencia como parte de la crianza

Muchos estudios demuestran que la crianza con violencia genera efectos y daños en las personas para toda su vida. Algunas de estas consecuencias para los niños, niñas y adolescentes son las siguientes, según UNICEF (2021):





4. Enseguida, reconoceremos desde nuestra experiencia personal, algunas otras consecuencias u otros aportes relacionados con el tema y las socializaremos voluntariamente.

5. A continuación, realizaremos un ejercicio denominado «Cartografía corporal». Para este, dibujaremos en una hoja blanca a nuestro hijo, hija o adolescente a cargo. Una vez completado el dibujo, indicaremos en una situación de castigo violento: *¿Qué pensaría?, ¿qué sentiría en el cuerpo?, ¿qué emociones se generarían en él o ella?*

6. Luego, de forma voluntaria algunos participantes podremos socializar los dibujos y las reflexiones resultantes.

7. Posteriormente, en grupos de 5 personas, estableceremos ideas de alternativas al castigo físico, compartiendo experiencias de acciones que nos hayan funcionado y que reconozcan las emociones y los derechos de las niñas, niños y adolescentes.

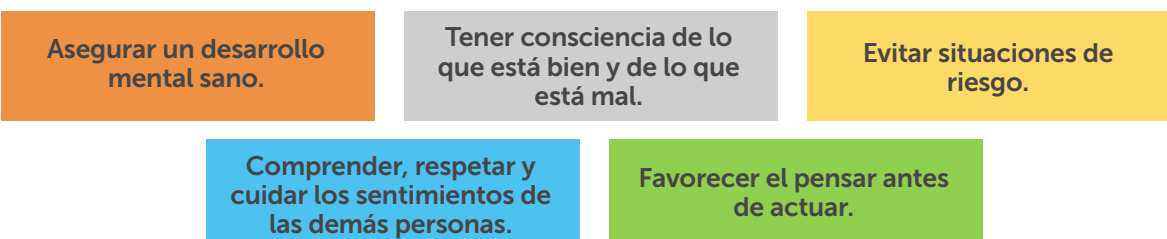
8. Escribiremos en nuestro *Cuaderno de aprendizajes* las enseñanzas de la sesión y las personas que deseemos podremos compartir algunas de las reflexiones.

9. Por último, cerraremos el espacio reconociendo nuevamente que *«Nadie nos enseña acerca de la crianza. Las hijas y los hijos no traen manual de instrucciones, son diversas, diversos, retadores y tienen su propio pensamiento, eso precisamente, es lo que les hace únicos y especiales»*.

## Línea de acción 2: Límites y normas

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Basándonos en lo establecido por UNICEF (2021), discutiremos acerca de la importancia de los límites, particularmente cuando es necesario establecer alguno. Para esto, pondremos ejemplos que se relacionen con cada una de estas necesidades:



2. Una vez revisemos cuándo es necesario poner límites, estableceremos los ejes fundamentales para la crianza segura, entendiendo que esta *busca garantizar los derechos de la niñez y la adolescencia; promover la educación sin violencia; centrarse en el respeto mutuo y el afecto en la familia; fortalecer la gestión emocional y concebir a las infancias como seres dignos de amor y cuidado*. Teniendo en cuenta esto, propondremos de forma colectiva cómo establecer límites y normas frente a las necesidades específicas del punto anterior, teniendo en cuenta la siguiente matriz (la cual presenta un ejemplo inicial, pero se entrega vacía para diligenciar en la columna de «Límites») y tomando apuntes en un tablero o papelógrafo:

| Necesidad   | Límites y normas   |
|---|--|
| Un desarrollo mental sano.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar el celular máximo hasta las 8 p.m.</li> <li>• Tener la posibilidad de identificar y expresar sus emociones.</li> </ul> |
| Tener consciencia de lo que está bien y de lo que está mal.           |  |
| Evitar situaciones de riesgo.   |  |
| Comprender, respetar y cuidar los sentimientos de las demás personas. |  |
| Favorecer el pensar antes de actuar.                                  |  |

3. Por último, identificaremos otra (s) necesidad (es) con base en el curso de vida de los NNA y la propia cotidianidad de nuestras familias. Luego, describiremos nuevas ideas para establecer límites y normas de acuerdo con lo aprendido.

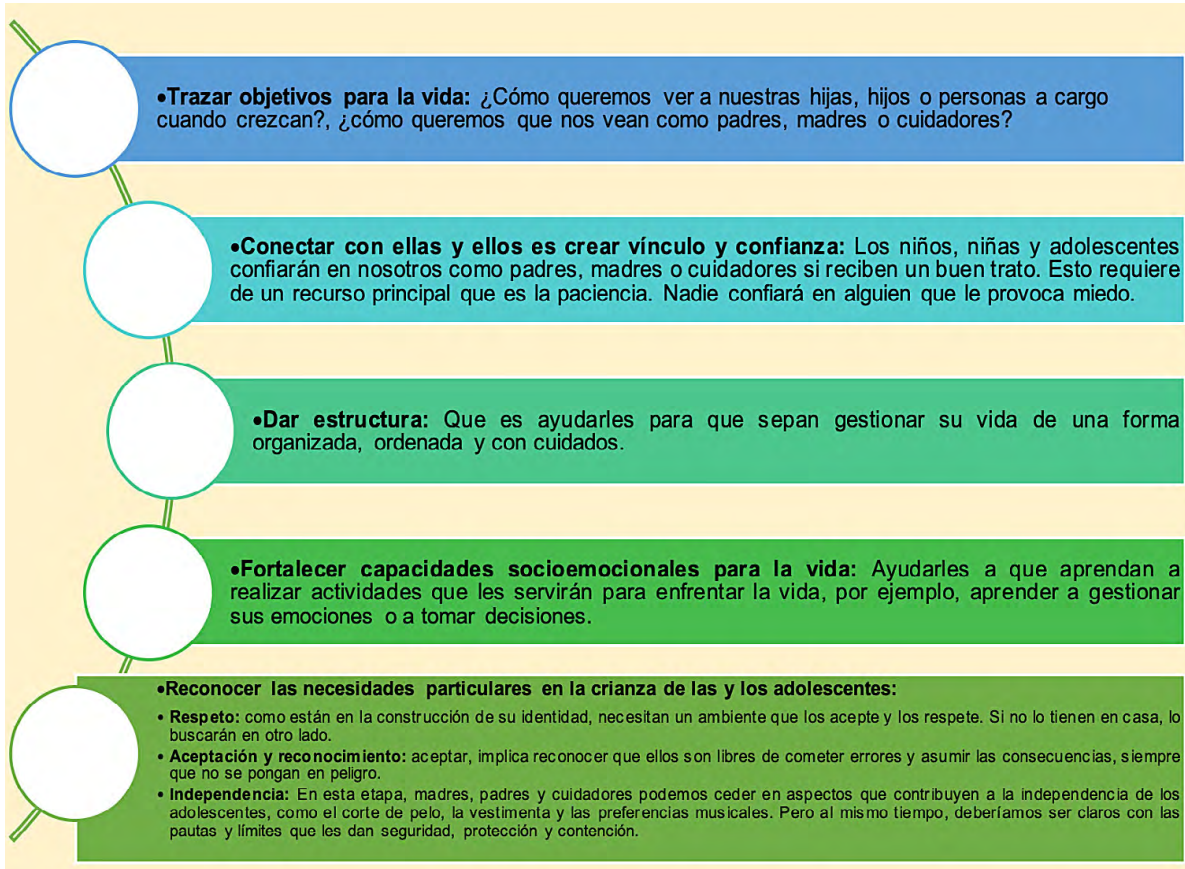
4. Finalmente, registraremos en nuestro *Cuaderno de aprendizajes* las enseñanzas que nos llevamos del espacio, recordando que la crianza es un ejercicio que no se nos ha enseñado, pero que siempre debemos hacerlo desde el amor y el cuidado.

### Línea de acción 3: Crianzas seguras

#### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Teniendo en cuenta lo planteado por UNICEF (2021), reflexionaremos sobre el hecho de que una crianza segura se construye como una casa. Para esto, utilizaremos como metáforas los componentes de una vivienda, tales como cimientos, vigas, pisos y paredes y compartiremos voluntariamente algunos ejemplos en la crianza que pueden cumplir las funciones similares a las de estas estructuras (por ejemplo, los cimientos pueden ser la confianza que hay al interior de la familia).

2. Posteriormente, abordaremos otros aspectos clave que debemos tener en cuenta como madres, padres y personas cuidadoras para construir una crianza segura:



3. Luego, individualmente realizaremos el dibujo de una casa, la cual representará la relación que queremos construir con nuestras hijas e hijos o personas a cargo y alrededor de esta responderemos las siguientes preguntas orientadoras, ya sea de forma escrita o a través de símbolos o dibujos:

- ¿Qué clase de personas quiero que mis hijos, hijas o personas a cargo sean cuando tengan 20 años?
- ¿Qué quiere ser mi hijo, hija o persona a mi cuidado cuando crezca y ya no esté en el colegio?
- ¿Qué debemos y podemos hacer como familia para que ellas o ellos lleguen a cumplir sus aspiraciones?

4. Enseguida, algunas de las personas participantes socializaremos de forma voluntaria el dibujo resultante y las respuestas a las cuestiones planteadas.

5. Posteriormente, en un tablero o papelógrafo escribiremos colectivamente algunas acciones concretas para fomentar una crianza segura al interior de nuestras familias, utilizando la siguiente matriz como guía:

| Característica   | Actividad   |
|--|---|
| Trazar objetivos para la vida                            | Ejemplo: Contarle lo orgulloso (a) que me siento de lo que ha logrado y lo que sé que puede lograr. |
| Conectar con ellas y ellos es crear vínculo y confianza. |   |
| Dar estructura.  |   |
| Fortalecer las capacidades para la vida.                 |   |

6. Finalmente, registraremos en nuestro *Cuaderno de aprendizajes* las enseñanzas que nos llevamos del espacio, recordando que la crianza es un ejercicio que no se nos ha enseñado, pero que siempre debemos hacerlo desde el amor y el cuidado.

### Recomendaciones

Las anteriores líneas de acción propuestas debemos realizarlas, según la disponibilidad de tiempo que tengamos en nuestros colegios para llevar a cabo estos espacios. Adicionalmente, vale la pena mencionar que estas actividades se presentan de forma general, pero podemos utilizar otros materiales, ideas y nuestra creatividad para hacer más entretenidos y llamativos los ejercicios propuestos.

### Fortaleciendo saberes y redes

**Tiempo requerido:** Una (1) sesión de 2 horas.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial                               | Actividad Virtual                                  |
|--|--|
| 1. Espacio que permita trabajar en grupos.         | 1. Espacio virtual que permita trabajar en grupos. |
| 2. Materiales lúdicos por persona.                 | 2. Materiales lúdicos por persona.                 |
| 3. Cuaderno de aprendizajes (físico).              | 3. Cuaderno de aprendizajes (virtual).             |
| 4. Información conceptual de cada línea de acción. | 4. Información conceptual de cada línea de acción. |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Teniendo en cuenta que el consumo de sustancias psicoactivas en NNA, incluyendo las legales, se puede prevenir como lo hemos visto en sesiones anteriores, a partir de una crianza segura. Ahora, crearemos una campaña de comunicación masiva denominada «*Antes de hablar del consumo de sustancias psicoactivas, hablemos de la crianza segura*», para difundir tanto en los espacios físicos de la comunidad educativa como en sus redes sociales. Para esto, traeremos materiales creativos de nuestro hogar que ayudarán a hacer mucho más llamativa la actividad, como por ejemplo, aserrín, lanas, pinturas, telas, etc.

2. Nos organizaremos en grupos de acuerdo con cada una de las líneas de acción del momento pedagógico anterior (sin importar que no se hayan abordado todas): 1) ¿Crianza con violencia?; 2) Límites y normas; 3) Crianzas seguras y 4) Problematicando el consumo de alcohol, y según los intereses en cada uno de las y los participantes.



3. Crearemos la campaña de comunicación masiva según el tema asignado en cada grupo, recordando que debe ser creativa, innovadora y que debe permitir invitar a otras madres, padres y personas cuidadoras a aprender sobre la crianza segura como un factor de protección frente al consumo de sustancias psicoactivas.
4. Posteriormente, compartiremos la gran campaña de comunicación masiva tanto en el colegio como en las redes y si es preciso podemos invitar a personas a que la conozcan ya sea por medio de las redes como en la propia institución.

### Recomendaciones

Es importante hacer el reconocimiento ante la comunidad educativa de las y los docentes, directivos, docentes orientadores y estudiantes que han participado a lo largo de estas actividades planteadas con el fin de visibilizar los aportes y logros alcanzados hasta el momento, así como la construcción colectiva de acciones por la comunidad educativa.

## Reconstruyendo saberes

**Tiempo requerido:** Una (1) sesión de 2 horas.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Espacio que permita trabajar en grupos.</li> <li>2. Materiales lúdicos por persona.</li> <li>3. Cuaderno de aprendizajes (físico).</li> <li>4. Información conceptual de cada línea de acción.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Espacio virtual que permita trabajar en grupos.</li> <li>2. Materiales lúdicos por persona.</li> <li>3. Cuaderno de aprendizajes (virtual).</li> <li>4. Información conceptual de cada línea de acción.</li> </ol> |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Para finalizar este ciclo de sesiones, reconstruiremos nuestros aprendizajes y concretaremos planes para continuar fortaleciendo prácticas para una crianza segura. Para esto, tendremos un espacio en el cual podremos compartir con una persona acompañante (preferiblemente de la familia) y nuevamente tendremos materiales creativos que nos permitirán hacer un recuerdo de este proceso de aprendizaje; el cual puede ser una obra de arte, un plan de trabajo o un cuaderno de aprendizajes familiar, entre otros.
2. Para hacer dicho recuerdo, volveremos a los aprendizajes que recogimos durante todas las sesiones y los reconstruiremos y expresaremos con ayuda de la persona acompañante, a través de una representación libre que nos llevaremos para nuestra casa. Esto tendrá dos propósitos particulares; primero, recordar las enseñanzas durante el proceso y, segundo, tener presente las acciones que podemos continuar emprendiendo para hacer de nuestra casa un espacio para la crianza segura.
3. En mesa redonda, las personas que lo deseemos podremos compartir las representaciones, compromisos y reflexiones que nos hemos llevado de los espacios y, por último, nos llevaremos nuestro recuerdo para darle un lugar importante en nuestro hogar.



## Recomendaciones

Esta última sesión la podemos complementar con elementos adicionales que promuevan un clima de tranquilidad. Por ejemplo, podemos llevar alimentos para compartir, escuchar algunas pistas de música de fondo o hacer pausas activas que impliquen movimientos corporales.

## Proyecciones y desafíos

- El entorno familiar tiene una amplia incidencia en el desarrollo de las niñas, niños y adolescentes, por lo tanto, **es necesario motivar de manera constante la participación de padres, madres y personas cuidadoras en este tipo de actividades** como una oportunidad para fortalecer los vínculos al interior de las familias y, al mismo tiempo, para identificar las necesidades de quienes integran los hogares, a partir del establecimiento de relaciones interpersonales horizontales donde prime el diálogo y la valoración de las diferencias.
- Los recursos y materiales proyectados para la presente línea temática, se encuentran pensados en las diferentes realidades que viven los entornos educativos a nivel distrital, sin embargo, se busca que **el uso de cada herramienta pueda ser modificado o adaptado de acuerdo con las posibilidades de cada comunidad** y, de la misma manera, los momentos y pasos de las actividades pueden llegar a tener variaciones de acuerdo con las diversas formas en las que se pueden dar los procesos con los actores que conforman las instituciones.
- Uno de los desafíos más complejos que pueden presentarse durante la implementación de estas actividades, se encuentra relacionada con la constancia y periodicidad de las y **los participantes, especialmente madres, padres y personas cuidadoras; por lo tanto, es importante identificar estrategias motivacionales durante el desarrollo de los ejercicios como el reconocimiento a nivel institucional** de las acciones realizadas y los logros alcanzados en izadas de bandera, fechas conmemorativas, entre otros.
- El consumo de sustancias psicoactivas es reconocido como un asunto de salud pública y, por ende, las acciones de prevención deben estar enfocadas en todos los cursos de vida de los seres humanos. Por lo tanto, **es imperante reflexionar y proyectar procesos en torno a esta temática, que incluyan también a las niñas, niños y familias de los ciclos iniciales.** De esta manera, brindar estrategias de prevención desde temprana edad permitirá el fortalecimiento de las capacidades socioemocionales y ciudadanas que coadyuvarán a mitigar y retrasar el inicio temprano del consumo, al igual que otro tipo de vulneraciones.
- A nivel general, el virus Covid-19 obligó a la sociedad a adoptar nuevas formas de relacionamiento y desarrollo de las tareas cotidianas a nivel individual, social, familiar, económico y académico que persisten en la actualidad. En la misma línea y de acuerdo con las dinámicas de la pandemia y postpandemia, **es posible proyectar el desarrollo de estas actividades de forma presencial, virtual, o de manera híbrida**, por esto, las propuestas metodológicas se encuentran pensadas en su mayoría para la presencialidad, pero con una flexibilidad razonable para su implementación en otras modalidades, de acuerdo con las realidades del territorio y de las familias que lo habitan.

## Referencias bibliográficas

- Alcaldía Mayor de Bogotá. (2016). *Estudio de consumo de sustancias psicoactivas en Bogotá*. DC Bogotá DC: UNODC y OEA.
- Ministerio de Salud. (2019). *Política Integral para la Prevención y Atención del Consumo de Sustancias Psicoactivas*. Bogotá: Minsalud.
- Pérez, A.; Scoppetta, O. & Flórez-Alarcón, L. (2011). *Age at Onset of Alcohol Consumption and Risk of Problematic Alcohol and Psychoactive Substance Use in Adulthood in the General Population in Colombia*. *Journal of International Drug, Alcohol and Tobacco Research*, 1 (1): 19–24.
- UNICEF. (2021). *Guía para la crianza de niñas, niños y adolescentes desde el amor y el buen trato*. Ciudad de Guatemala, Guatemala, C.A.
- UNODC. (2018). *Informe Mundial sobre las Drogas 2018: Resumen, conclusiones y consecuencias en materia de políticas*. Bogotá: UNODC Research.

## Línea temática 3.

# Promoción de la salud mental y prevención de las conductas suicidas

La Política Nacional de Salud Mental (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018) busca promover la salud mental, prevenir el impacto negativo de los problemas psicosociales sobre las personas, familias y comunidades y reducir el impacto negativo de los trastornos mentales, por medio de los principios expuestos en la Figura 1.

|   |   |   |
|---|---|---|
| <p>La promoción de salud mental y prevención de la conducta suicida, es un proceso pedagógico que requiere de la interiorización de nuevas capacidades y estrategias de prevención en las instituciones educativas.</p> | <p>Para la promoción de la salud mental en las instituciones educativas es preciso contar con un fuerte proceso de articulación institucional, comunitaria y social en la que participen activamente las familias, la comunidad, organizaciones comunitarias e instituciones públicas y privadas.</p> | <p>Para la promoción y prevención de la salud mental es indispensable el reconocimiento de los elementos culturales, sociales, políticos, espirituales de las comunidades educativas que abordamos, pues ello permite diseñar acciones adecuadas a sus necesidades.</p> |
| <p><b>Continuidad</b></p>   | <p><b>Integración Institucional</b></p>   | <p><b>Respeto por las diferencias</b></p>   |

Esta política ha concentrado esfuerzos de promoción y prevención a partir de la Ley 1616 del 2013 para garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental de la población colombiana, priorizando a los niños, niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la atención integral e integrada en salud mental, que define la salud mental como:

**Art. 3.** Un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018).

Con este marco legal entendemos que la promoción y atención de la salud mental es un deber colectivo en el que la sociedad, la familia y el Estado, son las instituciones en primera instancia son garantes de ella, en ese sentido, las instituciones educativas en representación del Estado tienen la responsabilidad de acompañar, atender y promocionar la salud mental de NNA y jóvenes.

Aunado a esto, en los últimos años sobre todo después de las medidas de aislamiento que se vivieron como estrategia de prevención del virus COVID-19, la salud mental es un tema que se ha posicionado en las agendas políticas de todos los países que preocupados por el aumento de casos de ansiedad, angustia, depresión y conductas suicidas aun en poblaciones cada vez más jóvenes han volcado gran parte de programas para su atención.

Bajo este panorama, fue que surgió esta línea temática, en la cual participó la mayor cantidad de docentes orientadores(as), muy probablemente, debido a la preocupación generalizada que demanda esta problemática en la actualidad escolar.





Respecto a los hallazgos destacados en estos grupos de discusión, encontramos que los principales eventos que pueden desencadenar conductas suicidas están relacionados con la forma en que tramitamos las pérdidas o duelos, tanto en el caso de las niñas, niños y adolescentes como las personas adultas, donde las y los docentes señalaron que aunque son situaciones que hacen parte de la vida cotidiana de las personas, son precisamente los contextos individuales, sociales y sistémicos, aquellos que determinan las capacidades y la posibilidad de agencia que cada persona para tramitar este tipo de situaciones.

Otro de los riesgos mencionados, según la experiencia de las y los docentes orientadores (as) se presentan en los contextos familiares que tienen antecedentes de situaciones o episodios que no han sido tramitados y agenciados de forma asertiva, lo que puede desencadenar un alto de riesgo de repetición y afectación en las generaciones futuras, por ejemplo: eventos o situaciones de ansiedad, depresión y conductas suicidas no resueltas, situaciones de violencia doméstica y negligencia, así como, situaciones de consumo de alcohol y sustancias psicoactivas.

Respecto a los *contextos sistémicos*, otro factor de riesgo que se destacó fue la reproducción del sistema patriarcal que obstaculiza la expresión y reconocimiento de las disidencias y diversidades sexuales, ya que estas situaciones ocasionan una gran gama de violencias simbólicas, psicológicas y físicas naturalizadas contra esta población teniendo como consecuencia una afectación a su salud mental.

Otro gran factor riesgo mencionado estuvo relacionado con la comprensión errónea que socialmente tenemos de la atención a la salud mental, asociándola inherentemente a trastornos, enfermedades psiquiátricas, todas asociadas a la "locura", ya que este imaginario social ha ocasionado que las personas tengan dificultad en reconocer que necesitan ayuda y por supuesto, manifestar públicamente alguna situación particular que exceda su gestión y capacidad, generando que las personas comúnmente se aislen de sus círculos más cercanos.

En relación con estos factores y la invitación a pensarnos acciones de prevención, las y los docentes manifestaron que la mayor dificultad para las acciones de prevención es comprender el contexto integral de las poblaciones que padecen estos eventos, pues se podría considerar en primera instancia que son las y los adolescentes quienes por el momento del ciclo vital que están atravesando, tienen un mayor riesgo, no obstante, las y los docentes mencionan un aumento notable de casos de niños y niñas de primera infancia con diagnósticos de depresión, ansiedad y tratamientos farmacológicos, sin mencionar las particularidades y sobrecargas de los docentes, docentes orientadores(as) y familias de la comunidad educativa.

Según lo anterior, surgieron dos (2) grandes categorías para tener en cuenta en el apoyo de acciones de promoción a la salud mental y prevención de las conductas suicidas, las cuales se presentan en la Figura 2.

**Figura 2.** Categorías propuestas para la promoción de la salud mental y la prevención de las conductas suicidas

### **Fortalecimiento de capacidades socioemocionales**

Herramientas que permitan el fortalecimiento de las capacidades socioemocionales de NNA y jóvenes de acuerdo con el ciclo vital en el que se encuentren, especialmente en la primera infancia, orientadas a desarrollar la autonomía, el cuidado del cuerpo y la desnaturalización de la imposición de roles de género y la violencia.

Espacios para la gestión emocional en donde las personas puedan encontrar recursos para expresar, comprender y dar lugar a cada una de sus emociones. Para ello, es trascendental identificar las redes de apoyo que son vitales para las personas, reconociendo que estas no se encuentran focalizadas únicamente en las familias, sino que existen otras formas de construir afectos, vínculos y redes distintas.

Incentivar la construcción de un proyecto de vida es transversal al fortalecimiento de las capacidades socioemocionales. Esto es clave en tanto que, mientras haya perspectiva de futuro, habrá razones que motiven la realización de planes y proyectos.

### **Fortalecimiento de espacios de formación**

Es importante construir grupos de apoyo institucionales para conversar abierta, informada y honestamente sobre la conducta suicida y poder crear colectivamente rutas de prevención de conductas de riesgo en la comunidad educativa.

En las comunidades educativas la gestión de la información puede convertirse en un factor protector respecto a las señales de alerta de conductas suicidas, protocolos a activar y recursos externos para el acompañamiento. Esto permitirá que las y los docentes, así como el resto de la comunidad educativa, cuenten con herramientas suficientes para la prevención de la conducta suicida, así como el manejo de una situación crítica.

De este modo, las actividades que planteamos a continuación tienen como propósito aportarle principalmente a la categoría de fortalecimiento de capacidades socioemocionales de las y los integrantes de la comunidad educativa, pero invitamos a que sea el punto de inicio para que a partir de estos insumos podamos crear estrategias más contextualizadas y focalizadas para cada institución, grupos y edades de las y los participantes.

## Actividad 1. De los sueños a la prevención de las conductas suicidas

|   |  |
|---|--|
| <p><b>¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas a fortalecer?</b></p> | <p>Sensibilidad y gestión emocional.<br/>Pensamiento y memoria crítica.<br/>Identidades.<br/>Creatividad e innovación.<br/>Comunicación.<br/>Sentido de la vida, el cuerpo y la naturaleza.<br/>Participación.</p>   |
| <p><b>¿Qué es lo que queremos transformar en nuestra escuela?</b></p>                 | <p>Queremos transformar los imaginarios que nos alejan del cuidado de nuestra salud mental y el papel de las redes de apoyo, a través de la identificación de factores protectores y de riesgo tanto individuales como colectivos, frente a las conductas suicidas.</p>  |
| <p><b>¿Cuáles áreas de gestión escolar podrían facilitar?</b></p>                     | <p>Área de gestión directiva.<br/>Área de gestión académica – Docentes, docentes orientadores (as) y estudiantes ciclo 1, 2, 3, 4 y 5.</p>   |
| <p><b>¿A quiénes va dirigida la herramienta?</b></p>                                  | <p>Área de gestión académica – Docentes, docentes orientadores (as) y estudiantes ciclo 1, 2, 3, 4 y 5.</p>  |
| <p><b>¿Cuánto tiempo vamos a necesitar?</b></p>                                       | <p>Dos (2) sesiones (de 2 horas cada una).</p>   |
| <p><b>Breve descripción de la herramienta</b></p>                                     | <p><b>Primera sesión:</b><br/>Iniciaremos identificando las fortalezas que tenemos como personas, en nuestra familia y en la comunidad, por medio de actividades que fortalecen la comunicación y el seguimiento de instrucciones. Luego, hablaremos de nuestros sueños y los representaremos a través de dramatizaciones y, a su vez, empezaremos a relacionarlos con los factores de protectores y de riesgo frente a las conductas suicidas.</p> <p><b>Segunda sesión:</b><br/>Reconoceremos las capacidades que tenemos tanto a nivel individual como en nuestras redes de apoyo para poder gestionar las dificultades cuando se presenten y, a partir de estas, construiremos algún producto artístico que se constituirá en un salvavidas simbólico para las ocasiones que lo necesitemos.</p> |

### Incitando ideas

**Tiempo requerido:** 30 minutos

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial   | Actividad Virtual  |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuaderno / hojas blancas.</li> <li>2. Lápiz/esfero.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Computador con acceso a internet.</li> <li>2. Cuaderno / hojas blancas.</li> <li>3. Lápiz/esfero.</li> </ol> |



## Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** Nos organizaremos en un círculo y pasaremos uno a uno al centro, mientras dos o tres personas nos pedirán algo que tenemos como cualidad y que les vendría bien tener a todas y todos. Ejemplo: "Yo te pido tu imaginación, tus manos suaves, tus ojos brillantes, tu capacidad de hacer chistes, tu decisión para jugar" y, asimismo, nos ofrecerán algo que nos vendrá bien a cada uno de nosotros. Ejemplo: "Yo te doy mi sensibilidad, mi fantasía, mi capacidad de cambiar de juego", etc. Posteriormente, pasará otra persona y realizaremos la misma acción y así sucesivamente hasta que pasemos todas y todos los participantes del grupo.

**2.** Identificaremos distintas fortalezas en nuestras vidas, a través de un dibujo nuestro que realizaremos en una hoja en blanco y, a su vez, respondiendo las siguientes preguntas por medio de dibujos, símbolos o expresiones adicionales:

- ¿En qué actividades soy particularmente bueno o buena?
- ¿Cómo me siento cuidando de mí y cuidando de otros?
- ¿Cómo expreso lo que siento con personas cercanas?
- ¿Con qué personas cuento para expresar lo que siento?

**3.** Luego de haber generado la sensibilización y haber respondido las preguntas anteriores, algunas personas podremos socializar nuestros dibujos y expresar las sensaciones, pensamientos y emociones a raíz de las respuestas que dimos a las y los demás. De este modo, empezaremos a identificar factores de riesgo y factores protectores, en los cuales más adelante profundizaremos.

## Recomendaciones

Durante el transcurso de la actividad identificaremos los factores protectores que vayan surgiendo y los dejaremos visibles en un tablero o papelógrafo. También, desde este momento es una buena oportunidad para identificar conductas o prácticas de riesgo en las y los participantes. Si esto llega a ocurrir, buscar ayuda en el departamento de orientación de la institución. Por otro lado, para los ciclos iniciales es necesario adaptar, omitir o reducir la profundidad de las actividades según el lenguaje y la dinámica del grupo.

### Pensarse y pensarnos

**Tiempo requerido:** 90 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial         | Actividad Virtual                    |
|------------------------------|--------------------------------------|
| 1. Lápiz/esfero.             | 1. Computador con acceso a internet. |
| 2. Cuaderno / hojas blancas. | 2. Lápiz/esfero.                     |
|                              | 3. Cuaderno / hojas blancas.         |

## Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Nos reuniremos en grupos de tres (3) personas y hablaremos de nuestros sueños y los representaremos a través de una dramatización. Cada uno de los grupos, contaremos con 10 minutos para practicar la representación y dos minutos para presentarla frente a las y los demás participantes (Ribeiro et al., 2020).
2. Para cumplir con esos sueños es muy importante que tengamos una base desde dónde empezar. Esta base sólida, cuidadora y que nos permite crecer, los conoceremos como factores protectores. Igualmente, hay otros factores que pueden impedir, limitar o dificultar la realización de nuestros sueños; a estos, les llamaremos factores de riesgo. De acuerdo con lo anterior, las personas que nos sintamos cómodas expresando públicamente nuestras reflexiones, responderemos voluntariamente estas preguntas, mientras que las y los otros participantes las podemos resolver mentalmente o en el cuaderno:

|   |   |   |
|---|---|---|
| ¿Qué necesitamos de las personas cercanas para cumplir nuestros sueños?                           | ¿Qué elementos materiales necesitamos para cumplir con estos sueños?    | ¿Hay personas que estén impidiendo que estos sueños se cumplan?       |
| ¿Hace falta algún elemento material que no nos permita o que esté impidiendo lograr estos sueños? | ¿Qué aspectos de nuestra personalidad permitirán realizar estos sueños? | ¿Qué aspectos de nuestra personalidad limitarán realizar esos sueños? |

3. Posteriormente, reflexionaremos que al igual a como hay factores protectores y de riesgo que favorecen o dificultan la realización de nuestras metas, también hay unos que cuidan nuestra salud mental y preservan nuestras vidas o, por el contrario, la pueden poner en peligro y, por lo tanto, es importante reconocerlos para pedir ayuda en el momento que se requiera. Por citar un ejemplo, nosotros no podemos realizar nuestros sueños si corremos riesgo de muerte, o si estamos muy vulnerables porque hay uno o varios factores de riesgo que nos ponen ante distintos peligros. Teniendo en cuenta esto, la Figura 1 expone algunos factores protectores y de riesgo, específicamente relacionados con comportamientos asociados a las conductas suicidas en NNA, los cuales analizaremos por medio de una lectura analítica de carácter colectivo.

Figura 1. Factores protectores y de riesgo frente a las conductas suicidas en NNA

### Factores protectores y de riesgo frente a las conductas suicidas en niñas, niños y adolescentes

#### Factores protectores:

1. **Buenas capacidades para resolver problemas.** Las niñas, niños y adolescentes que son capaces de ver un problema y buscar maneras efectivas de gestionarlo y la capacidad de resolver conflictos de manera no violenta, tienen un riesgo menor.

**2. Conexiones fuertes.** Mientras más fuertes son las conexiones que las niñas, niños y adolescentes tienen con sus familias, con sus amigos, y con las personas en la comunidad, tienen menor probabilidad de hacerse daño a sí mismos. En parte, eso es porque se sienten queridos y apoyados, y en parte porque tienen personas a quienes acudir cuando están teniendo dificultades y se sienten realmente atrapados.

**3. Acceso a actividades para el aprovechamiento del tiempo libre.** Dado que les permite a las niñas, niños y adolescentes descubrir otro tipo de fortalezas que poseen y, a su vez, encontrar refugio en momentos de dificultades.

**4. Acceso restringido a productos y/o artículos letales.** Es decir, poca posibilidad de tener contacto, por ejemplo, con armas de fuego y pastillas.

**5. Creencias culturales y religiosas.** Bajo las cuales el suicidio está mal visto y se apoya la autopreservación. Sin embargo, esto no quiere decir que se deba obligar a las niñas, niños y adolescentes a seguir algún tipo de credo en particular.

**6. Acceso relativamente fácil a intervención psicológica y clínica apropiada.** Esto incluye la psicoterapia, terapia individual, grupal, familiar, o medicamentos si es indicado.

**7. Atención efectiva para trastornos mentales, físicos y frente al uso de sustancias psicoactivas.** Buena atención de la salud mental y la salud general tiene que ver con mantener relaciones continuadas y hacer que las niñas, niños y adolescentes se sientan conectados a profesionales que los atienden y están disponibles para ellos.

### Factores de riesgo

**1. Una pérdida reciente o seria.** Esto puede incluir la muerte de un integrante de la familia, un amigo o una mascota. Las niñas, niños y adolescentes pueden sentir que la separación o el divorcio de los padres, o una ruptura con el novio o la novia es como una profunda pérdida, además de la pérdida del empleo de uno de los padres, o que la familia pierda su casa.

**2. Un trastorno psiquiátrico.** Particularmente un trastorno del estado de ánimo, como la depresión, o un trastorno relacionado con estrés, que no tiene un seguimiento y apoyo a nivel profesional.

**3. Intentos de suicidio anteriores.** Dado que estas conductas aumentan el riesgo para otros intentos de suicidio.

**4. Trastorno de consumo de alcohol y otras sustancias psicoactivas.** Ya que esto también puede estar relacionado con el hecho de involucrarse en muchos problemas, tener problemas disciplinarios o presentar comportamientos de alto riesgo.

**5. Tener dificultades con su orientación sexual en un ambiente que no sea respetuoso o que no acepte dicha identidad.** El problema no es si la niña, niño o adolescente es homosexual o la niña es lesbiana, sino si tiene dificultades en un entorno que no le apoya y orienta.

**6. Una historia familiar de suicidio.** Esto es algo que puede ser realmente significativo y preocupante, como lo es también un historial de violencia doméstica, abuso o negligencia infantil.

**7. La falta de apoyo social.** Una niña, niño o adolescente que no siente el apoyo de un adulto importante en su vida, así como también de sus amistades, puede aislarse tanto que el suicidio le puede parecer la única salida a sus problemas.

**8. Acoso.** Ser víctima de acoso es un factor de riesgo, pero también hay cierta evidencia de que niños que son acosadores pueden tener un riesgo más alto de comportamiento suicida.

**9. Tener acceso a productos y/o artículos letales.** Esto incluye contacto con armas de fuego y pastillas, entre otros.

**10. El estigma asociado a pedir ayuda.** Mientras más desesperadas y desamparadas las personas se sienten, tienen más probabilidad de elegir hacerse daño a ellos mismos y terminar con su vida. También si ellos sienten mucha culpa o vergüenza, o si se sienten que no valen nada o si tienen baja autoestima.

**11. Barreras para acceder a servicios:** Dificultades para recibir servicios que necesitan, lo que incluye un acceso poco digno a los servicios de salud, la falta de proveedores de servicio bilingües, medios de transporte no confiables, y el costo financiero de los servicios en general.

**12. Las creencias culturales y religiosas de que el suicidio es una manera noble para resolver un dilema personal.** Lo cual puede estar fundamentado en los medios de comunicación, las redes sociales o el propio círculo social.

4. Luego de presentar los factores protectores y de riesgo, escribiremos en una hoja en blanco o en un cuaderno de forma individual, cuáles son los factores protectores que nos cuidan y cuáles son los factores de riesgo a los que podemos estar expuestos en nuestra propia vida. Y, nuevamente, se sienta cómodo podrá socializarnos su ejercicio a las y los demás participantes.

5. Por último, nos haremos las siguientes preguntas, las cuales no debemos compartirlas públicamente si no nos sentimos en confianza. Lo importante es que, si respondemos afirmativamente a alguna de ellas, busquemos ayuda en la persona que está liderando la actividad o en un adulto de confianza.

- Después de estos ejercicios, ¿me siento triste o desesperanzado?
- ¿He pensado alguna vez en hacerme daño?
- ¿He pensado recientemente en hacerme daño o en el suicidio?
- ¿Conoces a alguien que esté en riesgo?

### Fortaleciendo saberes y redes:

**Tiempo requerido:** 60 minutos.

#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial   | Actividad Virtual   |
|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>Lápiz/esfero.</li> <li>Cuaderno / hojas blancas.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>Computador con acceso a internet.</li> <li>Lápiz/esfero.</li> <li>Cuaderno / hojas blancas.</li> </ol> |

#### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** Reflexionaremos acerca de lo siguiente:

*Los sueños difíciles de alcanzar, pero cada día nos tenemos que preparar para alcanzarlos y aprender a superar las dificultades, además, podemos apoyarnos de las personas que nos pueden dar buenos consejos, que nos ayudan a cumplir con las tareas de cada día o, simplemente, en quienes nos pueden dar otros puntos de vista sobre lo que tal vez vemos como el fin del mundo.*

Teniendo esto presente, dividiremos una hoja blanca o del cuaderno en tres columnas y responderemos las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles de mis capacidades se pueden constituir en un factor protector o ayuda frente a momentos propios de dificultades?
- ¿Cuáles de mis capacidades se pueden constituir en un factor protector o ayuda frente a momentos de dificultades de otras personas?
- ¿Cuáles de capacidades de mi red de apoyo se pueden constituir en un factor protector frente a momentos de dificultades?

**2.** Por último, las personas que nos sintamos cómodas expondremos nuestras principales reflexiones, mientras una o un participante recogerá en un papelógrafo las principales respuestas, las cuales se constituirán en factores protectores colectivos a partir de dicho momento.

### Reconstruyendo saberes

**Tiempo requerido:** 60 minutos.

#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial   | Actividad Virtual   |
|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>Lápiz/esfero.</li> <li>Cuaderno / hojas blancas.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>Computador con acceso a internet.</li> <li>Lápiz/esfero.</li> <li>Cuaderno / hojas blancas.</li> </ol> |

## Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** En este momento, identificaremos los tres factores protectores de nuestro contexto (este incluye puede comprenderse como el salón de clase, la propia institución o la familia) principales y haremos una copla, poesía, canción, dibujo o pista de forma grupal, que nos ayudará a recordar todas las fortalezas colectivas que tenemos frente a momentos de dificultades. Posteriormente, cada uno de los y las participantes replicaremos el producto resultante de forma escrita o grabada y la guardaremos en un lugar importante para cada uno de nosotros y, así, tendremos un salvavidas más en la ocasión que lo necesitemos.

**2.** Para sistematizar la información recogida durante todo el ejercicio, la persona que lidere la actividad podrá ayudarnos a generar un informe corto que recoja los aprendizajes y los contenidos adquiridos durante la sesión. Este informe tendrá tres partes: 1) Una descripción de los momentos pedagógicos de la actividad; 2) Una descripción de los insumos; y 3) Un análisis cualitativo y cuantitativo de lo encontrado. Algunas preguntas orientadoras para esta última parte pueden ser:

- ¿Qué factores de riesgo y qué factores protectores se repiten en la mayoría de las y los participantes?
- ¿Qué factores protectores son los más débiles y qué factores de riesgo los más reforzados?
- ¿Hay algunas características particulares en las personas que corren mayor riesgo de presentar afectaciones a su salud mental o alguna conducta suicida?
- ¿Hay algunas características particulares en las personas que corren menor riesgo de presentar afectaciones a su salud mental o alguna conducta suicida?

## Recomendaciones

Los ejercicios individuales de las y los participantes, si son estudiantes, pueden ser utilizados para complementar la información relevante y para hacer seguimiento a los casos que lo requieran.

## Actividad 2. Primero Auxilios Psicológicos: somos redes de cuidado

|   |   |
|---|---|
| <p><b>¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas a fortalecer?</b></p> | <p>Participación.<br/>Comunicación.<br/>Creatividad e innovación.<br/>Pensamiento y memoria crítica.<br/>Sensibilidad y gestión emocional.</p>  |
| <p><b>¿Qué es lo que queremos transformar en nuestra escuela?</b></p>                 | <p>Queremos transformar las visiones asociadas a que en situaciones de crisis solamente pueden acompañar profesionales o personas con muchos conocimientos sobre este asunto, a través del aprendizaje de técnicas para brindar Primeros Auxilios Psicológicos y, a su vez, respuestas integrales a las situaciones cotidianas en las IED en relación con las conductas suicidas.</p>   |
| <p><b>¿Cuáles áreas de gestión escolar podrían facilitar?</b></p>                     | <p>Área de gestión directiva.<br/>Área de gestión académica - Docentes directores de grupo, docentes de diferentes áreas del conocimiento y docentes orientadores (as).</p>   |
| <p><b>¿A quiénes va dirigida la herramienta?</b></p>                                  | <p>Área de gestión directiva.<br/>Área de gestión comunitaria.<br/>Área de gestión académica - Docentes directores de grupo, docentes de diferentes áreas del conocimiento y docentes orientadores (as) y estudiantes de los ciclos 3, 4 y 5.</p>   |
| <p><b>¿Cuánto tiempo vamos a necesitar?</b></p>                                       | <p>Dos (2) sesiones (de 2 horas cada una).</p>  |
| <p><b>Breve descripción de la herramienta</b></p>                                     | <p><b>Primera sesión:</b></p> <p>Iniciaremos realizando un juego de roles que nos permitirá sensibilizarnos frente a cómo podríamos actuar en situaciones donde otra persona está experimentando una crisis emocional.</p> <p>Posteriormente, relacionaremos estas representaciones con los referentes teóricos de los Primeros Auxilios Psicológicos y el Protocolo ACERCARSE, los cuales son marcos que tienen evidencia de ser herramientas confiables para implementar en este tipo de situaciones.</p> <p><b>Segunda sesión:</b></p> <p>Nuevamente realizaremos un juego de roles, ahora incorporando lo aprendido sobre Primeros Auxilios Psicológicos y evaluaremos algunos posibles errores que podríamos evitar cometer.</p> <p>Finalmente, crearemos un directorio individual de nuestra red de cuidado y generaremos unas anotaciones sobre los aprendizajes construidos durante las sesiones.</p> |

### Incitando ideas

**Tiempo requerido:** 60 minutos

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>Salón o espacio amplio.</li> <li>Hojas y esferos.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>Computador.</li> <li>Internet.</li> <li>Cámara y sonido.</li> </ol> |



### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Conformaremos parejas para realizar un ejercicio de juego de roles. Luego, identificaremos nuestros saberes previos, a través de una representación de una situación que está ocurriendo en el colegio, donde una de las personas estará atravesando una crisis y la otra tendrá el rol de primer respondiente, es decir, estará prestando los Primeros Auxilios Psicológicos.
2. Una vez presentados los ejercicios, escucharemos algunas intervenciones y opiniones de forma voluntaria, relacionadas con cuáles de las situaciones fueron una buena representación de cómo prestas los Primeros Auxilios Psicológicos y cuáles podrían mejorar.

### Pensarse y pensarnos

**Tiempo requerido:** 60 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial   | Actividad Virtual  |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Computador.</li> <li>2. Video beam.</li> <li>3. Presentación de Microsoft PowerPoint.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Computador.</li> <li>2. Presentación de Microsoft PowerPoint.</li> </ol> |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Iniciaremos comprendiendo algunos conceptos clave sobre Primeros Auxilios Psicológicos, a través de la Figura 1., a través de una lectura analítica y pausada, que puede ser contrastada con los ejemplos del momento anterior.

**Figura 1.** Conceptos clave sobre Primeros Auxilios Psicológicos

#### Conceptos clave sobre Primeros Auxilios Psicológicos

Los **Primeros Auxilios Psicológicos** son un conjunto de intervenciones cuyo objetivo particular es acompañar a una persona o grupo de personas a transitar por un suceso crítico, garantizando su seguridad y orientando en la búsqueda de soluciones a través de la potencialización de sus recursos personales y sociales (Slaikeu, 1996).

Mientras que, una **crisis** es un estado temporal de choque y desorganización caracterizado principalmente por una percepción del individuo de ser incapaz de manejar una situación particular. Es decir, es una percepción de desequilibrio entre las demandas del contexto y los recursos/acciones con los que cuenta para hacerle frente.

La resolución de la crisis depende de:

1. La severidad del evento o eventos precipitantes.
2. Los recursos de la persona.
3. Los recursos sociales/ entorno social y vulnerabilidades.

### Principios generales:

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2012), algunos principios para los primeros auxilios psicológicos son:

- La intervención debe ser temprana, inmediata y breve (primeras 72 horas).
- Cualquier profesional o persona capacitada en el tema puede aplicar Primeros Auxilios Psicológicos.
- Su principal objetivo es reducir riesgo de daño y proteger a la persona en crisis.
- Principios de actuación: proteger, observar, escuchar, conectar, brindar información, aceptar propias limitaciones e incapacidad para resolver todo en el momento.
- Aceptar sin juicios las emociones o reacciones del otro. Respetar su seguridad, dignidad y derechos.
- Adaptar la acción a los aspectos socioculturales y de creencias de la persona.

2. Enseguida, conoceremos el «Protocolo ACERCARSE» presentado a través de la Figura 2, nuevamente haciendo una lectura e interpretación analítica y pausada, que puede ser contrastada con los ejemplos de los roles de caso del momento anterior.

**Figura 2.** Protocolo ACERCARSE

### Proceso de aplicación del Protocolo Acercarse

#### **A** - Ambiente:

En esta primera fase debemos contar con una contextualización de lo ocurrido y evaluar el ambiente, determinando las necesidades más inmediatas y las redes de apoyo activadas hasta ese momento para establecer estrategias individuales y grupales. Una vez identificada la persona, debemos determinar el grado de afectación o letalidad (física y emocional) de la misma, así como la potencial peligrosidad que presente en relación a sí mismo y a los otros (ataques de pánico, reacciones de agresividad, confusión, desorientación, etc.).

#### **C** - Contacto:

Aquí se debemos iniciar el contacto con la persona afectada estableciendo un contacto no verbal adecuado, donde las expresiones gestuales deben ser congruentes con la situación. Es importante que transmitamos cercanía a través del contacto y proximidad física (sentarse al mismo nivel, al lado, mantener contacto visual, etc.).

- Hacer contacto y establecer una relación. Dicha relación debe establecerla teniendo en cuenta el respeto a la persona y su situación actual, aceptando sus características, sin emitir juicios ni buscar responsabilidades, intentando en primera medida consolarla y tranquilizarla.

- Distanciamiento psicológico. Es conveniente que ayudemos a la víctima a salir de la situación proponiendo ir a pasear, tomar un café, comer algo, y proporcionándole un ambiente adecuado para empezar a abordar lo sucedido.
- Las primeras preguntas deben estar relacionadas con los hechos ocurridos, deben ser concretas, sencillas y dirigidas a hechos objetivos: «¿Qué ha sucedido?», «¿dónde estabas y/o qué estabas haciendo en ese momento?», «¿qué hiciste después?», etc. Debemos tratar de conseguir descripciones que lleven al procesamiento cognitivo (ordenar, asimilar y aceptar lo ocurrido). evitando centrarnos únicamente en los aspectos emocionales.

### **E** - Evaluación:

En esta fase es posible que identifiquemos cuál fue el suceso precipitante, estado emocional actual (crisis convulsivas, ira, embotamiento, ataques de pánico...) y procesamiento cognitivo de la situación (interpretaciones, atribuciones, negación, culpa) y, a su vez, identifiquemos los recursos personales y apoyo social

### **R** - Restablecimiento emocional:

Para esta fase debemos facilitar la expresión emocional a través de preguntas tipo: «¿Quieres hablar?», «¿cómo te sientes?». En este momento, una estrategia muy útil puede ser la escucha activa, estando atentos/as, a la posible aparición de una crisis.

### **C** - Comprensión de la crisis:

Ayudaremos a que la persona comprenda la crisis brindándole información general de efectos del estrés (síntomas); de su control y afrontamiento; y de las reacciones normales en situaciones excepcionales. Podemos dar información específica sobre el suceso actual: entender lo que ha pasado (corregir errores, sesgos, falsas atribuciones, ideas irracionales).

### **A** - Activar:

Activaremos y orientaremos a la persona afectada hacia la acción. Aquí es muy útil volver a centrar a la persona en actividades y hechos haciendo uso de los propios recursos y estrategias de la persona afectada.

### **R** - Recuperación del funcionamiento:

Con objeto de que la persona afectada recupere su actividad normal, debemos hacer hincapié en:

- Planificar tareas y actividades próximas en compañía.
- Dejarle siempre acompañado, bien sea con otras personas, incluyendo profesionales, voluntarios, familiares, amigos u otras víctimas.
- Estudiar la posible derivación o traslado. Informarle, por ejemplo, si va a ser hospitalizado.
- Planificar el alojamiento (hogar, familiares, hospitales, hoteles, etc.).
- Planificar actividades para el hogar y su cotidianidad.

## S - Seguimiento:

Además de la intervención inmediata, conviene que nos planteemos un seguimiento a corto y medio plazo (un mes) para que la persona afectada sienta una continuidad en la atención recibida.

**Tomado y adaptado de:** Muñoz, M., Ausín, B., & Pérez-Santos, E. (2007). Primeros auxilios psicológicos: protocolo ACERCARSE. *Psicol. conduct*, 479-505.

## Recomendaciones

Podremos utilizar una presentación en Microsoft PowerPoint para abordar los conceptos clave y el «Protocolo ACERCARSE», haciendo uso de imágenes ilustrativas de libre uso que estén disponibles en la red.

### Fortaleciendo saberes y redes

**Tiempo requerido:** 60 minutos.

#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial                     | Actividad Virtual                        |
|--|--|
| 1. Computador.                           | 1. Computador.                           |
| 2. Video Beam.                           | 2. Internet.                             |
| 3. Presentación de Microsoft PowerPoint. | 3. Cámara y sonido.                      |
| 4. Formato «Mi red de cuidado».          | 4. Presentación de Microsoft PowerPoint. |
| 5. Lápiz / Esfero.                       | 5. Formato «Mi red de cuidado».          |
|  | 6. Lápiz / Esfero.                       |

#### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** En este momento pedagógico, algunas personas iniciaremos respondiendo a manera de plenaria la siguiente pregunta orientadora: *¿Cuáles creemos que son los errores más comunes que podemos cometer en el momento de brindar Primeros Auxilios Psicológicos?*

**2.** Posteriormente, profundizaremos en las recomendaciones señaladas en la **Figura 3** para tener en cuenta en las situaciones donde se requieran brindar Primeros Auxilios Psicológicos. Para este caso, nuevamente es importante relacionar cada una de las recomendaciones con ejemplos o situaciones concretas, por lo cual, algunas personas podemos realizar de forma voluntaria pequeños juegos de improvisación de cada una de las situaciones.

**Figura 3.** Recomendaciones para brindar Primeros Auxilios Psicológicos.

| Lo que debemos hacer  | Lo que no debemos hacer   |
|---|---|
| <p>Antes de intervenir – generemos empatía con la otra persona, especialmente si se trata de una o un adolescente. Comuniquemos y validemos, incluso, lo difícil que puede ser el dialogar con alguien desconocido en el caso de que no seamos una persona cercana para quien está atravesando la crisis.</p> | <p>No hagamos juicios de valor sobre las emociones o acciones de la otra persona.</p> |
| <p>Observemos con curiosidad.</p>   | <p>No asumamos. Nada es obvio.</p>  |
| <p>Fomentemos la autonomía – Respetemos el derecho de las personas a tomar sus propias decisiones.</p>  | <p>No minimicemos la experiencia de la otra persona.</p>                              |
| <p>Dejemos claro a las personas que incluso si rechazan la ayuda, podrán recibirla en otro momento.</p>   | <p>No forcemos ayuda si nos dijeron que no la querían.</p>                            |
| <p>Respetemos la privacidad / confidencialidad. Avisemos sobre los momentos en que ésta se rompe.</p>   | <p>Evitemos ser intrusivos.</p>   |
| <p>Seamos consciente de nuestros propios prejuicios y preferencias para poder mantenerlos al margen.</p>  | <p>No comparemos la historia de una persona con otras y mucho menos la propia.</p>    |
| <p>Preguntémosle a la persona abiertamente del suicidio o riesgo de autolesión - Demos ejemplos.</p>  | <p>Evitemos utilizar preguntas únicamente de sí o no.</p>                             |
| <p>Importante ser directo, pero a su vez empático.</p>  | <p>No generemos ni promovamos falsas interpretaciones.</p>                            |
| <p>Si se trata de una o un adolescente, podemos incluir al grupo de pares si la persona siente un ambiente confiable. Si se trata de una niña o niño, debemos buscar la compañía continua de la madre, padre o persona cuidadora.</p>   | <p>No ignoremos signos de alarma – adicionales - que aparezcan en la interacción.</p> |

**3.** Posteriormente, identificaremos nuestra red de cuidado, a través de la creación de un directorio de las seis primeras personas que buscaríamos en caso de necesitar apoyo o ayuda. Para esto, podemos utilizar el siguiente formato denominado «Mi red de cuidado»:

## Mi red de cuidado

¿Si fuera la persona que está en una situación de crisis, a qué personas podría acudir para pedir su ayuda?

| 1. Nombre:            | Parentesco/relación: |
|-----------------------|----------------------|
| 2. Teléfono/celular:  | Dirección:           |
| 3. Nombre:            | Parentesco/relación: |
| 4. Teléfono/celular:  | Dirección:           |
| 5. Nombre:            | Parentesco/relación: |
| 6. Teléfono/celular:  | Dirección:           |
| 7. Nombre:            | Parentesco/relación: |
| 8. Teléfono/celular:  | Dirección:           |
| 9. Nombre:            | Parentesco/relación: |
| 10. Teléfono/celular: | Dirección:           |
| 11. Nombre:           | Parentesco/relación: |
| 12. Teléfono/celular: | Dirección:           |

### Recomendaciones

Podemos tener previamente una hoja del formato «Mi red del cuidado» para cada persona participante, ya sea en físico o digital según corresponda.



## Reconstruyendo saberes

**Tiempo requerido:** 60 minutos.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial         | Actividad Virtual           |
|------------------------------|-----------------------------|
| 1. Salón o espacio amplio.   | 1. Computador.              |
| 2. Hojas blancas / cuaderno. | 2. Internet.                |
| 3. Lápiz / esfero.           | 3. Cámara y sonido.         |
|                              | 4. Hojas blancas / cuaderno |
|                              | 5. Lápiz / esfero.          |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Cada una de las parejas conformadas en el primer momento realizaremos un nuevo juego de roles, donde cambiaremos los papeles asignados inicialmente y aplicaremos el «**Protocolo Acercarse**», así como las recomendaciones de qué hacer y no hacer en alguna situación de crisis.
2. Por último, de forma individual haremos una breve lista de anotaciones sobre los aprendizajes que construimos durante estas sesiones y los tendremos en cuenta para futuros escenarios en los que podamos ayudar a alguien prestándole los Primeros Auxilios Psicológicos.

## Proyecciones y Desafíos

- Aunque en este módulo se presenta un par de actividades que pueden ser útiles en el marco de la promoción de la salud mental y en la prevención de las conductas suicidas, **es necesario mejorar los recursos físicos, humanos, profesionales y sociales y fortalecer las relaciones tanto institucionales como intersectoriales, para optimizar la atención y seguimiento de este tipo de situaciones;** en otras palabras, **se deben generar estrategias que permitan dejar una capacidad instalada en cada uno de los colegios.** Esto debido a que las acciones que se implementan en esta línea, requieren de procesos a largo plazo y que, además, sean perdurables en el tiempo.
- **Es importante participar y continuar generando procesos de formación en educación socioemocional, activación de rutas y protocolos y en acciones encaminadas a la identificación de riesgos psicosociales,** donde se incluyan tanto a niñas, niños y adolescentes como a madres, padres, personas cuidadoras y docentes.
- Para lograr acciones preventivas consolidadas, **se necesita que cada integrante de las instituciones educativas, reconozca su papel fundamental como parte de una gran red de apoyo comunitaria** frente a este tipo de situaciones que afectan a niñas, niños y adolescentes.

## Referencias bibliográficas

- ALey 1616 de 2013, *Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones*. 21 de enero del 2013 D.O. No. 48.680
- Ministerio de Salud y protección Social (2018) Política Nacional de Salud Mental. En: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/politica-nacional-salud-mental.pdf>
- Muñoz, M., Ausín, B., & Pérez-Santos, E. (2007). *Primeros auxilios psicológicos: protocolo ACERCARSE*. *Psicol. conduct*, 479-505.
- Organización Mundial de la Salud. (2012). *Primera ayuda psicológica: Guía para trabajadores de campo, los auxilios psicológicos*.
- Ribeiro, Beatriz Maria Dos Santos Santiago, Scorsolini-Comin, Fabio, & Dalri, Rita de Cassia de Marchi Barcellos. (2020). *Being a professor in the context of the COVID-19 pandemic: reflections on mental health*. *Index de Enfermería*, 29(3), 137-141. Epub 25 de enero de 2021. Recuperado en 16 de junio de 2021, de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-129620200002000008&lng=es&tlng=en](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-129620200002000008&lng=es&tlng=en).
- Slaikue, K.A. (1996). *Intervención en crisis*. Manual para práctica e investigación. Segunda Edición. Manual Moderno.

## Línea temática 4.

# Promoción de los derechos sexuales y reproductivos y prevención de las violencias basadas en género y violencias sexuales

Frente a las violencias basadas en género y los mecanismos para prevenirlas, encontramos en primer lugar, que las y los docentes orientadores, consideran que existen condiciones estructurales que se basan en el sexismo que históricamente ha dado un único lugar a hombres y a mujeres en función de representaciones sociales (estereotipos y roles de género) clasificadas de manera binaria (solo hay lugar para hombres y mujeres), y que generan desigualdad y segregación hacia las mujeres y personas diversas.

El sexismo se reproduce a través de la cultura, la comunicación y la espiritualidad. Es decir que, en nuestras formas de relacionarnos y el entretenimiento que consumimos, se perpetúan relaciones de poder que profundizan desigualdades y son justificadas en el “deber ser” que marcan los mencionados roles de género. Teniendo en cuenta lo anterior, las y los docentes orientadores proponen cuatro (4) focos de intervención para la prevención de las violencias basadas en género en el contexto escolar:

| ACTORES                | ACCIONES  |
|------------------------|---|
| <p><b>Docentes</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Generar reflexiones que pongan en cuestión aspectos culturales que respaldan las violencias, a través del desarrollo de las capacidades socioemocionales y ciudadanas: comunicación, participación, pensamiento crítico y creatividad e innovación.</li> <li>• Potenciar espacios para encontrar alternativas de relacionamiento (en contra posición al relacionamiento sexista), a partir de procesos de reconocimiento de la individualidad y así pensar en transformaciones colectivas.</li> <li>• Promover relaciones basadas en la sororidad, es decir, relaciones en las que logremos reconocer las desigualdades sociales originadas a partir del sexismo y desde la empatía, generar alianzas y apoyo entre mujeres en situaciones de opresión. Lo anterior, en línea con las capacidades socioemocionales de sensibilidad y gestión emocional y pensamiento crítico.</li> <li>• Generar preguntas en la interpretación de la realidad con el fin de contrastar el sexismo y sus estereotipos representativos, observando así la influencia del género en las oportunidades y las formas de relacionamiento.</li> <li>• Promover espacios de sensibilización sobre las violencias basadas en género (¿qué son? ¿por qué se dan? ¿cómo cambiarlas?).</li> </ul> |
| <p><b>Familia</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover alternativas de relacionamiento y cambios en la interpretación de la realidad (en contra posición al sexismo), teniendo como insumo el relacionamiento con base en la sororidad. Para lograrlo, es necesario generar espacios de comunicación y participación, que tenga en cuenta las identidades y flexibilice las formas en las que comprendemos la autoridad.</li> <li>• Facilitar espacios de participación social con el fin de generar acciones comunitarias.</li> <li>• Encontrar espacios para el reconocimiento de diversidades y subjetividades.</li> </ul>  |



| ACTORES                       | ACCIONES   |
|-------------------------------|--|
| <b>Estudiantes</b>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>Fortalecer capacidades socioemocionales y ciudadanas relacionadas con comunicación, pensamiento y memoria crítica (en el reconocimiento de la lucha por los derechos), la capacidad de creatividad e innovación (para encontrar otras formas de relacionarnos), y la participación.</li> <li>Promover la sororidad que implica relaciones en las que logremos reconocer las desigualdades sociales con origen sexista y nos convirtamos en aliadas para reconocer la emocionalidad, necesidades y apoyo que la otra necesita. Lo anterior a través de capacidades como: sensibilidad y gestión emocional, y pensamiento crítico.</li> <li>Sensibilizar a las y los estudiantes sobre los tipos de violencias basadas en género de la cotidianidad.</li> <li>Promover espacios de participación social, en tanto se tengan en cuenta las iniciativas que proponen las y los estudiantes y se les apoye en el desarrollo e implementación de estas.</li> <li>Facilitar espacios para el reconocimiento de diversidades y subjetividades.</li> </ul> |
| <b>Integración curricular</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Transformar el currículo a partir de prácticas investigativas que se enfoquen en la comprensión del género como eje de análisis de las relaciones sociales, así, como la flexibilización e innovación de las formas de relacionamiento actuales.</li> </ul>   |

Teniendo en cuenta lo anterior, a continuación presentamos una serie de actividades que pueden ser desarrolladas, adaptadas y complementadas para realizarse en los diferentes espacios académicos y convivenciales.

## Actividad 1. Derrumbando estereotipos

|   |  |
|---|--|
| <p><b>¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas a fortalecer?</b></p> | <p>Participación.<br/>Comunicación.<br/>Creatividad e innovación.<br/>Pensamiento y memoria crítica.<br/>Identidades.</p>  |
| <p><b>¿Qué es lo que queremos transformar en nuestra escuela?</b></p>                 | <p>Queremos transformar ideas, prejuicios, y creencias de rechazo por desconocimiento en relación con el género, al reconocer relaciones de poder desigualdades, y cuestionando las normas y estereotipos en los que se fundamentan.</p>   |
| <p><b>¿Cuáles áreas de gestión escolar podrían facilitar?</b></p>                     | <p>Área de gestión académica - Docentes directores de grupo, docentes de diferentes áreas del conocimiento y docentes orientadores (as).</p>   |
| <p><b>¿A quiénes va dirigida la herramienta?</b></p>                                  | <p>Área de gestión comunitaria.<br/>Área de gestión académica - Docentes directores de grupo, docentes de diferentes áreas del conocimiento y docentes orientadores (as) y estudiantes de ciclos 3, 4 y 5.</p>   |
| <p><b>¿Cuánto tiempo vamos a necesitar?</b></p>                                       | <p>Dos (2) horas.</p>  |
| <p><b>Breve descripción de la herramienta</b></p>                                     | <p>Realizaremos una exploración de las ideas preconcebidas que tenemos sobre los estereotipos de género.<br/><br/>Posteriormente, revisaremos conceptos como género, sexo, identidad de género, orientación sexual, y estereotipos de género. En el siguiente momento, cuestionaremos normas en cuanto a los roles y estereotipos de género, que hemos experimentado en nuestra cotidianidad. Mientras que, con el fin de sistematizar los saberes, realizaremos un ejercicio de registro escrito y dialógico donde compartiremos las reflexiones, compromisos y propuestas generadas en el espacio.</p> |

### Incitando ideas

**Tiempo requerido:** 30 minutos

#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Video beam.</li> <li>2. Enlace para el ingreso al <i>Kahoot</i>.</li> <li>3. Paletas verdes y rojas.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Computador con acceso a internet.</li> <li>2. Enlace para el ingreso al <i>Kahoot</i>.</li> <li>3. Plataforma videoconferencia.</li> </ol> |

#### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** Realizaremos un juego en el que cada persona levantará una paleta (verdad - verde o falso - rojo) de acuerdo con las siguientes afirmaciones, mientras que en la virtualidad, el ejercicio también se podrá realizar por medio de la plataforma *Kahoot*.





## AFIRMACIONES

- Debemos vestir a las niñas con colores claros y con vestidos para que se vean más femeninas y bonitas.
- Los hombres son caballeros cuando pagan siempre la cuenta.
- Daniel es un maravilloso papá porque cuida a su hija en sus tiempos libres.
- Las mujeres deben ser claras con los hombres desde el principio, para no “friendzoniarlos” (Termino para indicar que se ha rechazado la propuesta romántica de alguien).
- En el colegio, yo me llevo mejor con los hombres que con las mujeres, son muy chismosas y el salón parece una cocina.
- En la casa mandan las mujeres.
- Si no te cela, no te quiere.
- Es deber de los hombres ayudar a sus esposas, madres y hermanas con las tareas del hogar.
- Debes ser fuerte como un varón.
- Yo respeto a las mujeres porque tengo mamá y hermanas.
- Los niños no deben jugar con muñecas, porque crecen mariquitas.
- En una entrevista de trabajo es necesario preguntar a las mujeres por sus hijos o intenciones de tenerlos.
- Llorar es de nenas.

**2.** Una vez hemos respondido las preguntas, abriremos el diálogo a partir de las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿Qué concepciones nuestras se reflejaron en el ejercicio?
- ¿Cuáles creemos que son las ideas, mitos y prejuicios más comunes alrededor del género?

**3.** Recogeremos las reflexiones que surjan de las personas que voluntariamente deseen compartir sus pensamientos y sentires.

## Pensarse y pensarnos

**Tiempo requerido:** 30 minutos

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial   | Actividad Virtual   |
|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Computador.</li> <li>2. <i>Video beam</i>.</li> <li>3. Videos recomendados (previamente descargados en caso de no contar con internet):               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estereotipos y roles de género. Disponible en: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=d36phzZib90">https://www.youtube.com/watch?v=d36phzZib90</a></li> <li>• Roles y estereotipos de género. Disponible en: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=K6wnjAaPe5g">https://www.youtube.com/watch?v=K6wnjAaPe5g</a></li> </ul> </li> <li>4. Presentación de Microsoft PowerPoint.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Videos recomendados (previamente descargados en caso de no contar con internet):               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estereotipos y roles de género. Disponible en: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=d36phzZib90">https://www.youtube.com/watch?v=d36phzZib90</a></li> <li>• Roles y estereotipos de género. Disponible en: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=K6wnjAaPe5g">https://www.youtube.com/watch?v=K6wnjAaPe5g</a></li> </ul> </li> <li>2. Presentación de Microsoft PowerPoint.</li> </ol> |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Reproduciremos uno de los videos recomendados en la caja de materiales sobre estereotipos de género.
2. Dialogaremos acerca de los roles de género tradicionales a partir de las reflexiones y sentires que despertó el video.
3. Abordaremos definiciones básicas sobre el género, diferenciándolo de otros términos como sexo, identidad y orientación sexual, teniendo en cuenta la siguiente conceptualización propuesta por Profamilia (2021):

| Concepto                   | Definición  |
|----------------------------|---|
| <b>Sexo biológico</b>      | Características biológicas y físicas usadas típicamente para asignar el género al nacer, como: cromosomas, niveles hormonales, genitales externos e internos y los órganos reproductores.   |
| <b>Género</b>              | Construcción social, cultural y psicológica que "determina" el concepto de mujer, hombre y de otras categorías no binarias o normativas. Es la conceptualización de nuestra identidad y nuestros comportamientos.   |
| <b>Identidad de género</b> | Es la percepción y manifestación personal del género. Es decir, cómo se identifica alguien independientemente de su sexo biológico y la asignación de género que le dieron desde su nacimiento a través de patrones de crianza. La identidad de género puede fluir entre lo masculino y femenino, no existe una norma absoluta que lo defina. |

| Concepto                      | Definición  |
|-------------------------------|---|
| <b>Orientaciones sexuales</b> | Se reconoce como el patrón de atracción sexual, erótico o amoroso hacia un determinado grupo de personas definidas por su género o su sexo. Es importante mencionar, que las orientaciones sexuales son totalmente independientes de la identidad de género de cada individuo, es decir que ésta no define hacia quiénes nos sentimos atraídos.   |
| <b>Estereotipo de género</b>  | <p>“Son aquellas ideas, prejuicios, creencias y opiniones preconcebidas que conforman el modelo femenino y masculino, impuestas por el medio social y la cultura patriarcal que se aplican de forma general a todas las mujeres y hombres en función de su sexo biológico.” (Comité Distrital de Convivencia Escolar (CDCE, 2022).</p> <p>De esta forma, los estereotipos de género son aquellos rasgos y creencias que atribuyen características a mujeres y varones como grupos con diferencias sexuales y de género. Dichas diferencias se expresan en las formas de ser y sentir; en las funciones, tareas y responsabilidades que se han naturalizado a causa del rol que enmarca a los géneros femenino o masculino; y en la asignación de los espacios privados y públicos, que han tenido relación con los roles reproductivos y productivos respectivamente.</p> |

### Fortaleciendo saberes y redes

**Tiempo requerido:** 40 minutos

#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>Hojas.</li> <li>Marcadores.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>Plataforma de videoconferencias con la posibilidad de separar por salas.</li> </ol> |

#### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** De acuerdo con lo trabajado, pensaremos en frases o dichos que nos recuerden la forma en que desde nuestra crianza se nos enseñó cómo debería ser mujer u hombre. Por ejemplo:

*“Las niñas no deben ser bruscas”*  
*“Los hombres de verdad no lloran”*  
*“No sea niña”*  
*“Eso no se ve bien en una mujer”*  
*“el hombre propone y la mujer dispone”*

**2.** Escribiremos cada frase en un papel, y las introduciremos en una bolsa.

**3.** Organizaremos grupos de máximo seis (6) personas y en cada grupo tomaremos una de las frases o refranes que se identificaron en plenaria.

4. A partir de la frase, construiremos en grupo una historia que represente el mensaje de nuestra frase y la presentaremos ante las demás personas participantes por medio de un sociodrama, una canción, un cuento, o cualquier otra expresión artística.

5. Después de las presentaciones preguntaremos al grupo:

- ¿Qué piensan de ese dicho o frase?
- ¿Qué elementos de esas palabras o frases encuentran en sus propias historias?

6. Reflexionaremos sobre cómo podemos transformar estos estereotipos y roles de género identificados a partir de la crianza en la familia, la sociedad y la cultura.

### Reconstruyendo saberes

**Tiempo requerido:** 30 minutos

#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Papel iris.</li> <li>2. Papel Kraft.</li> <li>3. Marcadores.</li> <li>4. Esferos</li> <li>5. Cinta adhesiva.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Link plataforma <i>Mentimeter</i>.</li> </ol> |

#### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Realizaremos una retroalimentación de lo trabajado, pasando por cada uno de los momentos y sus respectivas reflexiones. Para ello, dibujaremos tres (3) veces la silueta de nuestra mano en diferentes colores de papel iris y escribiremos en cada una de estas, respectivamente:

- *Silueta 1:* ¿qué fue lo que más resonó en nosotros a través de las actividades? ¿qué aprendizajes nos llevamos para la vida?
- *Silueta 2:* ¿a qué nos comprometemos para no reproducir estereotipos de género? teniendo en cuenta nuestras propias vivencias.
- *Silueta 3:* ¿de qué manera nos gustaría que se trabajara este tema en el colegio? ya sea con padres y madres, con docentes o con estudiantes.

2. Pegaremos en el papel Kraft cada una de las siluetas, y cada uno decidirá si lo hace de manera anónima o con su nombre.

3. Por último, compartiremos voluntariamente nuestros aprendizajes, compromisos y propuestas en una mesa redonda.

#### Recomendaciones:

Es importante recoger las reflexiones y análisis que surgen para identificar los estereotipos de género más comunes dentro de nuestra comunidad educativa.

## Actividad 2. Sistema sexo - género

|   |   |
|---|---|
| <p><b>¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas a fortalecer?</b></p> | <p>Participación.<br/>Comunicación.<br/>Identities.<br/>Pensamiento y memoria crítica.</p>  |
| <p><b>¿Qué es lo que queremos transformar en nuestra escuela?</b></p>                 | <p>Profundizaremos sobre los conceptos del sistema sexo género en cuestiones de identidad de género y orientación sexual.</p>   |
| <p><b>¿Cuáles áreas de gestión escolar podrían facilitar?</b></p>                     | <p>Área de gestión comunitaria.<br/>Área de gestión académica - Docentes directores de grupo, docentes de diferentes áreas del conocimiento y docentes orientadores (as) y estudiantes ciclo 3, 4 y 5.</p>  |
| <p><b>¿A quiénes va dirigida la herramienta?</b></p>                                  | <p>Área de gestión comunitaria.<br/>Área de gestión académica - Docentes directores de grupo, docentes de diferentes áreas del conocimiento, docentes orientadores (as) y estudiantes ciclo 3, 4 y 5.</p>   |
| <p><b>¿Cuánto tiempo vamos a necesitar?</b></p>                                       | <p>Dos (2) horas.</p>   |
| <p><b>Breve descripción de la herramienta</b></p>                                     | <p>Esta herramienta se basa en una apuesta de reflexión y acción para generar respuestas de forma colectiva a situaciones de discriminación por identidad de género.</p> <p>Para cumplir este propósito, abordaremos ¿Qué sabemos sobre el sistema sexo género? Posteriormente, problematizaremos nuestros prejuicios sobre el sistema sexo - género en cuestiones de identidad de género y orientación sexual y finalmente, construiremos estrategias para identificar formas de discriminación por diversidad sexual a través de un estudio de caso sobre infancias trans, lo cual se concretará en ejercicios colectivos frente a situaciones de discriminación.</p> |

### Incitando ideas

**Tiempo requerido:** 30 minutos

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial   | Actividad Virtual  |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kahoot.</li> <li>2. Video beam.</li> <li>3. Computador.</li> <li>4. Sonido.</li> <li>5. Paletas verdes y rojas.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kahoot.</li> </ol> |





### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Realizaremos un juego en el que cada persona tendrá una paleta con la que indicarán "Verdadero-verde" o "Falso-rojo" según sea el caso. Mientras que, en la virtualidad lo haremos a través de un Kahoot con las mismas opciones. Las afirmaciones estarán relacionadas con conceptos básicos: sexo, género, orientación sexual, identidad de género, sexualidad, corporalidad.

#### AFIRMACIONES

- Eso de ser gay es contagioso.
- Es una machorra porque es fea.
- La homosexualidad es una enfermedad.
- Las trans no son mujeres.
- Tú me dijiste que era lesbiana, parece normal.

2. Generaremos reflexiones frente a las confusiones más comunes de estos conceptos y recogeremos las afirmaciones que han tenido mayor recordación.

#### Pensarse y pensarnos

**Tiempo requerido:** 40 minutos

#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial          | Actividad Virtual             |
|-------------------------------|-------------------------------|
| 1. Presentación de PowerPoint | 1. Presentación de PowerPoint |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Abordaremos los conceptos básicos acerca del sistema Sexo-Género y la Sexualidad:



| Sexualidad   | Sexo   | Género  |
|--|--|---|
| <p>Es una construcción social y simbólica que involucra aspectos emocionales, comportamentales, cognitivos, relacionales y comunicativos que caracterizan a cada persona.</p> <p>Esta construcción puede incluir aspectos culturales, económicos y emocionales determinantes para la personalidad y las relaciones sociales.</p> | <p>Existen dos definiciones de esta categoría, la primera desde una perspectiva biológica plantea que el sexo se refiere a las características genéticas del cuerpo, por lo que, clasifican a los seres humanos como hombre, mujer e intersexual. (SIVIGE: Sistema Integrado de Información sobre Violencias de Género, 2016)</p> <p>Desde otra mirada, se plantea que el sexo es una “categoría construida social y culturalmente, a partir de la cual, desde discursos biológicos y médicos se clasifican e interpretan los cuerpos de las personas en: mujeres (cuerpos con vagina) y hombres (cuerpos con pene). Sin embargo, este binarismo sexual invisibiliza la diversidad de los cuerpos que no necesariamente se ubican en estos dos lugares, dado que hay casos en los que las personas nacen o descubren en alguna etapa de su vida un estado intersexual, es decir presenta caracteres sexuales primarios y secundarios de ambos sexos. Quien en su cuerpo presenta genitales, cromosomas, u hormonas asociadas usualmente a cuerpo de hombre y de mujer, de forma simultánea.”</p> <p>(CDCE, 2022)</p> | <p>La categoría género está relacionada con los roles, las características y estereotipos definidos por la sociedad que se consideran apropiados para los hombres, las mujeres, los niños, las niñas y las personas con identidades no binarias.</p> <p>Es producto de las relaciones entre las personas y refleja la distribución de poder entre ellas. (OMS), 2018)</p> |

## 2. Abordaremos los conceptos de identidad de género y orientación sexual:

### Identidad de género

Se refiere al reconocimiento que las personas construyen de sí mismas a partir de su género, que puede ser masculino, femenino o las que no se identifican con este binomio.

En los Principios de Yogyakarta se define la identidad de género como “la vivencia interna e individual del género tal como cada persona la siente profundamente, la cual podría corresponder o no con el sexo asignado al momento del nacimiento, incluyendo la vivencia personal del cuerpo, (que podría involucrar la modificación de la apariencia o la función corporal a través de medios médicos, quirúrgicos o de otra índole, siempre que la misma sea libremente escogida) y otras expresiones de género, incluyendo la vestimenta, el modo de hablar y los modales.” (Principios de Yogyakarta, 2007).

A las identidades de género hegemónicas en la sociedad, es decir, aquellas en las que existe una correspondencia entre quienes nacen con un sexo de hembra y se identifican como mujeres y quienes nacen con un sexo de macho se identifica como hombres, se les denomina como cisgénero y a quienes construyen identidades de género no correspondientes a lo que se espera socialmente de ellas (quienes nacen con un sexo de hembra y se identifican a sí mismas como hombres y quienes nacen con un sexo de macho y se identifican a sí mismas como mujeres) se les denomina como transgénero. Estas identidades son concebidas socialmente como transgresoras y su vivencia ha estado históricamente sujeta a actos discriminatorios y violentos (Martínez y Rayo, 2019).

**Personas trans:** se refiere a las personas cuya vivencia personal del género no es la que socialmente se considera propia del sexo que le fue asignado al nacer. Es decir, personas que al nacer fueron asignadas al sexo femenino y se identifican a sí mismas como hombres (hombres trans), y personas que al nacer fueron asignadas al sexo masculino y se identifican a sí mismas como mujeres (mujeres trans) (Martínez y Rayo, 2019).

### Orientación Sexual

Se refiere a la atracción afectiva, erótica o sexual de una persona hacia otras, según el género/sexo de las personas hacia las que se orienta el deseo. De esta forma y de acuerdo con esta atracción se reconocen principalmente estas categorías:

| Heterosexual   | Homosexual   | Bisexual   | Asexual  |
|--|--|--|--|
| Personas que se sienten atraídas erótica, sexual y afectivamente por personas del sexo o género opuesto. | Personas que se sienten atraídas erótica, sexual y afectivamente hacia personas de su mismo sexo o género. | Personas que sienten atracción erótica, sexual y afectiva hacia hombres y mujeres. | Personas que no se sienten atraídas, erótica, sexual o afectivamente hacia otras personas. |

## Fortaleciendo saberes y redes

**Tiempo requerido:** 50 minutos

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Video "Luna, la niña trans que luchó por su reconocimiento de género", previamente descargado: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=-UTVN-SMQcU">https://www.youtube.com/watch?v=-UTVN-SMQcU</a></li> <li>2. Video beam.</li> <li>3. Hojas blancas o recicladas.</li> <li>4. Marcadores.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Video "Luna, la niña trans que luchó por su reconocimiento de género".</li> <li>2. Padlet.</li> <li>3. Plataforma videoconferencia que permita hacer salas de encuentro.</li> </ol> |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. A partir de la reflexión sobre las situaciones de discriminación por identidad de género que se presentan en la escuela, observaremos el video de "Luna, la niña trans que luchó por su reconocimiento de género" (6 minutos).
2. Luego, nos organizaremos en grupos de máximo 6 personas. Mientras que, en la **virtualidad** podremos socializar en un enlace de Padlet por las salas con igual número de personas.
3. Posteriormente, comentaremos en los grupos el proceso de Luna y su mamá, así como las barreras encontradas en su proceso de transición. Comentaremos al grupo en plenaria las situaciones específicas (guardando el derecho a la intimidad de menores de edad) en diferentes instituciones educativas.
4. Haremos una lista de las situaciones que llamen la atención sobre este proceso:
  - ¿Qué pasó con Diego?
  - ¿Cuáles fueron las acciones de discriminación y sus respectivos escenarios?
5. Construiremos recomendaciones pedagógicas que puedan ser útiles, respetuosas y amorosas con las infancias trans, sus familias y las comunidades de las que hacen parte, para mitigar las acciones discriminatorias.

## Reconstruyendo saberes

**Tiempo requerido:** 40 minutos

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Insumos del momento anterior.</li> <li>2. Papelógrafo o tablero para recoger los aprendizajes.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Padlet.</li> <li>2. Jamboard o diapositivas de Microsoft Power Point.</li> </ol> |

## Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Nos ubicaremos en disposición para desarrollar una plenaria, ya sea presencial o virtual, donde por grupos socializaremos lo discutido anteriormente (es recomendable considerar algunos acuerdos de respeto de la palabra).
2. Solicitaremos nuestros puntos de vista, mientras una persona voluntaria tomará nota en un papelógrafo, tablero, u hoja, de las ideas fuerza de cada una de las intervenciones, intentando hilar colectivamente lo que finalmente serán las soluciones-compromisos-acuerdos que como comunidad educativa se deben tener en cuenta para prevenir la discriminación. En la **virtualidad** podrá ser a través de una diapositiva o tablero proyectado.
3. Finalmente, recogeremos a modo de conclusión lo que colectivamente identificamos y proponemos como apuestas para la prevención de la discriminación y las violencias basadas en género.

## Recomendaciones

El principio de corresponsabilidad colectiva es una de las claves para trascender la distancia cuando se tiene un caso de discriminación, es importante recoger todos los elementos que las personas participantes puedan aportar para construir comunidades libres de violencias.

Es importante mencionar que la discriminación por identidad de género es un problema colectivo donde todas las personas somos responsables de generar espacios afectivos y libres de prejuicios.

De esta forma, es importante tener en cuenta que el género y sexualidad son una construcción social y, por lo tanto, la escuela como lugar de transformación social y cultural, debe estar abierta al diálogo sobre la diversidad y comprometerse con la eliminación de la transfobia y otras formas de violencia y discriminación. Esto significa incluir en el currículo perspectivas enriquecedoras sobre la diversidad sexual.

## Actividad 3. Tipos de violencias

|  |   |
|--|---|
| <b>¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas a fortalecer?</b> | Participación.<br>Comunicación.<br>Creatividad e innovación.<br>Pensamiento y memoria crítica.  |
| <b>¿Qué es lo que queremos transformar en nuestra escuela?</b>                 | Transformaremos las ideas que tenemos sobre las violencias basadas en género, presentando conceptos y tipologías relacionadas con este tipo de violencias.  |
| <b>¿Cuáles áreas de gestión escolar podrían facilitar?</b>                     | Área de gestión comunitaria.<br>Área de gestión académica - Docentes directores de grupo, docentes de diferentes áreas del conocimiento y docentes orientadores (as).   |
| <b>¿A quiénes va dirigida la herramienta?</b>                                  | Área de gestión comunitaria.  |
| <b>¿Cuánto tiempo vamos a necesitar?</b>                                       | Dos (2) horas.  |
| <b>Breve descripción de la herramienta</b>                                     | <p>Realizaremos una exploración de las ideas que tenemos sobre las violencias basadas en género. Posteriormente, presentaremos las características de este tipo de violencias diferenciando entre violencia física, psicológica, económica y sexual.</p> <p>Para el siguiente momento propiciaremos un espacio donde identifiquemos la violencia sexual a través de la presentación de mitos y concepciones alrededor de este tipo de violencia.</p> <p>Con el fin de llevar los saberes a la práctica, realizaremos un ejercicio donde se evidencien propuestas y herramientas de prevención, y a partir del diálogo compartiremos las transformaciones y reflexiones generadas en el espacio.</p> |

### Incitando ideas

**Tiempo requerido:** 30 minutos

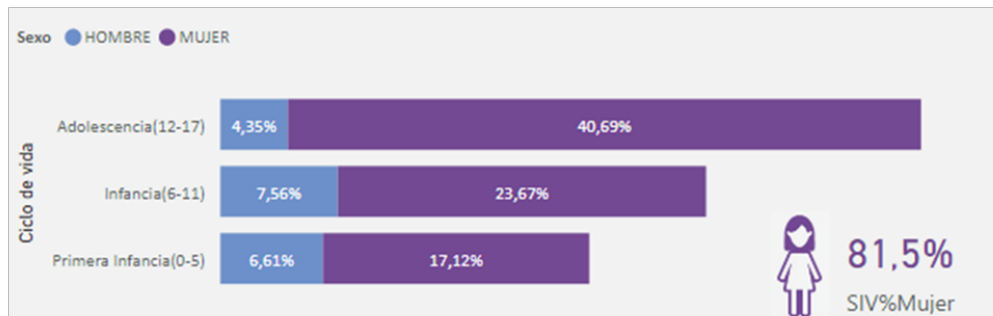
#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diapositivas de Microsoft PowerPoint con Estadísticas.</li> <li>2. Preguntas orientadoras (Paso 1).</li> <li>3. Tablero o papelógrafo.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diapositivas de Microsoft PowerPoint con Estadísticas.</li> <li>2. Preguntas orientadoras (Paso 1).</li> </ol> |

## Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Iniciaremos el espacio con las siguientes preguntas orientadoras:
  - ¿Qué son las violencias basadas en género?
  - ¿Por qué es importante hablar de forma diferenciada acerca de las violencias basadas en género?
2. Recogeremos las reflexiones o intervenciones a modo de lluvia de ideas en el tablero o papelógrafo.
3. Revisaremos las reflexiones a la luz de estadísticas que muestran la diferenciación de las violencias basadas en género; estas estadísticas hacen referencia a:

### Violencia sexual: Porcentaje de Casos según sexo y ciclo vital 2020



Fuente: SIVIGILA, 2020

### Cifras de brecha salarial y desempleo 2020

#### BRECHA SALARIAL

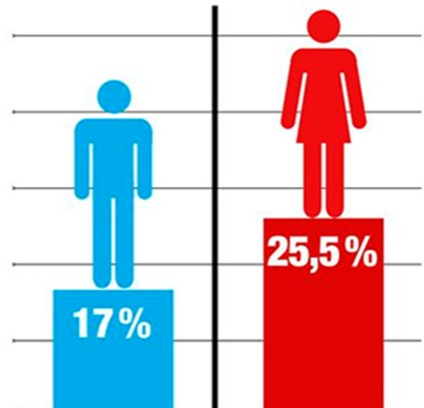
En el primer cargo profesional una mujer gana 30 % menos que un hombre.



FUENTE: BOLETÍN ESTADÍSTICO EMPoderAMIENTO ECONÓMICO DE LAS MUJERES EN COLOMBIA, REALIZADO POR EL DANE Y ONU MUJERES \*Gráfica 2

#### DESEMPLEO

A mitad de 2020 la tasa de desempleo se consolidaba así:



FUENTE: MAYO - JUNIO 2020, DANE

Fuente: DANE-ONU MUJERES, 2020

**Pensarse y pensarnos**

**Tiempo requerido:** 30 minutos

**¿Qué necesitaremos?**

| Actividad Presencial   | Actividad Virtual  |
|--|--|
| 1. Diapositivas en Microsoft PowerPoint.<br>2. Video "los ayudadores" previamente descargado, disponible en: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=N4IW0GT0txU">https://www.youtube.com/watch?v=N4IW0GT0txU</a> | 1. Diapositivas PowerPoint<br>2. Video "los ayudadores". |

**Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?**

1. A partir de las reflexiones del momento anterior, analizaremos el Iceberg de violencias basadas en género:

**El Iceberg de las Violencias Basadas en Género**

En este Iceberg de las Violencias Basadas En Género se representan las formas en las que se dan las violencias perceptibles a la vista como: el asesinato, la agresión física, la violación, el abuso sexual, los gritos, amenazas, insultos, y las invisibles a los ojos de los demás: las humillaciones, el desprecio, el chantaje emocional, la culpa y las formas sutiles que se han naturalizado como la publicidad y el humor sexista.



Fuente: Amnistía Internacional, 2015.



2. Luego, observaremos el video “Los ayudadores” que evidencia prácticas machistas en las dinámicas familiares.
3. Daremos unos minutos para reflexionar colectivamente frente a los pensamientos y sentires que pudo generar el video.
4. Abordaremos la conceptualización sobre la tipología de violencias diferenciando entre la física, psicológica, económica y sexual:

### Tipos de violencias contra las mujeres

Según la Ley 1257 de 2008, los tipos de violencias contra las mujeres son:

- **Violencia física:** Se puede expresar a través de toda clase de golpes, empujones, bofetadas, patadas, quemaduras o ataques con armas, objetos, ácidos u otros líquidos.
- **Violencia psicológica:** Toda clase de insultos, humillaciones, chantajes, descalificaciones, celos extremos o intentos de control son una manifestación de este tipo de violencia.
- **Violencia sexual:** Incluye manoseos, acoso, relaciones sexuales o actos de tipo sexual en contra de la voluntad. La OMS (2018) define la violencia sexual como: “todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de esta con la víctima, en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo. Comprende la violación, que se define como la penetración, mediante coerción física o de otra índole, de la vagina o el ano con el pene, otra parte del cuerpo o un objeto, el intento de violación, los tocamientos sexuales no deseados y otras formas de violencia sexual sin contacto”.
- **Violencia económica:** Hace referencia a las limitaciones y controles para el uso del dinero, el incumplimiento de obligaciones económicas con los hijos e hijas, el control abusivo de las finanzas, etc.
- **Violencia patrimonial:** La destrucción de instrumentos de trabajo, las restricciones para el uso de pertenencias y la retención de documentos personales son manifestaciones de este tipo de violencia.

### Fortaleciendo saberes y redes

**Tiempo requerido:** 30 minutos

#### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial                     | Actividad Virtual                        |
|--|--|
| 1. Presentación de Microsoft PowerPoint. | 1. Presentación de Microsoft PowerPoint. |

#### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Iniciaremos leyendo una serie de preguntas relacionadas con mitos alrededor de la violencia sexual:

## Mitos sobre Violencia Sexual

- La violencia sexual solo les ocurre a las niñas y a las mujeres.
- Quienes violentan sexualmente suelen ser personas desconocidas para la víctima.
- La violencia sexual solo ocurre cuando hay contacto físico.
- Si realmente no quisiera que pasara se hubiera resistido, es muy fuerte y podía detenerlo.
- Los ciberacosadores solo atacan a niñas y niños pequeños que son muy inocentes.
- Si la persona no recuerda los detalles del abuso puede estar confundiendo lo que sucedió.
- Si se quiere prevenir cualquier tipo de violencia sexual las jóvenes deben evitar acudir a lugares solos y oscuros.
- Una estrategia de prevención de la violencia sexual es evitar usar ropa llamativa.
- Si le envió esa foto desnuda, que se aguante que todo el mundo la vea.
- Todos los hombres que sufrieron un abuso de niños se convierten irremediamente en violadores o gays.
- Quienes hacen grooming siempre se hacen pasar por niñas o niños.
- Es lindo que les digan a las mujeres cosas en la calle para que se sientan valoradas y bonitas.
- Que las personas trans entren al baño de mujeres aumenta el riesgo de abuso sexual.

---

**2.** Una vez leídas las afirmaciones, abriremos el diálogo en la reflexión sobre las mismas y discutiremos los mitos alrededor de la violencia sexual, principalmente haciendo referencia a los siguientes mitos:

- La violencia sexual es provocada por la víctima.
- Las agresiones sexuales las cometen exclusivamente desconocidos para la víctima.
- La violencia sexual ocurre únicamente en lugares solitarios, en la oscuridad y a altas horas de la noche.
- La violencia sexual es fácil de detectar.
- Las niñas y niños generalmente mienten cuando señalan que están siendo víctimas de violencia sexual.
- La violencia sexual se da únicamente cuando ocurre un acceso carnal.

**3.** Conceptualizaremos la violencia sexual (diferenciando el acceso carnal, el acoso sexual, actos sexuales y la ESCNNA).

## Reconstruyendo saberes

**Tiempo requerido:** 30 minutos

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial                     | Actividad Virtual                        |
|--|--|
| 1. Presentación de Microsoft PowerPoint. | 1. Presentación de Microsoft PowerPoint. |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. De acuerdo con la información presentada hasta el momento, formularemos acciones para prevenir la violencia sexual.
2. Recogeremos las acciones y herramientas para la prevención, teniendo en cuenta 6 pasos principales:
  - Ayudar a los niños y niñas a identificar las señales de alarma.
  - Discriminar entre diversas conductas (etiquetadas como buenas, malas, confusas).
  - Potenciar su derecho a rechazar contactos no deseados.
  - Fomentar la búsqueda de ayuda a través de adultos de confianza.
  - Evitar el compromiso de guardar secretos.
  - Evitar los sentimientos de culpa si han sido víctimas de abusos.
3. Abriremos un espacio de reflexión sobre las temáticas abordadas y nuestro papel activo en la prevención y atención con respecto a las violencias basadas en género en los diferentes ámbitos en los que se desenvuelven los/las estudiantes.

## Actividad 4. Nuevas masculinidades y sororidad

|  |  |
|--|--|
| <b>¿Cuáles son las capacidades socioemocionales y ciudadanas a fortalecer?</b> | Participación.<br>Creatividad e innovación.<br>Pensamiento y memoria crítica.  |
| <b>¿Qué es lo que queremos transformar en nuestra escuela?</b>                 | Reconoceremos los preconceptos acerca de la masculinidad y la rivalidad entre mujeres, construyendo colectivamente alternativas a estos comportamientos cotidianos.  |
| <b>¿Cuáles áreas de gestión escolar podrían facilitar?</b>                     | Área de gestión académica - Docentes directores de grupo, docentes de diferentes áreas del conocimiento, docentes orientadores (as) y estudiantes ciclos 3 y 4.  |
| <b>¿A quiénes va dirigida la herramienta?</b>                                  | Área de gestión académica - Docentes directores de grupo, docentes de diferentes áreas del conocimiento, docentes orientadores (as) y estudiantes ciclos 3 y 4.  |
| <b>¿Cuánto tiempo vamos a necesitar?</b>                                       | Dos horas y media.   |
| <b>Breve descripción de la herramienta</b>                                     | <p>Realizaremos una exploración sobre las ideas preconcebidas que tenemos acerca de las características que se le ha otorgado a la masculinidad, así como acerca de la manera como se da el relacionamiento entre mujeres. Posteriormente, exploraremos conceptos centrales como la masculinidad hegemónica, nuevas masculinidades y sororidad.</p> <p>Teniendo en cuenta las reflexiones generadas hasta el momento y la introducción de los conceptos mencionados, identificaremos acciones concretas para cambiar la forma como nos relacionamos, encontrando alternativas.</p> <p>Con el fin de sistematizar los saberes obtenidos durante el espacio, realizaremos un ejercicio dialógico que implicará la exposición de las reflexiones personales para la construcción de un producto conjunto.</p> |

### Incitando ideas

**Tiempo requerido:** 30 minutos

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial        | Actividad Virtual           |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 1. Listado de afirmaciones. | 1. Listado de afirmaciones. |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

**1.** Jugaremos a “Yo nunca he”, mostrando nuestros diez dedos arriba, cada vez que escuchemos una afirmación que hemos oído o que hemos dicho, deberemos bajar un dedo. Utilizaremos las siguientes afirmaciones:

### Afirmaciones de "Yo nunca he..."

- Creo que trabajar con mujeres es más difícil que trabajar con hombres porque son chismosas y problemáticas.
- Creo que las chicas deberían volver a sus casas siempre acompañadas por un chico.
- Creo que, si una mujer sale con varios hombres o tiene relaciones sexuales con varios hombres, después no puede quejarse de que le llamen fácil, brincona, zorra o perra.
- Creo que es normal que entre mujeres hablen de sus cuerpos, por ejemplo, si están gordas o flacas, bonitas o feas.
- Creo que los chicos hablan mejor que las chicas, ellos son claros en lo que dicen y ellas se enredan mucho y hablan muy bajito.
- Creo que si veo una mujer desarreglada debo decírselo.
- Creo que los hombres son infieles por naturaleza, es esperable que quieran estar con más de una mujer.
- Creo que es mejor tener amigos hombres que amigas mujeres, ellas son muy dramáticas y problemáticas.
- Creo que los hombres pueden ser mejores líderes porque no son tan emocionales.
- Creo que cuando un hombre es infiel debe ser que la mujer lo provocó.
- Creo que la rivalidad entre mujeres es algo natural, hay siempre que cuidar que la otra no se meta en lo que una tiene.

---

**2.** A partir del ejercicio, discutiremos cómo socialmente hemos construido unas ideas de relacionamiento que nos rivalizan entre mujeres y ponen a los hombres en una posición en la que no pueden expresar sus emociones, cuidar de ellos o de otras personas y deben reafirmar su masculinidad constantemente.

## Pensarse y pensarnos

**Tiempo requerido:** 1 hora.

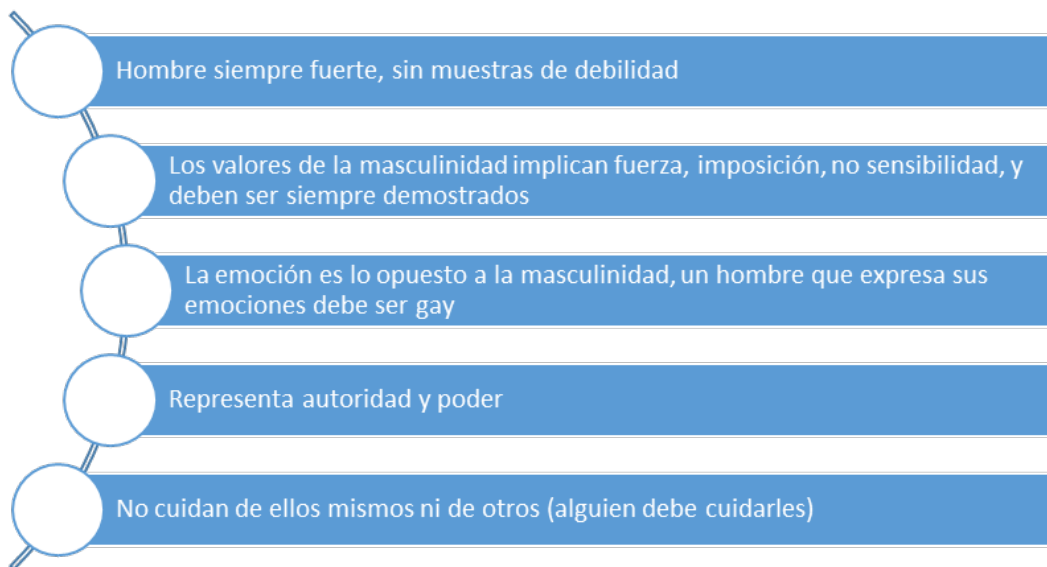
### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial  | Actividad Virtual  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diapositivas de Microsoft PowerPoint.</li> <li>2. Video descargado previamente "la sororidad se hace" Disponible en: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SAC4GjA4fto">https://www.youtube.com/watch?v=SAC4GjA4fto</a></li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diapositivas de Microsoft PowerPoint.</li> <li>2. Video "la sororidad se hace".</li> </ol> |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Reflexionaremos acerca de los conceptos centrales para el cambio: Masculinidad hegemónica, nuevas masculinidades y sororidad.

**Masculinidad hegemónica:** Se han asignado unas características particulares al hombre-tipo:



(Dominguez y Otero, 2018)

La desigual posición de mujeres y de hombres en la sociedad, tal como hemos analizado en los momentos anteriores, genera un desequilibrio de poder entre unos y otras. Y los hombres, en tanto que son la parte beneficiada de ese desequilibrio, ostentan una serie de privilegios solamente por el hecho de ser hombres. Tomando de referencia la clasificación de José Ángel Lozoya, destacamos los siguientes tipos de privilegios:

### Familiares

Los hombres tienen más independencia desde que son niños. Además, son más cuidados que cuidadores, ya que suelen delegar estas tareas y, cuando las hacen, su trabajo es sobrevalorado respecto al que realizan las mujeres.

### Sexuales

La promiscuidad les prestigia y no los estigmatizan, ni la afición al porno, ni el consumo de prostitución. Se les supone el deseo, se espera que tomen la iniciativa y no choca que deleguen en las mujeres la responsabilidad por la anticoncepción. Además, la penetración sigue siendo sinónimo de relación sexual completa.

### Laborales

La división sexual del trabajo hace que las responsabilidades familiares limiten la empleabilidad de las mujeres y que la paternidad incremente la de los hombres. Los hombres sufren menos tasas de desempleo, les cuesta menos ascender y en ocasiones cobran más que las mujeres por el mismo trabajo.

### Sociales

El espacio público ha sido el espacio natural de los hombres y siguen manejándose con comodidad en él: sus opiniones están más valoradas, acaparan el uso de la palabra y tienen redes de confianza con otros hombres, lo cual facilita mantenerse en sus posiciones de poder.

**Nuevas masculinidades:** Cambiar el rol de los hombres en la sociedad y la forma como se ven, se posicionan y promueven privilegios que limitan el lugar de las mujeres en la sociedad es vital para transformar nuestra sociedad, ¿cómo hacerlo?

- **Reconocer el privilegio:** ser conscientes de ello y cuestionarlo. Es decir, convertirse en “esquirolas de género”.
- **Salir de la sombra:** esto supone defender sus posiciones críticas en los espacios cotidianos: el bar, la cuadrilla de amigos, la familia, la oficina...etc.
- **Hacer cambios reales:** implica ponerse metas concretas sobre actitudes a modificar para renunciar de una manera efectiva al privilegio. Normalmente los cambios suelen estar provocados por dos factores: la presión externa (de amigas o parejas feministas) y la voluntad propia (Dominguez & Otero, 2018).

**Sororidad:** Así como a nivel social se promueven masculinidades hegemónicas que mantienen unas condiciones de desventaja entre hombres y mujeres, también se enseña un relacionamiento entre mujeres basado en la rivalidad, la desconfianza y la competencia. En este relacionamiento nos afanan a cuidarnos de otras mujeres.

*La Sororidad va más allá del reconocimiento positivo de las experiencias de las mujeres e incluso de la afinidad por los sufrimientos comunes. La sororidad busca un compromiso compartido de luchar contra la injusticia basada en el sexismo, sin importar la forma que tome esa injusticia (Hooks, 2017).*

Lo anterior implica que las niñas y mujeres nos reconozcamos las unas a las otras, nos identifiquemos como diversas y únicas, pero también como pares. Es entendernos como compañeras para aliarnos y transformar nuestra realidad (UNGEI, s,f).

**Para ilustrar un poco más el concepto, podemos reproducir el video “La sororidad se hace”.**



### ¿Cómo ser Sororas?

- No juzguemos a otras niñas o mujeres por las decisiones que tomen sobre sus cuerpos
- Procuremos dejar de criticarnos mutuamente por la ropa que llevamos y el maquillaje que usamos (o no), nuestro corte de cabellos; cada una tiene derecho a expresarnos libremente
- No comencemos rumores sobre otras niñas o mujeres
- Escuchemos lo que la otra tenga para decir y lo que necesita escuchar
- Permitamos que cada una descubra la manera como quiere apropiarse de su cuerpo
- Acompañémonos en los triunfos, reconozcamos el esfuerzo y la lucha de la otra.

(UNGEI, s.f)

2. Conoceremos los derechos que tienen las personas que han sido víctimas de alguna forma de violencia basada en género:



3. Frente a estos derechos brindaremos e investigaremos información sobre mecanismos de denuncia, entidades respondientes y formas de contacto.

### Recomendaciones

Sugerimos preguntar ejemplos cotidianos a las y los estudiantes sobre lo mencionado. Así mismo, es vital dejar claro que no es una discusión de hombres vs mujeres, ya que estos ideales nos afectan a todos y todas.

## Fortaleciendo saberes y redes

**Tiempo requerido:** 1 hora.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial                       | Actividad Virtual   |
|--|---|
| 1. Lana.<br>2. Hojas blancas o recicladas. | 1. Link de <i>Jamboard</i> .<br>2. Documento de Word en blanco. |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Nos organizaremos en círculo, quien desee participar, dirá una cosa que crea que puede hacer diferente para tener una nueva masculinidad o para ser más sorora; cada vez que participemos tomaremos la lana en la mano y la lanzaremos a alguien más, formando así una red, que representará la nueva forma de construir vínculos y relacionarnos, siendo una nueva red de apoyo, respeto y reconocimiento. Mientras que, si la actividad se hace virtualmente, por medio de la herramienta *Jamboard* escribiremos, utilizando la opción *Post it*, una acción que podamos hacer diferente para tener una nueva masculinidad o para ser más sororas y luego leeremos cada uno de los aportes.
2. Reflexionaremos frente a cómo podemos transformar la manera en la que vivimos y cómo reconocemos a las personas a nuestro alrededor.
3. Haremos el ejercicio "*Me disculpo*", en el cual escribiremos una carta en la que nos diremos qué acciones del pasado creemos que nos han hecho daño o hemos hecho daño y por las que nos disculpamos.

## Reconstruyendo saberes

**Tiempo requerido:** 1 hora.

### ¿Qué necesitaremos?

| Actividad Presencial                                   | Actividad Virtual              |
|--|--------------------------------|
| 1. Un pliego de papel <i>Kraft</i> .<br>2. Marcadores. | 1. Link de <i>Mentimeter</i> . |

### Paso a paso - ¿Cómo lo haremos?

1. Utilizando un pliego de papel *Kraft*, escribiremos una palabra u oración corta, de alguna reflexión que nos haya dejado el espacio. Escribiremos nuestras palabras de forma aleatoria, formando así una nube de palabras del espacio. Mientras que, si la actividad se desarrolla de carácter virtual, utilizando la herramienta *Mentimeter*, escribiremos una palabra u oración corta, de alguna reflexión que nos haya dejado el espacio y así las palabras que escribamos irán formando una nube de palabras que representará las construcciones generadas en el espacio.

## Proyecciones y desafíos

- Desarrollar procesos de promoción de los Derechos Humanos, sexuales y reproductivos, así como de prevención de los diferentes tipos de violencias, trae consigo retos y desafíos impostergables para una sociedad que se quiera considerar garantista de derechos, democrática y libre. De esta manera, **es importante tener en cuenta que la participación continua y la motivación de las personas es fundamental para lograr incidencia en las acciones y prácticas cotidianas que pueden lograr la desestructuración de estereotipos y actitudes hegemónicas** que violentan especialmente a las niñas, las adolescentes y mujeres en razón de su género.
- Cada una de las actividades que condensan la propuesta metodológica, fue pensada para ser desarrollada en los diversos contextos y territorios del Distrito, sin embargo, **el área de gestión escolar, encargada de liderar este proceso, puede modificar o reestructurar las actividades planteadas, con el fin de ajustarse a las necesidades específicas que puede presentar cada comunidad educativa**, o de acuerdo con los recursos humanos, técnicos y materiales con los que cuentan los establecimientos educativos.
- **Otro desafío se focaliza en lograr incidir y sensibilizar a las y los docentes de las instituciones educativas sobre las violencias basadas en género, y cómo estas pueden ser reproducidas** a partir de prácticas, discursos, experiencias educativas o planeaciones que evidencian relaciones desiguales de poder entre los hombres y las mujeres, o docentes y estudiantes. Por tal motivo, una gran apuesta pedagógica también es lograr permear y transformar los currículos de acuerdo con las nuevas formas de ser, estar y relacionarse en una cultura y entorno específicos.
- **Las familias en sus diversas tipologías ejercen un gran papel en el proceso de desarrollo de cada uno de sus integrantes**, por lo tanto, un reto que proyecta esta línea temática está centrado en lograr desestructurar ideas, prácticas y tradiciones que han sido replicadas por varias generaciones en las cuales se han ejercido diversas formas de violencias especialmente contra las niñas, las adolescentes y mujeres, lo cual ha afectado su relacionamiento con los demás entornos en los que interactúan como el comunitario, escolar, laboral, entre otros. Lo anterior, es posible en la medida que se logre la vinculación de las familias y personas cuidadoras al desarrollo de esta unidad, desde el empoderamiento y fortalecimiento de sus capacidades individuales y colectivas.
- Implementar estas actividades tiene consigo un gran desafío y es **lograr que cada actor de las comunidades educativas, pueda replicar las nuevas formas en las que es posible interactuar, transformando diversas prácticas que de manera directa o indirecta pueden ser violentas o atentar contra los derechos de las personas**. Por lo tanto, es importante que con los insumos y resultados obtenidos de su implementación se puedan adecuar y reestructurar este tipo de procesos pedagógicos a más personas de los establecimientos educativos con el fin de posicionar la prevención de las violencias basadas en género como un aspecto transversal en la vida de las personas.
- Es importante que a nivel institucional se puedan **proyectar acciones que permitan la divulgación y reconocimiento de las diversas redes de apoyo intra e interinstitucionales que posibiliten a las niñas, niños, adolescentes, jóvenes, mujeres y hombres adultos, contar con información clara y confiable** acerca de las diversas formas en las que pueden recibir asesoría, orientación o apoyo ante situaciones que puedan estar relacionadas con las diversas formas de violencia y la vulneración a los Derechos Humanos, sexuales y reproductivos, fortaleciendo así los entornos protectores y confiables desde la escuela.

## Referencias bibliográficas

- Amnistía Internacional. (2015). Módulo 3 - Los Derechos Sexuales y Reproductivos son Derechos Humanos. *En Respeta mis Derechos, Respeta mi Dignidad*. Londres: Amnesty International Ltd.
- Comité Distrital de Convivencia Escolar. (2022). *Directorio de protocolos de atención integral para la Convivencia escolar y el Ejercicio de los derechos Humanos, derechos sexuales Y derechos reproductivos*. [https://www.educacionbogota.edu.co/portal\\_institucional/sites/default/files/inline-files/2022/Protocolos\\_SED\\_%20V5.pdf](https://www.educacionbogota.edu.co/portal_institucional/sites/default/files/inline-files/2022/Protocolos_SED_%20V5.pdf)
- Domínguez, J., & Otero, J. (2018). *Guía didáctica: construyendo feminidades y masculinidades alternativas, diversas e igualitarias*. Unesco
- Hooks, B. (2018). *El feminismo es para todo el mundo*. BORDES, (9), 97-105.
- Martínez, M. C., & Rayo, L. (2019). *Colombia diversa*. En: <http://bibliotecadigital.caroycuervo.gov.co/1693/1/Colombia%20diversa.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (23 de Agosto de 2018). *Género y salud*. En: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/gender>
- Principios de Yogyakarta. (Marzo de 2007). Obtenido de Sobre la aplicación de la legislación internacional de Derechos Humanos en relación con la Orientación Sexual y la Identidad de Género: [http://yogyakartaprinciples.org/wp-content/uploads/2016/08/principles\\_sp.pdf](http://yogyakartaprinciples.org/wp-content/uploads/2016/08/principles_sp.pdf)
- Profamilia (2021). *Diversidad sexual: atención sin discriminación*. Obtenido de: <https://profamilia.org.co/aprende/diversidad-sexual/identidades-de-genero/>
- República de Colombia (2008). *Ley 1257 de 2008, por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforman los Códigos Peñal, de Procedimiento Peñal, la Ley 294 de 1996 y se dictan otras disposiciones*.
- UNGEI. (s,f). *Niñas diversas al poder: Guía práctica para niñas activistas*.

## Bibliografía general

- Comité Distrital de Convivencia Escolar. (2022). *Directorio de protocolos de atención integral para la Convivencia escolar y el Ejercicio de los derechos Humanos, derechos sexuales Y derechos reproductivos*. [https://www.educacionbogota.edu.co/portal\\_institucional/sites/default/files/inline-files/2022/Protocolos\\_SED\\_%20V5.pdf](https://www.educacionbogota.edu.co/portal_institucional/sites/default/files/inline-files/2022/Protocolos_SED_%20V5.pdf)
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2006). *Código de la infancia y la adolescencia*. Ministerio de la Protección Social.
- Ley 1620 de 2013, *Por el cual se crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y formación para el ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar*. 15 de marzo de 2013. D.O. No. 48733
- Ley 1616 de 2013, *Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones*. 21 de enero del 2013 D.O. No. 48.680. En: Minsalud (2014) Política Nacional de Sexualidad, Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos. En: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/LIBRO%20POLITICA%20SEXUAL%20SEPT%2010.pdf>
- Piedrahita, J., Giraldo, Y., Guzmán, C., Pino, Y., Castaño, A., Salazar, M. & Ospina, H. (2018). Pedagogía crítica y educación popular. Polifonía de voces desde la periferia colombiana. En A. Guelman, F. Cabaluz, & M. Salazar (Eds.), *Educación popular y pedagogías críticas en América Latina y el Caribe: corrientes emancipatorias para la educación pública del Siglo XXI* (pp. 95-116). Buenos Aires: CLACSO.
- Secretaría de Educación Distrital (SED). (2014). Documento Marco Educación para la Ciudadanía y la Convivencia. Bogotá, Colombia. En: <http://repositoriosed.educacionbogota.edu.co/handle/001/590>
- Secretaría de Educación Distrital (SED). (2021). Programa Integral de Educación Socioemocional, Ciudadana y Escuelas como Territorios de Paz. Bogotá: SED. En: <https://www.redacademica.edu.co/sites/default/files/2022-03/Programa-Integral-Educacion-SED-Bogota.pdf>
- Secretaría de Educación Distrital (SED). (2022). Orientaciones Pedagógicas para integrar la participación y la educación socioemocional y ciudadana en los colegios de Bogotá. Bogotá: SED. En: <https://repositoriosed.educacionbogota.edu.co/handle/001/3422>
- Torres., A. (2015). La Investigación Acción Participativa: Entre las ciencias sociales y la educación popular. La Piragua. *Revista Caribeña y Latinoamericana de Educación y Política*, 41, 11-22.













SECRETARÍA DE  
EDUCACIÓN



## Secretaría de Educación del Distrito

Avenida El dorado No. 66 – 63

Teléfono: (57+1) 324 1000

Bogotá, D. C. - Colombia

[www.educacionbogota.edu.co](http://www.educacionbogota.edu.co)



@Educacionbogota



Educacionbogota



@Educacionbogota



@educacion\_bogota

**LA EDUCACIÓN  
EN PRIMER LUGAR**