



Promoción del bienestar socioemocional de los niños y los jóvenes durante las crisis

Introducción

La pandemia del COVID-19 ha requerido cuarentenas, cierre de escuelas, distanciamiento físico y pérdida de entornos familiares. La restricción de movimiento, la interrupción de las rutinas, la reducción de las interacciones sociales y la privación de los métodos de aprendizaje tradicionales han dado como resultado una mayor presión, estrés y ansiedad en las personas jóvenes, sus familias y sus comunidades.

Actualmente las madres, los padres y los cuidadores se esfuerzan por cumplir los desafíos del aprendizaje en el hogar y a la vez tener que hacer malabares con el trabajo y sus obligaciones comunitarias, el cuidado de sus familiares y su propio bienestar individual. Las y los docentes han tenido que adaptarse rápidamente a métodos de enseñanza nuevos y que todavía no han sido probados. La gente joven está preocupada por su propia educación al ver cancelarse los exámenes nacionales y luchan contra la inseguridad producida por el aislamiento y la incertidumbre. En los hogares más pobres, donde los ingresos son la primera prioridad, se deja a los niños y las niñas a cargo de su propio aprendizaje o se les asignan otras tareas. El estrés y la ansiedad de la pandemia se ven

agravados por la circulación de información dinámica, tanto verdadera como falsa, que por lo general es fomentada por el trabajo de la prensa sensacionalista. Esto no solo aumenta la inseguridad, sino que también actúa como un campo fértil para la propagación de la intolerancia, el racismo, la xenofobia y los crímenes de odio.

Para abordar y contrarrestar la ansiedad social, la convulsión emocional y la atemorizante inseguridad que ha desatado el COVID-19, es urgente que las familias y las comunidades desarrollen habilidades vitales de adaptación y resiliencia emocional. Las habilidades sociomocionales son prácticas bien establecidas y con base empírica que se pueden adaptar con el fin de entregar a niños, niñas, jóvenes, padres, madres y docentes las herramientas, habilidades, actitudes y conductas necesarias para mantenerse sanos y positivos, explorar en sus emociones, practicar un compromiso consciente, exhibir una conducta prosocial y lidiar con los desafíos diarios.

Definición del tema y cuestiones importantes relacionadas

Toda crisis, ya sea un maremoto, disturbios sociales o el COVID-19, provocan fuertes respuestas emocionales negativas, tales como pánico, estrés, ansiedad, rabia y miedo. Desarrollar habilidades de aprendizaje socioemocional (ASE) puede dar cabida a conductas que permitan abordar las situaciones estresantes con calma y respuestas emocionalmente reguladas y fortalecer el pensamiento crítico para tomar decisiones y medidas mejor informadas (Arslan y Demirtas, 2016). El miedo y el estrés tienen un impacto negativo en la salud y la habilidad para aprender (Immordino Yang y Damasio, 2007). Para todas y todos los estudiantes, sean jóvenes o mayores, el aprendizaje se ve afectado por el estrés y la inseguridad. Solo cuando la mente se encuentra conectada socialmente y segura emocionalmente, se puede concentrar en el contenido académico y comprometer con el aprendizaje.

Evidencia y lecciones aprendidas de prácticas en el pasado y la crisis actual

La investigación revela que el ASE se puede enseñar como cualquier otra materia escolar. En tiempos de crisis, son los adultos, las madres y los padres quienes asumen el rol de docentes y pueden desarrollar las habilidades de ASE en niños, niñas y jóvenes. Se pueden diseñar proyectos de familia en torno a las artes y la educación que incluyan el aprendizaje sobre la crisis misma. Por ejemplo, las investigaciones muestran que las niñas y los niños son naturalmente altruistas (Warneken, 2013). Por lo tanto, se deben promover actividades motivadoras que desarrollen sus inclinaciones altruistas naturales. Tal conducta prosocial no solo activará circuitos de recompensa en el cerebro que ayudarán a convertir las emociones negativas, como el miedo y la ira, en emociones positivas, como la esperanza y la seguridad (Willard *et al.*, 2019), sino que también permitirá a las personas mismas calmarse cuando se enojen, resolver conflictos de forma respetuosa y hacer elecciones éticas y seguras.

Se recomiendan las habilidades de ASE para todas y todos y en todo momento. Los niños, niñas, jóvenes y adultos pueden beneficiarse de las habilidades de ASE. No se trata de una terapia para niños, niñas y jóvenes con problemas conductuales, sino que de una parte del aprendizaje y crecimiento de vida. A los niños, niñas y adolescentes en particular, la capacitación explícita en habilidades de ASE les permiten expresarse completa y claramente, desarrollar relaciones mejores y más sanas con pares y adultos y sentirse más conectados.

El ASE tiene un estrecho vínculo con el desempeño académico y el desarrollo integral de la competencia de las y los estudiantes. La investigación revela que las buenas habilidades de ASE introducidas explícitamente en el currículo tienen una fuerte correlación con un mejor desempeño académico (Zins, Weissberg, Wang y Walberg, 2004). Aprender sobre medios y artes visuales, teatro,

danza o música trae grandes beneficios intrínsecos para niños, niñas y jóvenes, ya que les muestra experiencias humanísticas creativas y el potencial para desarrollar habilidades profundas y duraderas.

Las habilidades del ASE mejoran la economía. La falta de ASE en los sistemas educativos puede dar como resultado pérdidas en la productividad económica de hasta un 29% del producto interno bruto (Duraiappah y Sethi, 2020).

El ASE en el contexto de crisis. La evidencia obtenida de los países afectados por la crisis indica que se pueden mitigar los efectos adversos del estrés y la ansiedad si los niños y las niñas tienen relaciones positivas y enriquecedoras con padres, madres, cuidadores y docentes que hayan logrado un buen manejo de las habilidades de ASE, que creen oportunidades para actividades explícitas de aprendizaje de ASE y que provean entornos de aprendizaje seguros y predecibles, ya que esto les permite a los estudiantes sanar experiencias traumáticas y regresar a una vida normal (INEE, 2018).

Mensajes clave y consejos prácticos para diseñar intervenciones de políticas y programáticas

Para las y los encargados de desarrollar políticas/instituciones gubernamentales:

Entregar a todos los miembros de la comunidad de aprendizaje información confiable y empírica sobre el COVID-19, cómo evitar su propagación y cómo desarrollar habilidades de ASE – Las y los docentes, estudiantes y sus familias requieren información simple y objetiva sobre cómo mantenerse sanos a fin de restaurar un sentimiento de certeza y control, así como para establecer un curso de acción. Se deben entregar recursos adaptados localmente para ayudar a docentes, madres, padres y a cualquiera que trabaje con niños, niñas y jóvenes a impartir un aprendizaje concentrado en las habilidades de ASE usando televisión, radio, plataformas de aprendizaje móviles y otros medios cuando sea posible y pertinente.

Apoyar y mostrar interés por las y los docentes y priorizar su capacitación en el ASE - Garantizar que se le preste la atención adecuada al ASE como parte del desarrollo profesional de las y los docentes durante su confinamiento en cuanto al uso y desarrollo de las modalidades de aprendizaje a distancia. Permitir que las y los docentes adquieran y hagan uso de habilidades de TIC para entregar soluciones de aprendizaje digital escalables que sean entretenidas, enriquecedoras, multisensoriales, envolventes, experienciales y basadas en el desempeño. (Ejemplos de recursos: <https://mgiep.unesco.org/global-citizenship>).

Aprovechar el alcance de los medios digitales, la radio y la televisión para difundir mensajes clave que promuevan la resiliencia individual y comunitaria - Colaborar con los medios, especialmente con aquellos que aseguran el aprendizaje a distancia durante la crisis, para transmitir mensajes de tolerancia, fomentar el apoyo mutuo y cultivar la compasión, así como para mostrar las similitudes con los contextos en otros países.

Contextualizar el apoyo psicosocial y el ASE en emergencias y contextos afectados por la crisis - Realizar análisis detallados de necesidades para contextualizar las intervenciones, adaptar temarios y métodos de enseñanza y aprendizaje a la situación de cierre de escuelas y aislamiento social y ajustar el contenido para abordar problemas nuevos y en rápida evolución. Garantizar que el ASE sea impartido por aquellos adultos y adultas que se encuentren bien y puedan servir de modelo de conductas sanas para los niños y las niñas. Considerar el género y la inclusión social con el fin de prevenir y reducir la violencia de género y doméstica (incluyendo la violencia sexual) y la discriminación, las cuales generalmente aumentan en situaciones de emergencia.

En el largo plazo:

Promover la transversalidad del ASE en toda la educación (formal, no formal e informal) y en todos los niveles - Integrar completamente el ASE en la educación formal, con programas a nivel básico,

primario y secundario. Se deben priorizar las competencias relacionadas con el ASE y considerarlas como parte de los objetivos fundamentales del aprendizaje, asignando tiempo suficiente en el currículo para su desarrollo y actividades extracurriculares dentro de un entorno escolar psicosocial positivo. Los **programas de ASE eficaces** se basan en los derechos, son científicamente rigurosos y empíricos, son participativos e inclusivos, toman en consideración el género, son culturalmente adecuados y han sido cuidadosamente adaptados para los distintos grupos etarios. Estos programas tienen la capacidad de transformar las normas y prácticas sociales nocivas que aparecen en las situaciones de emergencia y de promover la igualdad de género. Los programas efectivos de ASE también deberían **formar parte de un ecosistema más grande** que vaya más allá del aula para involucrar a toda la escuela, las familias, las comunidades y los medios (OREALC/UNESCO Santiago y Fundación Súmate, 2020).

Garantizar a las y los docentes capacitación y práctica de ASE - Incluir el ASE en los programas de formación docente, tanto en la capacitación previa como en la práctica de la docencia, y en programas de desarrollo profesional a fin de abordar el estrés e impulsar las competencias emocionales y sociales en el aula. Garantizar que los administradores escolares asignen tiempo a los docentes en práctica y les den la oportunidad de adquirir habilidades de ASE cuya utilidad para promover el bienestar, reducir el estrés psicológico y mejorar las interacciones en el aula hayan sido probadas (Jennings, P.A., 2019; Jennings, P. A., y Greenberg, M. T. ,2009). Promover comunidades de prácticas entre docentes dentro de las mismas escuelas y entre escuelas distintas para fomentar el aprendizaje y la evolución continuos.

Guía adicional para instituciones educativas/escuelas, jóvenes, docentes, madres y padres

Fomentar la comunicación y la creación de redes entre y con docentes para promover el aprendizaje pedagógico, el apoyo mutuo y el bienestar continuos.

Fomentar prácticas que promuevan la salud, la consciencia y la amabilidad – incluyendo hábitos de alimentación saludable, ejercicio regular y horas de sueño. Seguir una rutina diaria flexible pero estructurada, lo cual considera tiempo para hacer algo entretenido o relajarse. Promover la salud mental es de suma importancia. Fomentar las prácticas conscientes, según corresponda. Las conductas amables y compasivas no solo son recompensantes, sino que también distraen y generan pensamientos positivos. Ejemplo de recurso: Campaña del MGIEP de la UNESCO #KindnessMatters (<https://mgiep.unesco.org/kindness; Stress and Coping>); Serie de videos *Bouba et Zaza*; los [Videos Smeshariki](#) incluyen la serie *el ABC de la amabilidad* (en ruso).

Destacar el valor de las artes, la cultura y el juego para promover el bienestar - Jugar es aprender y ayuda a desarrollar la creatividad, las habilidades motoras y la toma de decisiones. También reduce la ansiedad y desarrolla la resiliencia emocional. Usar la música, la danza, la pintura, etc. para promover la comunicación y las habilidades interpersonales, así como para desarrollar la cognición, desde la concentración hasta la toma de riesgos. Los padres, madres y educadores pueden utilizar la música para introducir y construir un vocabulario de emociones (Nawrot 2003). (Recurso: **#KeepMakingArt**: la crisis del COVID-19 ha suscitado un movimiento mundial de profesores de artes que promueve la esperanza y la unión entre los niños, niñas, jóvenes, madres, padres y artistas <https://creative-generation.org/blog-1/keepmakingart-a-campaign-to-inspire-hope-and-connection>)

Apoyar la conexión social de las y los jóvenes y promover una conducta responsable en Internet - Ayudar a las y los jóvenes a mantenerse conectados con amigos y amigas a través de medios sociales y otras formas seguras de distanciamiento social. Use esta oportunidad para recordarles la seguridad que deben tener en los espacios digitales y las oportunidades para desarrollar habilidades digitales. (Recursos: [Get Digital](#) de Facebook lanzado en colaboración con ISTE y el Instituto Internacional de Tecnología Educativa (IITE, por sus siglas en inglés) de la UNESCO; Comparta su historia: la Red de Escuelas Asociadas de la UNESCO está recolectando y compartiendo historias como parte de su campaña #LearningNeverStops. <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse/learningneverstops/>)

Promover los recursos lúdicos y auditivos en el aprendizaje - Presentar a los niños y las niñas juegos en Internet y otros tipos de juegos que impulsen el aprendizaje social, emocional y académico. Motívelos a practicar habilidades académicas en el hogar, por ejemplo, utilizar las matemáticas para calcular las cantidades de una receta. Cocinen juntos y compartan el fracaso de una receta mal preparada y el éxito de un plato delicioso. Utilice también recursos de audio, tales como cuentos cortos narrados por autores de libros, cuentos con música, etc. Ejemplo de recurso: [UNESCOMGIEP FramerSpace.com](https://unescomgiep.framer.space.com)

Hablar abiertamente con los y las jóvenes - Fomentar el debate abierto y el pensamiento crítico, por ejemplo, organizando debates virtuales y pidiendo a las y los estudiantes que analicen información (se puede encontrar guía para esto en los equipos de herramientas¹ de Alfabetización de mediática e informacional) y enfóquese en hablar sobre el COVID-19 y los mitos asociados a éste basándose en recursos científicos comprobados. Se pueden encontrar ejemplos en el sitio web de la Organización Mundial de la Salud². Cuando sea posible, promueva los intercambios virtuales con pares de otras partes del mundo para aprovechar las redes escolares actuales. Recursos: la [página de preguntas y respuesta de la Organización Mundial de la Salud](#).

Referencias clave

UNESCO Education in Emergencies: <https://en.unesco.org/themes/education-emergencies>

UNESCO COVID-19 Education Disruption and Response:
<https://en.unesco.org/covid19/educationresponse>

Aprendizaje socioemocional y habilidades relacionadas

Instituto Mahatma Gandhi de Educación para la Paz y el Desarrollo de la UNESCO (MGIEP, por sus siglas en inglés). Sitio web oficial: <https://mgiep.unesco.org/covid>

Armand Doucet, Dr Deborah Netolicky, Koen Timmers & Francis Jim Tuscano (2020). Thinking about Pedagogy in an Unfolding Pandemic: An Independent Report on Approaches to Distance Learning During COVID19 School Closures https://issuu.com/educationinternational/docs/2020_research_covid-19_eng?fr=sYTY3OTEwMzc2ODU

Apoyo psicosocial y el ASE en contextos de crisis

UNESCO (2014). Stay safe and be prepared: a student's/teacher's/parent's guide to disaster risk reduction.

UNESCO (2017). Reconstruir sin ladrillos - Guías de apoyo para el sector educativo en contextos de emergencias
http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/pdf/Guia_completa_educacion_emergencias.pdf

EducationLinks (2018). Social and Emotional Learning in Crisis and Conflict Settings <https://www.edulinks.org/learning/social-and-emotional-learning-crisis-and-conflict-settings>

Materiales adicionales relacionados con el COVID-19 para docentes/padres/adultos

UNICEF. Toolkit to spread awareness and take action on COVID-19
<https://www.voicesofyouth.org/media/19701/download>

¹ <https://en.unesco.org/themes/communication-and-information/covid19-informationsharing-counterindisinformation/resource-center>

² <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>

UNICEF. Coronavirus disease (COVID-19): What parents should know

<https://www.unicef.org/stories/novel-coronavirus-outbreak-what-parents-should-know>

Organización Mundial de la Salud. Parenting in the time of COVID-19

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/healthy-parenting>

Organización Mundial de la Salud. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19

Outbreak. <https://www.who.int/publications-detail/mental-health-and-psychosocial-considerations-during-the-covid-19-outbreak>

Parenting for Lifelong Health. COVID-19 online resources: 24/7 Parenting resources in multiple

languages. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Covid – 19 Daily life and coping

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/>

Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). SEL Resources during COVID-19

<https://casel.org/covid-resources/>

Referencias en el texto

- Arslan, S., & Demirtas, Z. (2016). Social emotional learning and critical thinking disposition. *Studia Psychologica*, 58(4), 276.
- Chatterjee, N. & Duraiappah, A.K. (2019). EMC2: a social and emotional learning framework to build human flourishing. Position paper, UNESCO MGIEP.
- Duraiappah, A.K. & Sethi, S. (2020). Social and emotional learning: the costs of inaction. rethinking learning; a review of social and emotional learning for education systems. unesco publication.
- Draganski, B., Gaser, C., Busch, V., Schuierer, G., Bogdahn, U., & May, A. (2004). Neuroplasticity: changes in grey matter induced by training. *Nature*, 427(6972), 311.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). Enhancing students' social and emotional development promotes success in school: Results of a meta-analysis. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Durlak, J. A., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., Weissberg, R. P., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A. (2007). We feel, therefore we learn: The relevance of affective and social neuroscience to education. *Mind, brain, and education*, 1(1), 3-10.
- Jennings, P.A. (2019). *The trauma-sensitive classroom: Building resilience with compassionate teaching*. Nueva York: W.W. Norton & Company.
- The Inter-Agency Network for Education in Emergencies (INEE) (2018). *Guidance Note. Psychosocial support: Facilitating psychosocial wellbeing and social and emotional learning* https://inee.org/system/files/resources/INEE_Guidance_Note_on_Psychosocial_Support_ENG_v2.pdf
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491-525.
- Kimmie Fink (19 March 2020). Just let them play: an alternative approach to schooling at home during the quarantine. Obtenido de <https://www.weareteachers.com/just-let-them-play/>
- Lambert, P. (2017). Hard focus on “soft” skills. *Future Frontiers background paper*, NSW Department of Education, Sydney.

- Nawrot, E. S. (2003). "The perception of emotional expression in music: Evidence from Infants, Children and Adults". *Psychology of Music*. 31 (1): 75–92.
- OREALC/UNESCO Santiago & Fundación Súmate (2020). *COMUNES. Marco para la transformación educativa desde el aprendizaje socioemocional*.
- UNESCO (2012). *Bouba and Zaza Look After Others*.
- Warneken, F. (2013) Young children proactively remedy unnoticed accidents. *Cognition*. 126(1):101-8.

Zins, J. E., Weissberg, R.P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (2004). *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?* NY: Teachers College Press.

Acerca de las notas temáticas del Sector de Educación de la UNESCO

Las notas temáticas del Sector de Educación de la UNESCO abarcan temas clave relacionados con la respuesta del ámbito de la educación al COVID-19. Proporcionan pruebas de buenas prácticas, consejos y enlaces a referencias importantes para cada tema en un esfuerzo por mitigar el impacto del cierre de escuelas.

Las notas abarcan diferentes temas agrupados en nueve áreas temáticas: salud y bienestar; continuidad del aprendizaje y la enseñanza; equidad e igualdad entre los géneros; enseñanza y aprendizaje; enseñanza superior y enseñanza y formación técnica y profesional; educación y cultura; política y planificación de la educación; poblaciones vulnerables; educación para la ciudadanía mundial y educación para el desarrollo sostenible

Son preparadas colectivamente por los colegas de educación de la UNESCO en todo el mundo. La presente nota fue elaborada por la Sección de Ciudadanía y Paz Mundial y el Instituto Mahatma Gandhi de Educación para la Paz y el Desarrollo Sostenible.

Contacto

La respuesta de la UNESCO al COVID-19



COVID19taskforce@unesco.org



<https://es.unesco.org/covid19/educationresponse>



@UNESCO_es



@UNESCO_es