

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ  
FACULTAD DE CIENCIAS Y ARTES DE LA COMUNICACIÓN**



## **2020 NO DEFINE TUS LÍMITES**

**Proyecto de Comunicación para el Desarrollo que responde a los  
cambios originados por la pandemia COVID-19 en adolescentes de  
un colegio público de Lima**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OBTENER EL GRADO DE BACHILLER EN  
CIENCIAS Y ARTES DE LA COMUNICACIÓN CON MENCIÓN EN  
COMUNICACIÓN PARA EL DESARROLLO**

### **Presentado por:**

Castañeda Falcon, Andrea  
Mariselli Andrade, Fiorella Antonella  
Mendoza Aguirre, Maria Fernanda Lila  
Rojas Ludeña, Camila Pilar  
Solano Quevedo, Veronica del Rosario

### **ASESORA**

Correa Alamo, Mirtha Elizabeth

**2020**

## Resumen

La presente investigación desarrolla el planteamiento del diagnóstico, el diseño y la aplicación del Trabajo de investigación de Comunicación para el Desarrollo “2020 No Define Tus Límites”. Este trabajo de investigación está enmarcado en el contexto de la crisis sanitaria por el COVID-19, que ha supuesto la toma de medidas preventivas relacionadas al distanciamiento social, causando cambios en las diversas dinámicas sociales y afectando a distintos sectores de la población. En este contexto, la problemática comunicacional que aborda el trabajo de investigación surge del debilitamiento del vínculo de los estudiantes de 5to de secundaria del I.E José Santos Chocano con su entorno cercano, compuesto por sus compañeros, docentes y padres/madres. Los estudiantes constituyen el público objetivo principal del trabajo de investigación. Son adolescentes que se encuentran en una etapa de vida en la que transitan por diferentes cambios y, a esto, se añaden los cambios generados por la pandemia: su estilo de vida, el aislamiento social, la ruptura del contacto físico con sus compañeros del colegio y profesores, el desempleo familiar y la falta de acompañamiento para cumplir sus planes personales y profesionales, que se han visto directamente afectados. De esta manera nace “2020 No Define Tus Límites”, que tiene como principal objetivo comunicacional fortalecer el vínculo comunicativo de los estudiantes con sus compañeros, profesores, padres y madres. Para ello, se potenciarán las habilidades personales en estos actores, tales como la empatía, adaptabilidad, apertura al diálogo y la toma de decisiones, que les permitan, a los adolescentes, adaptarse saludablemente a los cambios en sus planes personales y profesionales producidos por la crisis sanitaria del COVID-19 y, a los padres, madres y profesores, ser el principal apoyo emocional de los estudiantes. Para lograrlo, el trabajo de investigación trabaja con una metodología virtual y audiovisual utilizando herramientas y plataformas digitales con la finalidad de adaptarse al lenguaje utilizado por los adolescentes, así como generar una participación didáctica. Siguiendo el enfoque de la

comunicación como relación, el trabajo de investigación busca que el entorno cercano de los estudiantes de 5to de secundaria, compuesto por sus compañeros, profesores y padres, comprendan que se tienen el uno para el otro, reconozcan que transitan por una situación similar de cambios e incertidumbre y, a partir de ese reconocimiento, se conviertan en su principal apoyo emocional, afianzando el vínculo comunicativo entre ellos.

### **Abstract**

This research develops the approach of the diagnosis, design and application of the Communication for Development Project "2020 Don't Define Your Limits". This project is developed in the context of the health emergency of COVID-19, which has involved taking preventive measures related to social distancing, causing changes in the various social dynamics and affecting different sectors of the population. In this context, the communicational problem addressed by the project arises from the weakening of the bond of the fifth senior students of the "I.E José Santos Chocano" with their close environment, made up of their classmates, teachers and parents. Students constitute the main target audience for the project. They are adolescents who are in a stage of life in which they go through different changes. To this, are added the changes generated by the pandemic: their lifestyle, social isolation, the breakdown of physical contact with their schoolmates and teachers, family unemployment and the lack of accompaniment to fulfil their personal and professional plans, which have been directly affected. Furthermore, "2020 Doesn't Define Your Limits", has as its main communicational objective to strengthen the communicational link between students and their peers, teachers, parents. To do this, personal skills will be promoted in these actors, such as empathy, adaptability, openness to dialogue and decision-making, which will allow adolescents to adapt healthily to changes in their personal and professional plans produced

by the health crisis of the COVID-19 and, will allow parents and teachers to be the main emotional support of the students. To achieve this, the project works with a virtual and audio-visual methodology using digital tools and platforms in order to adapt to the language used by adolescents, as well as to generate didactic participation. Following the approach of communication as a relationship, the project seeks that the close environment of the 5th senior students, made up of their classmates, teachers and parents, understand that they have each other, recognize that they are going through a similar situation of changes and uncertainty and, from that recognition, become their main emotional support, strengthening the communication link between them.



# ÍNDICE

<b>1. Problemática y justificación del proyecto</b>	<b>1</b>
<b>2. Proceso del recojo de la información</b>	<b>6</b>
<b>2.2. Metodología del diagnóstico de comunicación</b> .....	<b>7</b>
<b>3. Investigación y diagnóstico de comunicación</b>	<b>10</b>
<b>3.1. Marco conceptual</b>	<b>10</b>
<b>3.2. Investigación del macro ambiente</b>	<b>12</b>
<b>3.2.1. Macro ambiente: contexto económico</b>	<b>12</b>
<b>3.2.2. Macro ambiente: contexto político</b>	<b>14</b>
<b>3.2.3. Macro ambiente: Benchmarking</b>	<b>16</b>
<b>3.2.4. Macro ambiente: Instituciones públicas</b>	<b>16</b>
<b>3.2.5. Macro ambiente: Sociedad civil organizada</b>	<b>19</b>
<b>3.2.6. Investigación del microambiente</b>	<b>21</b>
<b>4. Conclusiones del diagnóstico de comunicación</b>	<b>28</b>
<b>5. Problema de comunicación</b>	<b>31</b>
<b>6. Público objetivo del proyecto</b>	<b>33</b>
<b>6.1. Público prioritario: Estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano</b> <b>34</b>	
<b>6.2. Público secundario: Padres y madres de familia</b> .....	<b>36</b>
<b>6.3. Público secundario: Docentes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano</b>	<b>37</b>
<b>6.4. Perfil del público objetivo prioritario</b> .....	<b>38</b>
<b>7. Objetivos del proyecto</b>	<b>40</b>
<b>8. Estrategias de comunicación y actividades</b>	<b>43</b>
<b>9. Actividades ejecutadas</b>	<b>58</b>
<b>9.1. Actividad 1: “¿Todos para uno y uno para todos!”</b> .....	<b>59</b>
<b>9.2. Actividad 2: “Generación 2020”</b> .....	<b>66</b>
<b>9.3. Actividad 3: Fiesta de promoción virtual</b> .....	<b>74</b>
<b>10. Evaluación de las actividades ejecutadas</b>	<b>80</b>
<b>11. Evaluación e indicadores</b>	<b>83</b>
<b>12. Sostenibilidad</b>	<b>88</b>
<b>13. Lecciones aprendidas</b>	<b>91</b>
<b>14. Referencias bibliográficas</b>	<b>95</b>
<b>15. Anexos</b>	<b>97</b>
<b>15.1. Pirámide de marca: “2020 No Define Tus Límites”</b> .....	<b>97</b>

<b>15.2. Diagnóstico: entrevistas realizadas .....</b>	<b>102</b>
<b>15.3. Diagnóstico: relevancia del recojo de información.....</b>	<b>103</b>
<b>15.4. Consentimiento informado para el recojo de información.....</b>	<b>105</b>
<b>15.5. Guía de entrevistas a profundidad.....</b>	<b>106</b>
<b>15.6. Guías de las actividades piloto.....</b>	<b>126</b>
<b>15.7. Brochure institucional del proyecto .....</b>	<b>139</b>
<b>15.8. Video institucional del proyecto.....</b>	<b>139</b>



## 2020 NO DEFINE TUS LÍMITES

### 1. Problemática y justificación del proyecto

En el contexto de la emergencia sanitaria por la pandemia del COVID-19 en el Perú, el gobierno ha generado una respuesta inmediata para proteger la salud física de la población. Todos los esfuerzos de las autoridades se han centrado, principalmente, en tomar las medidas correctas para evitar el contagio masivo del virus. No obstante, la estrategia sanitaria, a su vez, requiere de altos grados de flexibilidad, cooperación y articulación social entre las personas, por lo que cuidar la salud mental es también un factor importante para fortalecer conductas adecuadas de autocuidado y cuidado de los demás.

Una de las medidas de protección establecidas por las autoridades sanitarias es el confinamiento social, que supone ciertos límites en el desarrollo de actividades y en la movilización de las personas. Este cambio drástico en el estilo de vida demanda un gran esfuerzo de adaptación, el cual puede generar tensiones en las relaciones de las personas, tanto a nivel personal como social, así como puede tener un impacto directo en las emociones, quienes se vuelven más vulnerables al estar en un aumento constante de sus niveles de preocupación, miedo, tristeza y frustración.

A lo largo del tiempo, la salud y los problemas mentales no han recibido la misma importancia que la salud física, a pesar de que— como señala la Organización Mundial de la Salud (OMS) —, “la salud mental y física, y el bienestar social son componentes vitales inextricablemente ligados. [...]. La salud mental es crucial para asegurar el bienestar general de los individuos, sociedades y países” (2004). En ese sentido, la importancia de la salud

mental radica en el desarrollo emocional, el cual involucra el crecimiento personal, autonomía, propósitos en la vida y buenas relaciones sociales (Vásquez et al., 2009).

La salud mental es el estado de equilibrio entre los sentimientos, las emociones, los pensamientos y las actitudes de las personas, y permite entender el porqué de sus reacciones. Asimismo, esta se refiere a la posibilidad de acrecentar la competencia de los individuos y comunidades para permitirles alcanzar sus propios objetivos. En efecto, la salud mental es materia de interés para todas las personas y no se refiere, únicamente, a los problemas o enfermedades mentales, sino, también, a la buena salud y al bienestar. Esto permitirá prevenir a edad temprana problemas de este tipo, evitar que continúen una transmisión intergeneracional y se agudicen en la edad adulta causando daños irreversibles.

En el marco de la crisis sanitaria, uno de los grupos que se ha visto más afectado está compuesto por las y los adolescentes. Los cambios originados por la pandemia han afectado directamente sus planes y sus estilos de vida. El aislamiento, la ruptura del contacto físico con sus compañeros del colegio, el desempleo familiar e, incluso, el aumento de las situaciones de violencia en sus hogares ha generado tensiones consigo mismo y con su entorno cercano. Tal como indica la OMS,

Los trastornos emocionales surgen habitualmente durante la adolescencia. Además de la depresión o la ansiedad, los adolescentes con trastornos emocionales también pueden experimentar reacciones excesivas de irritabilidad o frustración. Es posible que se superpongan los síntomas de más de un trastorno emocional y que se den cambios rápidos e inesperados de estado de ánimo y arrebatos emocionales. (OMS, 2019)

Sin embargo, durante el periodo de la crisis sanitaria por el COVID-19, el gobierno peruano no ha visibilizado lo suficiente la compleja situación que atraviesan los adolescentes del país. Para atender la emergencia sanitaria, se ha dejado de lado la atención emocional a los



diferentes grupos sociales que se encuentran en situación de vulnerabilidad: siendo uno de ellos, los y las adolescentes, quienes se encuentran en una etapa de transición, de reconocimiento a sí mismo y de cambios constantes en su estado emocional.

Se concibe importante que el sector educativo sea uno de los principales actores en abordar esta problemática, debido a que los adolescentes pasan gran parte de su tiempo en los colegios, siendo este espacio un factor determinante en su desarrollo personal y social. No obstante, en la realidad no se observa el suficiente compromiso, ya que priorizan las temáticas de Matemáticas, Comunicaciones, Ciencias, y, si se llega a abordar la salud de los adolescentes, se inserta dentro del área temática del deporte, la nutrición o la higiene personal, dejando de lado la salud emocional.

Si bien, este problema se evidencia tanto en colegios públicos como privados, la educación pública es la más afectada, debido a las deficiencias que presenta el sistema. Es común observar que los colegios públicos no cuentan con áreas de Psicología que permitan que los estudiantes accedan a una orientación psicológica cuando lo requieran y, en caso, el colegio tuviera un área de Psicología, los profesionales de la salud no se encuentran lo suficientemente capacitados para brindar un adecuado asesoramiento a los estudiantes. Esta situación es diferente en los colegios privados, ya que sí trabajan con psicólogos dentro del ambiente educativo.

Desde la perspectiva de la salud mental, una epidemia de gran magnitud implica una perturbación psicosocial que puede exceder la capacidad de manejo de la población afectada. Los efectos en la salud mental, generalmente, son más marcados en las poblaciones que viven en condiciones precarias, poseen escasos recursos y tienen limitado acceso a los servicios

sociales y de salud (OPS, 2006). En el Perú, la propagación del COVID-19 ha incrementado los problemas de salud mental en gran parte de la población. Según el reporte de la Secretaría Nacional de la Juventud (SENAJU), una de las poblaciones más afectadas son los adolescentes y jóvenes.

Tal como muestran los resultados, el 45% de adolescentes ha presentado problemas de ansiedad, miedo e irritabilidad, el 25%, problemas de depresión y fatiga, el 20%, problemas de estrés, burnout o agotamiento académico y, el 10%, problemas de frustración, falta de concentración y desmotivación. En esa línea, también presentan problemas con los padres y/o familiares, malos hábitos de estudio, sensación de “no poder dar más de sí mismo”, actitud negativa, desvalorización personal, aparición de dudas respecto de las propias capacidades, pérdida del interés del valor de estudio y de la trascendencia o crecimiento (Reporte preliminar de casos SENAJU Escucha, 2020).

Así, estos adolescentes y jóvenes se encuentran en una etapa educativa, donde el colegio constituye un rol fundamental en su desarrollo. Por ello, se considera relevante abordar este problema junto a la institución educativa, ya que, como indica Sarmiento (2017), el colegio debe ofrecer no solo un ambiente donde el estudiante se sienta seguro y tranquilo para aprender nuevos conocimientos y relacionarse con su entorno, sino también debe tener la capacidad de responder ante los problemas psicológicos y sociales que pueda presentar y que podrían afectar su aprendizaje, rendimiento escolar y el vínculo con sus compañeros y docentes.

Por consiguiente, se considera importante trabajar desde una perspectiva de salud mental en el ámbito educativo, a través del fortalecimiento del vínculo comunicativo entre los

estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano con su entorno cercano, compuesto por padres, profesores y compañeros, a través del desarrollo de habilidades personales, tales como la empatía, adaptabilidad, apertura al diálogo y la toma de decisiones, para que puedan afrontar los cambios originados por la pandemia COVID-19 en sus planes personales y profesionales.

Por ello, en el Trabajo de investigación “2020 No Define Tus Límites” se trabajará con los actores que inciden principalmente en la educación y el desarrollo de los estudiantes de 5to de secundaria: los docentes y sus padres. Por un lado, los docentes constituyen el principal vínculo entre los estudiantes y sus familiares. Ellos se aproximarán al aprendizaje de habilidades que les permitirán ser un apoyo emocional para sus alumnos en el contexto ocasionado por el COVID-19.

Por otro lado, los padres de familia cumplen un rol esencial para el desarrollo del trabajo de investigación, pues son el principal agente motivador de sus hijos. En el contexto actual, son quienes deben apoyar a sus hijos para afrontar los cambios originados por la pandemia COVID-19. En ese sentido, es importante fortalecer el vínculo comunicativo con sus hijos, a partir del desarrollo de habilidades sociales que promuevan una buena salud mental. Así, en este contexto de distanciamiento físico y social, fortalecer el vínculo comunicativo adquiere mayor relevancia, ya que esta situación incierta y compleja tiene un gran impacto en el estado emocional de los adolescentes. Es en este momento donde el proceso de aprendizaje y enseñanza debe incluir el fortalecimiento de habilidades personales, no sólo en el ámbito educativo, sino también en el ámbito familiar.

Por tanto, se han seleccionado la empatía, la adaptabilidad, la apertura al diálogo y la toma de decisiones, debido a que son habilidades importantes para los estudiantes de 5to de secundaria, pues les permitirán empatizar con los demás, estar dispuestos a escuchar y conversar con los otros y tomar decisiones para alcanzar sus objetivos de acuerdo al contexto que viven actualmente. Todo ello facilitará que los estudiantes de 5to de secundaria puedan afrontar los cambios originados por la pandemia COVID-19 en sus planes personales y profesionales.

De esta manera, lo que el trabajo de investigación busca, al desarrollar habilidades personales y fortalecer el vínculo comunicativo entre los distintos actores, es apoyar al estudiante en un proceso educativo complejo, canalizar y contener sus emociones para que puedan seguir dando lo mejor de sí, ayudar a crear formas de afrontar la situación de crisis y mitigar el impacto negativo lo más que se pueda. Asimismo, son necesarios los espacios de diálogo y escucha activa para tomar conciencia sobre lo que los estudiantes están viviendo, para dar significado a lo que sienten y ayudarlos a enfrentar el desconcierto que les causó la crisis sanitaria del COVID-19.

## **2. Proceso del recojo de la información**

En esta sección, se describe cómo se organizó y desarrolló el proceso de recojo de información. En primer lugar, se realizó una investigación teórica-conceptual para, luego, realizar un panorama completo del macro ambiente sobre el cual el trabajo de investigación se ha insertado, tanto a nivel económico y político, así como un *benchmarking* para conocer qué antecedentes y proyectos similares ya existen.

En segundo lugar, en la investigación de macro ambiente, también se incluyen los actores más relevantes de las instituciones públicas, tales como el Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado-Hideyo Noguchi”, los Centros de Salud Mental Comunitaria de los distritos de Pueblo Libre, Carabayllo y de Yurimaguas, la Dirección General de Calidad de la Gestión Escolar de MINEDU, la DRELM, la SENAJU y, los directores y docentes de algunas instituciones educativas públicas y privadas.

En cuanto a la sociedad civil organizada, se identificaron como relevantes a la ONG De-Mentes, Psicología por el Perú y MAB Your Learning Coach. Por último, se inició con la investigación del microambiente conformada por la I.E. José Santos Chocano, dentro de la cual se profundizó en la información recogida de los estudiantes de 1ro a 5to de secundaria, sus madres/padres de familia o tutores y los docentes.

## **2.2. Metodología del diagnóstico de comunicación**

En la fase del diagnóstico del trabajo de investigación, se recolectaron fuentes primarias y secundarias a través de entrevistas, documentos ubicados en las páginas oficiales de las instituciones, y materiales audiovisuales y recursos comunicacionales publicados en las redes sociales y sitios web de las organizaciones. Con respecto a la metodología y las técnicas de recojo de información aplicadas, el presente diagnóstico es de carácter cualitativo. Por ello, se decidió priorizar la elaboración de entrevistas a profundidad vía telefónica y online. Además, se realizó la revisión del material publicado en las redes sociales a través del análisis de contenido de estos. De esta forma, se plantearon una serie de objetivos para el recojo de información de los actores relevantes del trabajo de investigación: instituciones públicas, sociedad civil organizada y los actores comunitarios incluidos en la I.E. José Santos Chocano.

Primero, se definieron objetivos para los diferentes sectores de las instituciones públicas. Para el sector educación, el objetivo fue identificar el conjunto de conocimientos y percepciones sobre la salud mental, y conocer la actitud y el nivel de compromiso para abordar la salud mental en estudiantes de 1ro a 5to de secundaria en el sistema educativo público. En el caso del sector salud, los objetivos fueron conocer los conceptos y la metodología de acción para abordar estrategias en temas de salud mental de los adolescentes e identificar el grado de incidencia en los proyectos/iniciativas de salud mental del sistema educativo.

Segundo, para los actores de la sociedad civil organizada, el objetivo fue conocer los conceptos y la metodología para abordar proyectos y/o estrategias en temas de salud mental de los adolescentes. Por último, respecto a los actores comunitarios de la I.E. José Santos Chocano, los principales objetivos fueron identificar el nivel de conocimiento y las percepciones sobre salud mental, así como conocer la manera en la que se desarrollaban las relaciones familiares durante la crisis sanitaria del COVID-19.

Debido al contexto de la crisis sanitaria del COVID-19 y a la naturaleza de la temática de investigación, resultó pertinente realizar una investigación cualitativa, ya que permitió profundizar en los conocimientos, las percepciones, las actitudes, las relaciones, el comportamiento y los espacios de comunicación utilizados por los actores relevantes para el diseño del trabajo de investigación de comunicación. Es decir, las dimensiones consideradas para el diagnóstico comunicacional se definieron a partir de las siguientes categorías de análisis:

- **Información:** En cuanto al aspecto de información, del sector salud se indagaron los conceptos que tenían sobre salud mental de los adolescentes, los problemas y trastornos más comunes y el impacto de la crisis sanitaria del COVID-19 en la salud emocional. En el caso del sector educación y sociedad civil organizada, se recogió información sobre las metodologías o mecanismos para abordar el tema de salud mental en las sesiones de clases o en las actividades que realizan, respectivamente.
- **Percepción:** En el aspecto de percepción, se buscó conocer las valoraciones o estereotipos de la salud mental que tienen los distintos actores, así como su percepción sobre las personas que atraviesan problemas de salud mental. Además, a los especialistas del sector salud, se les preguntó sobre el estigma de la salud mental que existe en la sociedad peruana, mientras que a los especialistas de educación, sobre la incorporación del enfoque de salud mental y emociones en el sistema de educación secundaria.
- **Actitud:** En el aspecto de actitud, se buscó conocer la predisposición de los actores entrevistados para aprender o trabajar el enfoque de salud mental en la educación secundaria. Se indagó a su vez, sobre el nivel de compromiso de autoridades, organizaciones civiles, padres y estudiantes para formar parte e implementar un trabajo de investigación relacionado a la educación socioemocional en el nivel secundario y, en caso la respuesta era positiva, se preguntó sobre la motivación que tenía cada fuente para formar parte de un trabajo de investigación de este tipo.
- **Comportamiento:** En el aspecto de comportamiento, se buscó conocer la reacción de los estudiantes, los padres y las autoridades frente a situaciones de problemas de

salud mental y cuáles son las herramientas de atención ante estos casos. Asimismo, para este enfoque se buscó conocer sobre otras iniciativas desarrolladas por ONG's o autoridades en materia educativa, y conocer cuáles son los logros y los resultados que se han obtenido.

- **Relaciones:** En este aspecto, se indagaron las relaciones de poder que existen, particularmente, en el sector educación, ya que se concibió importante conocer en qué nivel y con qué organismos se podría coordinar la propuesta del trabajo de investigación. Las preguntas a las autoridades y direcciones del sector educativo fueron claves para conocer las relaciones de poder y el mecanismo de toma de decisiones sobre las propuestas en materia de salud mental. Además, a los estudiantes, los padres de familia, los docentes y directores se les preguntó sobre cómo eran las relaciones familiares y sociales antes y durante la crisis sanitaria del COVID-19.
- **Espacio:** En el aspecto de espacio se consideraron dos dimensiones: por un lado, se indagaron las herramientas, plataformas y recursos que las autoridades de salud, educación y estudiantes están utilizando para comunicarse y continuar con las actividades previstas; por otro lado, se preguntó a los padres y estudiantes sobre los espacios de diálogo en el hogar para abordar el tema de salud mental.

### **3. Investigación y diagnóstico de comunicación**

#### **3.1. Marco conceptual**

Se han planteado conceptos base y fundamentales para comprender la problemática que aborda el presente trabajo de investigación. Se considera relevante el fortalecimiento del vínculo comunicativo, el cual es entendido como la interacción que se produce entre dos o



más personas en la que no solo se transmite información, conceptos, conocimientos o apreciaciones, sino también sentimientos, emociones y pensamientos (Keil, 2011; Cifuentes, 2011).

Por un lado, Keil (2011) reconoce que un buen vínculo comunicativo entre docentes y alumnos será aquel que esté basado en la confianza, seguridad y aprecio mutuo. La relación entre el docente y el alumno no debe centrarse únicamente en temas académicos, sino también debe atender los sentimientos y emociones que pueda estar experimentando el alumno. De esa manera, el/la profesor/a debe saber cómo apoyar emocionalmente al estudiante, siendo una buena manera el empleo de expresiones de reconocimiento, motivación y gratitud que le permitirán fortalecer un vínculo de confianza, cuidado, respeto y afecto mutuo (Keil, 2011; Educación 3.0, 2016).

Por otro lado, es importante fortalecer el vínculo comunicativo entre padres/madres e hijos adolescentes, porque son ellos/as la principal guía para su desarrollo. Así, deben acompañarlos durante una etapa tan importante como la adolescencia, caracterizada por los cambios físicos y emocionales que se producen en ella (Roldán, s/f; Palma, 2016).

Debido al contexto del COVID-19, el proceso de aprendizaje y enseñanza en las instituciones educativas debe tomar en cuenta el fortalecimiento de habilidades personales que puedan beneficiar al estudiante no sólo en el ámbito educativo, sino también en el ámbito familiar. Por habilidades personales, se entiende a aquellas que describen al individuo en su vida íntima y profesional y que le sirven para desenvolverse en cualquier ámbito de su vida. Además, estas habilidades le permiten mejorar sus relaciones interpersonales y desarrollar una mentalidad orientada al crecimiento personal (CEUPE, s/f; Finch, 2019).

Las habilidades personales seleccionadas para el presente trabajo de investigación son la empatía, la adaptabilidad, la apertura al diálogo y la toma de decisiones. En lo que respecta a la empatía, esta es definida como la habilidad para entender los problemas de una persona, lo que siente y necesita, poniéndose en su lugar, para así ofrecer una respuesta adecuada a sus emociones (Balart, 2013). En cuanto a la adaptabilidad, esta permite asumir los cambios como parte del proceso de crecimiento y transformación, sin que esto altere el cumplimiento de los objetivos que se ha propuesto (CICAP, 2017). La apertura al diálogo implica dar inicio al intercambio de opiniones entre diferentes individuos para construir un significado común (Ibarra, 2013), y la toma de decisiones, permite elegir la alternativa que se llevará a cabo con determinación e inteligencia emocional (Martínez, 2014).

### **3.2. Investigación del macro ambiente**

#### **3.2.1. Macro ambiente: contexto económico**

La salud mental es un proceso dinámico que permite a la población desplegar sus habilidades, estableciendo un estado de equilibrio entre la misma persona y el entorno que lo rodea. Así, la salud mental es un componente esencial para la salud integral. Si se conoce cómo logra alcanzar el bienestar un individuo, también se expandirá el bienestar en la misma comunidad. Esta situación garantiza una mejora a nivel de participación laboral, intelectual y las relaciones interpersonales, contribuyendo efectivamente a la comunidad que pertenezca. En el Perú, los problemas de salud mental que toman más relevancia en la población son la depresión, el abuso y dependencia del alcohol, los trastornos de ansiedad, las esquizofrenias, la violencia familiar, los trastornos de conducta y de las emociones en los niños y el maltrato infantil. Es por ello que esta problemática constituye una prioridad en la salud pública. Sin embargo, la respuesta del sistema de salud aún es insuficiente.

Según el Instituto de Salud Mental Honorio Delgado Noguchi, de cada cinco personas con trastornos mentales, solo una de ellas consigue algún tipo de atención (Estudio Epidemiológico, 2015). Ante esta situación, el Estado Peruano determinó la Reforma de la Atención de Salud Mental. En junio del año 2012, se promulgó la Ley N° 298896 que modifica el Artículo 11 de la Ley General de Salud (Ley N° 26842) que garantiza los derechos de las personas con problemas de salud mental al acceso universal y equitativo, a las intervenciones de promoción y protección de la salud.

Sin embargo, el Estado en materia económica a los servicios de salud mental “solo destina el 0.01% del presupuesto del sector salud a tratamientos de esta rama, lo que es preocupante porque hablamos de enfermedades como muchas otras que requieren de un tratamiento y de muchos especialistas que lo aborden” (Centro de Investigación en Salud Mental UPCH, 2018).

Por otro lado, este contexto económico no solo se refleja a través del presupuesto destinado, sino también a partir del crecimiento económico del país. El desarrollo económico y la globalización han generado cambios sociales notables, sobre todo en las relaciones humanas. Con respecto a esto, el Consorcio de Investigación Económica y Social Observatorio del Derecho a la Salud, en el informe “Salud mental en el Perú: dolor y propuesta. La experiencia de Huancavelica”, menciona que “la pobreza, la desigualdad, la exclusión y la discriminación son ejes que atraviesan nuestra historia y que se han acentuado durante las últimas décadas, están en la base del aumento de los problemas de salud mental y, a su vez, dan cuenta de las características que los definen” (2018). En definitiva, “la pobreza y los trastornos mentales se relacionan en un círculo vicioso (OMS, 2005; Bustamante, 2005). Por ello, los principales

problemas de salud mental son el subdesarrollo y la pobreza, como también la corrupción y la violencia.

Por otro lado, si bien el Estado peruano ha sumado esfuerzos e incrementado el presupuesto destinado a las poblaciones vulnerables, no existe un presupuesto establecido para quienes conforman la mayor parte de las consultas psicológicas: los adolescentes. Según el Ministerio de Salud “más del 60% de los pacientes que asisten a los servicios de salud mental son menores de 18 años”. Cabe resaltar, que incluso el presupuesto destinado para esta población a nivel educativo sigue siendo uno de los menos ejecutados, pese a que para el 2019 se aumentó en un 11% (El Peruano, 2019).

### **3.2.2. Macro ambiente: contexto político**

El presidente Martín Vizcarra se encuentra en el poder desde el año 2017. Su mandato se ha centrado en la lucha contra la corrupción en todas las esferas políticas y sus acciones han estado alineadas con este enfoque. En estos últimos meses, el país se ha visto afectado por la pandemia COVID-19, la cual ha llevado a que el gobierno tome la decisión de establecer el Estado de Emergencia, producto de la emergencia sanitaria. Esta situación implica que la población esté en un aislamiento social obligatorio, siendo una medida necesaria para evitar el contagio el distanciamiento social.

Sin embargo, debido al confinamiento, la situación económica, social y política se ha visto afectada, ya que la imposibilidad de trabajar ha perjudicado a millones de ciudadanos y ciudadanas. Esta situación se ha ido intensificando no sólo por la falta de recursos económicos, sino también por el estrés, la ansiedad y los cambios en las dinámicas internas

familiares, laborales, entre otras, convirtiéndola en una situación sumamente difícil para toda la población.

Con respecto al sector salud, se ha priorizado la salud física sobre la salud mental, sin tomar en cuenta el concepto de salud integral que debería incluir a ambas. Si bien existen iniciativas que están abordando este enfoque de salud integral, como aquellas que buscan ser un soporte para los trabajadores que están respondiendo a la emergencia sanitaria, todavía quedan otros públicos a los que aún no se le ofrecen soluciones para incidir en su desarrollo, siendo este el caso de las y los adolescentes.

Desde el sector salud, no se evidencia una estrategia articulada con otros actores relevantes para que puedan ayudar a sobrellevar el confinamiento social o los problemas que puedan surgir dentro del hogar. Estos adolescentes son uno de los principales actores más afectados con respecto a las medidas tomadas, más aún, aquellos que su situación económica se ha visto afectada por la crisis sanitaria.

Con respecto a las medidas tomadas para el sector educativo, el Estado ha creado el programa “Aprendo en Casa”, el cual busca llegar a todos los estudiantes mediante diferentes plataformas, a fin de trabajar bajo una educación de modalidad remota. Si bien esta nueva metodología de enseñanza ha permitido conectar a muchos estudiantes en todo el país, existe un vacío con respecto a cómo será el accionar de las entidades educativas en esta coyuntura, sobre todo para los colegios públicos, pues se rigen bajo las ordenanzas del Ministerio de Educación. Además, aún no se han planteado lineamientos para el acompañamiento del estudiante, que le permita un mejor manejo de las clases a distancia para su desempeño académico. De ahí parte la importancia de trabajar con estos actores para un mejor desarrollo.

### **3.2.3. Macro ambiente: Benchmarking**

Las entidades del Estado abordan la salud mental de adolescentes a partir de las temáticas de la violencia escolar, el suicidio, consumo de drogas, principalmente. En el 2018, el Ministerio de Salud y la Dirección Regional de Lima Metropolitana (DRELM) realizaron un Taller de salud mental enfocado en 6 colegios que presentan alertas de violencia escolar, esta campaña se conoció como “Toma su mano, abracemos la vida”.

Otro proyecto realizado por la DRELM fue el programa “Soy mejor, sin drogas” realizado para colegios con alto número de estudiantes consumidores de drogas, en cual buscaba la prevención del consumo en adolescentes. En este proyecto se brindó consejería, orientación y acompañamiento a estudiantes de secundaria de colegios públicos. Además, se capacitó a los docentes para abordar estas temáticas.

Por otro lado, desde el MINEDU, recientemente se ha implementado el programa “Aprendo en casa”, el cual funciona como plataforma de aprendizaje para alumnos, docentes y padres/madres, brindando herramientas que contribuyen a la educación del estudiante. En este portal se pueden encontrar diversos cursos, incluyendo orientaciones para los adolescentes respecto a la violencia sexual y el *bullying*; orientación a los docentes frente al manejo de emociones; y, por último, orientación a los padres de familia sobre el bienestar en familia y el reconocimiento de señales de alerta frente a violencia en sus hijos. Si bien, en el contexto actual, se han agregado pequeñas guías sobre el manejo de estrés y fortalecimiento de la capacidad de empatía para niños y adolescentes, estos son principalmente consejos de manera superficial, más no tienen un desarrollo a profundidad.

### **3.2.4. Macro ambiente: Instituciones públicas**

### **Ministerio de Salud (MINSA)**

Desde las entidades gubernamentales de salud, se entrevistaron a los actores más relevantes en salud mental y emocional. Por ello, las entrevistas estuvieron dirigidas a la Dirección de Promoción de Salud, el Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado Hideo Noguchi (Dirección de Niños y Adolescentes) y los Centros de Salud Mental Comunitario (en el caso de Lima: Pueblo Libre y Carabayllo, y en otros departamentos: Yurimaguas).

Los tres actores consideran que, por la pandemia, la población más vulnerable que requiere de un soporte psicológico, son los niños y adolescentes, porque se encuentran en una etapa formativa y de descubrimiento sobre sí mismos y la realidad que los rodea. Frente a ello, se están desarrollando estrategias para contrarrestar los problemas que pueden estar suscitando en este grupo. Por otro lado, los tres actores consideran que la metodología basada en el fortalecimiento del vínculo entre el adolescente y su entorno cercano es efectiva para el tratamiento psicológico de este grupo. De ahí, parte también el desarrollo de la estrategia que se plantea para este trabajo de investigación: el reforzamiento del vínculo comunicativo entre el adolescente y su entorno cercano.

Así, el Instituto Nacional de Salud Mental, los Centros de Salud Mental y la Dirección de Promoción de la Salud, consideran que la crisis sanitaria COVID-19 ha generado un mayor estrés en los adolescentes, debido a la carga académica, lo que los lleva a sentirse más irritables. Si bien se han desplegado estrategias, estas aún no logran cumplir con el objetivo. Se necesita trabajar otros mecanismos que no solo atiendan problemas mentales, sino que refuercen las habilidades de estos adolescentes para poder afrontar la difícil situación que está atravesando el país.

### **Ministerio de Educación (MINEDU)**

Como parte del proceso de recojo de información, se consideraron a las entidades del Ministerio de Educación como claves para realizar una aproximación más cercana a la problemática, debido a que el MINEDU es la entidad gubernamental encargada de liderar y coordinar la gestión educativa a nivel nacional. Se plantearon como instituciones representativas a la Dirección Regional de Lima Metropolitana (DRELM), la Dirección General de Calidad de la Gestión Escolar (DIGC) y la Secretaría Nacional de la Juventud (SENAJU).

Tanto la DRELM como la DIGC no están ejecutando iniciativas que aborden la salud mental de los estudiantes. Al trabajar bajo los conceptos de convivencia, vida sana y saludable, han descuidado el abordaje de la salud integral que tenga en cuenta la salud emocional de los estudiantes, docentes y padres de familia que pueda brindarles herramientas para afrontar este periodo de aislamiento social.

Por otro lado, la SENAJU evidencia un mayor nivel de compromiso e incidencia sobre la salud mental de los adolescentes y jóvenes del país. Así, en este contexto de pandemia, se encuentra realizando diversas iniciativas para abordar la salud mental de adolescentes: cursos virtuales de competencias socioemocionales y asesoramiento psicológico virtual en el contexto actual.

Por último, la DRELM y la DIGC reconocen que no existe un trabajo articulado o una relación estratégica con posibles actores involucrados, tal como la SENAJU, para llevar a cabo alguna iniciativa que aborde la salud mental de los adolescentes durante la crisis sanitaria COVID-19.



### **3.2.5. Macro ambiente: Sociedad civil organizada**

#### **Organismos no gubernamentales y asociaciones**

Desde la sociedad civil organizada, se realizaron entrevistas a representantes de Psicología por el Perú, Dementes y MAB Your Learning Coach, debido a que manejan los temas de salud mental desde la psicología, las comunicaciones y la educación, respectivamente.

Dementes y Psicología por el Perú son organizaciones que se enfocan en sensibilizar a la sociedad sobre la salud mental y en brindar asesoramiento psicológico a las personas que sufren algún tipo de problema mental, respectivamente. Estas no se centran en el fortalecimiento de habilidades personales que les permita a los adolescentes afrontar los cambios producidos por la pandemia.

Sin embargo, quien sí se encuentra trabajando este enfoque es MAB Your Learning Coach, un centro de coaching académico que busca una mejora académica y emocional en los estudiantes. Dicha organización tiene experiencia en trabajar con instituciones educativas públicas en las que, a través de diversas metodologías, implementan capacitaciones y talleres que permiten una educación más emocional y humana en la formación de los adolescentes. Debido a ello, se ha identificado como un aliado importante para el trabajo de investigación.

#### **Instituciones educativas públicas y privadas**

Para las instituciones educativas escolares, se estableció el contacto con aquellas que conforman el universo educativo: directores, docentes, padres y madres de familia de los estudiantes y estudiantes de 1ero a 5to de secundaria, tanto de colegios públicos como privados. Se tomaron en cuenta estos dos sectores educativos, para tener una perspectiva más amplia de cómo se trabaja la salud mental.

Así, el trabajo de la salud mental en colegios privados se evidencia en las charlas por parte del psicólogo que se ofrece a los estudiantes sobre problemas mentales que surgen o pueden estar transitando, mientras que en colegios públicos no ocurre ello, debido a los limitados recursos económicos. Sin embargo, hay un punto en común entre ambas instituciones: la estigmatización de la salud mental y la ausencia de capacitaciones a los docentes sobre cómo abordar estos temas.

“Durante los años dictando, he tenido casos de alumnas que han presentado diferentes estados de ánimo. Ante ello, he procurado acercarme a ellas y ganarme su confianza para saber qué era lo que les estaba pasando. Sin embargo, también reconozco que no siempre sé qué decir o cómo ayudar a mis alumnas”. (*C. Amaya, comunicación telefónica, 20 de abril del 2020*)

Por otro lado, tanto para docentes como para directores de ambos sectores, la adaptación de actividades en el contexto de la crisis sanitaria por el COVID-19 ha sido muy complicada, pues implica todo un cambio en la metodología de trabajo.

“En definitiva el sector educativo ha sido uno de los más golpeados por esta coyuntura: no solo se trata de adaptarse a la educación en remoto, sino que esta convivencia escolar que se tenía cotidianamente se ha perdido. Las relaciones entre el docente y el alumno ya no son las mismas”. (*W. Condori, comunicación telefónica, 22 de abril del 2020*)

En el caso de los padres y madres de familia de estudiantes de colegios públicos y privados, respecto a la salud mental, estos últimos consideran que es sumamente importante para el desempeño y la formación de sus hijos/as. Sin embargo, cargan con algunos estigmas y no saben cómo abordar ciertos temas con ellos.

Por último, los estudiantes de 1ero a 5to de secundaria, en el caso de los colegios públicos no tienen muchos conocimientos sobre la salud mental, razón por la cual cargan con algunos estigmas. En el caso de los estudiantes de colegios privados sí conocen sobre la salud mental

y su importancia. A los estudiantes de colegios públicos les han hablado muy pocas veces sobre estos temas y su asistencia al psicólogo ha sido motivada por temas académicos exigidos desde los colegios, mientras que los estudiantes de colegios privados han asistido al psicólogo por motivos personales, como medida tomada por sus padres.

En este contexto de la crisis sanitaria por el COVID-19, su vida personal y familiar y sus dinámicas escolares han cambiado en gran medida. Asimismo, esta nueva metodología de enseñanza los ha llevado a presentar altos niveles de estrés. El contexto actual y la cuarentena han impactado en todos los aspectos de su vida, pues no les permite interactuar con su círculo social. En esta etapa del proceso del diagnóstico, se identificó que los estudiantes de 5to de secundaria se encontraban con más miedo al futuro, pues ya habían planificado metas personales y/o profesionales, como ingresar a alguna academia o postular a alguna universidad.

Por último, si bien este grupo de estudiantes de 1ro a 5to de secundaria se encuentran transitando por una coyuntura desfavorable, en algunos el vínculo con sus padres se ha reforzado a partir de esta interacción constante que antes no tenían. Por ello, se consideró importante ahondar más en el nivel de confianza entre estos actores y cómo influyen en las decisiones próximas para ellos.

### **3.2.6. Investigación del microambiente**

#### **Institución Educativa “José Santos Chocano”**

Una vez definidos los resultados principales del universo que conforma la problemática de desarrollo identificada en el contexto del COVID-19, se consideró necesario aproximarse a una realidad particular. Por lo tanto, se decidió realizar una búsqueda de instituciones

educativas públicas de secundaria que cuenten con una apertura a implementar el presente trabajo de investigación de comunicación; es decir, se optó por priorizar la factibilidad de insertar la propuesta del trabajo de investigación en un colegio público.

Una primera decisión fue centrarse en un distrito específico de Lima Metropolitana. Luego de haber entrevistado al Centro de Salud Mental Comunitaria de Pueblo Libre, se identificó que esta institución había trabajado de manera cercana con colegios públicos y con estudiantes de secundaria del distrito. Con esta información, el siguiente paso fue contactar a directores y docentes de diferentes instituciones educativas que pertenezcan a la UGEL 03 del distrito de Pueblo Libre.

Seguidamente, se entabló una comunicación con la Institución Educativa José Santos Chocano para presentarles la propuesta del presente trabajo de investigación de comunicación con enfoque de salud mental en adolescentes. La I.E. presentó una gran apertura y disposición para trabajar este tema, principalmente, porque anteriormente habían tenido un antecedente con el manejo de un caso de salud mental que fue derivado al MINEDU, a través de la plataforma “Sí Se Ve”. A partir de esta experiencia, el colegio cuenta con una actitud de predisposición a abordar este tema en el contexto actual. Así, afirmaron su interés y se inició con el recojo de información de los actores relevantes para la ejecución del trabajo de investigación.

Antes de iniciar con la realización de entrevistas a los docentes, a los estudiantes y a los padres de familia, se consideró importante delimitar el público objetivo de la propuesta. Es decir, no contar con un rango de estudiantes de 1ro a 5to de secundaria, sino establecer un

grado en particular, ya que las problemáticas de los adolescentes varían de acuerdo con su edad.

Entonces, se eligió el grado de 5to de secundaria por lo identificado en las entrevistas de 1ro a 5to de diferentes colegios y, también, porque se contempló la hipótesis de que los estudiantes de último año se encuentran atravesando una situación diferente al resto de grados. Estar en 5to de secundaria supone una serie de cuestionamientos que surgen de las interrogantes sobre su futuro: postulación a universidades o institutos, preparación preuniversitaria, qué carrera estudiar, en qué trabajar para pagarse sus estudios, entre otras, que se han visto agudizadas ante la incertidumbre que ha generado la pandemia del COVID-19. Con estos supuestos, se inició el proceso de recojo de información de los actores en mención.

En primer lugar, del total de los 10 docentes del grado de 5to de secundaria, se entrevistaron a 5, incluyendo a la tutora y cotutora. La mayoría de los docentes son nuevos y no han llegado a conocer a sus alumnos, debido a la pandemia. En términos generales, las docentes entrevistadas no conocen sobre las temáticas que se pueden abordar desde el enfoque de salud mental en el ámbito escolar. Algunos evidencian rechazo para escuchar y discutir sobre este tema, sienten que no existen espacios para dialogar con sus alumnos respecto a las emociones que pueden estar sintiendo en esta cuarentena.

La relación que llevan con ellos es, básicamente, pedagógica, a través de Zoom y el grupo de WhatsApp, para realizar un seguimiento del cumplimiento de tareas específicas. Es la profesora de Comunicación, la tutora de 5to, a su vez, quien cuenta con un mayor conocimiento y sensibilidad sobre la salud emocional de sus estudiantes. Constantemente,

ella busca generar espacios con sus alumnos para entablar conversaciones sobre otros temas diferentes del educativo con la finalidad de que se despejen.

Las profesoras entrevistadas perciben que los problemas de salud mental de los estudiantes radican en la falta de psicólogos en la institución educativa que puedan atenderlos, en los problemas de bullying y los conflictos que surgen en casa, los cuales tienen un impacto en la manera como los estudiantes se relacionan. Asimismo, las profesoras consideran que el psicólogo no tiene las capacidades necesarias para poder ayudar a los estudiantes de 5to de secundaria en los problemas que se les presenten. Tal como se menciona en la siguiente cita,

“Lo que faltan son psicólogos, hay un psicólogo para 900 alumnos y no se abastece, el problema sería la falta de psicólogos en el colegio, porque es el mayor problema. Son problemas y traumas de casa y, en el colegio, explotan... cómo los profesores podemos ayudarlo porque no somos especialistas. Hay traumas que solo los psicólogos pueden detectarlos”. (A-R. Grados, comunicación telefónica, 22 de abril del 2020).

Debido a ello, en varias oportunidades, han derivado casos al Hospital Santa Rosa de Pueblo Libre para que reciban atención psicológica. Sienten que estos problemas no pueden ser abarcados por los propios docentes, ya que consideran que ellos no son los especialistas adecuados. Conciben que no cuentan con las herramientas, el conocimiento y la práctica de cómo abordar ciertas situaciones de salud mental con sus alumnos. Inclusive, afirman que los estudiantes tienden a ser más reservados con sus problemas, la mayoría afirma “estar bien” y que “no pasa nada”. En palabras de una profesora,

“Para los chicos de 5to.... saben guardar bien sus emociones. Para ellos, es estar bien todo el tiempo y no pasa nada. [...] Como que ellos se las saben todas. Son muy vivos [...] Ellos convencen a sus padres para no ir al psicólogo. No sé cómo lo hacen, pero convencen a sus padres”. (M. Herrera, comunicación telefónica, 20 de abril del 2020).

La tutora de 5to de secundaria tiene una actitud positiva y se muestra muy motivada en ejercer su rol de docencia. Ella percibe que sus estudiantes se sienten frustrados, no tienen ninguna motivación en estos momentos y tienen una posición de desinterés, debido a que el futuro es incierto.

Por ello, recomienda que el aspecto de la salud mental que más necesitan trabajar sus estudiantes es la resiliencia, cómo manejar la incertidumbre y los cambios en sus proyectos de vida. En cuanto a la relación entre docentes y padres de familia, las docentes afirman que no existe confianza para discutir diversos temas, incluyendo sobre su salud emocional. Se concibe que los padres tienen una postura muy censuradora y crítica sobre el trabajo del docente. Tal como se evidencia en la siguiente afirmación.

“Me encanta lo que hago, trabajar con chicos. [Yo] los motivo... es una retroalimentación. Por eso, también, me pone mal no tener la cercanía con ellos, por este contexto. Me frustra bastante y, probablemente, a ellos también, por eso a veces ya no les exijo mucho. Los papás a veces no entienden que si exigimos, es porque queremos lo mejor”. (*L. Guzmán, comunicación telefónica, 22 de abril del 2020*).

Adicionalmente, del total de 15 alumnos del grado de 5to de secundaria, se entrevistaron a 7 padres y madres de familia. A partir de la información recogida, se puede afirmar que la prioridad de los padres, en este contexto actual, es la educación de sus hijos. Están más preocupados por el ingreso a la universidad de sus hijos que de su salud mental, ya que según su perspectiva, sus hijos están bien, no necesitan atención psicológica, porque todos los problemas lo solucionan en familia o rezando. La salud mental está estigmatizada. Se piensa que los “locos” son aquellos que van al psicólogo y que el psicólogo es un “loquero”, por lo tanto, sus hijos están “muy bien y no necesitan el psicólogo”. De esta manera, se percibe a la salud mental desde una mirada más espiritual.

Además, los padres evidencian una actitud de inconformidad o disgusto hacia los docentes de 5to de secundaria. Mencionan que no han entablado una relación de confianza con ellos. En el contexto actual de la crisis sanitaria del COVID-19, los padres y las madres se sienten saturados, porque, además de la carga de hogar que tienen, ahora también deben estar pendientes del desarrollo de las clases de sus hijos y realizar el seguimiento de sus tareas. Se sienten presionados y cansados por esa situación, pues sienten que han asumido el rol de los docentes. Algunos de ellos presentan preocupaciones por el tema laboral y económico, ya que, son trabajadores independientes que se han visto afectados por la crisis sanitaria COVID-19. En ese sentido, no saben si podrán pagarles una carrera universitaria o técnica a sus hijos el próximo año.

Finalmente, se entrevistaron a estudiantes de 5to de secundaria. Con respecto a cómo se sienten en el contexto actual, se afirma que están pasando por un proceso de adaptación y de cambios que ha generado que se cuestionen sobre su futuro. Se sienten frustrados y desmotivados. Respecto a sus planes de promoción de último año de secundaria, los estudiantes tenían planeado realizar un viaje y una fiesta de graduación; sin embargo, debido al contexto, los planes han sido cancelados, lo cual ha generado tristeza y desmotivación en ellos.

Sin embargo, sienten una mayor preocupación por sus planes personales y profesionales que ya habían establecido, tales como la preparación universitaria, el examen de admisión, el pago de su carrera, si deben priorizar el trabajo sobre los estudios y sobre las clases universitarias a distancia.

“[...] La educación virtual no es lo nuestro, los profesores no profundizan en la información, no hay una buena explicación, no pueden aclarar dudas. El curso de matemática es confuso y nadie nos explica. Yo no hablo mucho con mis compañeros, pero sé que casi todos están tristes, otros que son



irresponsables porque no hay obligación, hemos perdido contacto, casi todos están ocupados. He estado bien, pero ahora último me he estresado un poco, extraño interactuar con mis compañeros, cumpleaños, reuniones familiares. Quiero terminar el colegio e ingresar a un instituto, pero ahora es una posibilidad complicada por la modalidad virtual no sé si sea posible. No quiero tomar ningún break, solo estudiar y trabajar”. (*J. Caro, comunicación telefónica, 25 de abril de 2020*).

Tal como se evidencia en aquella afirmación, los estudiantes extrañan las relaciones que solían entablar en su entorno escolar durante las clases presenciales. Esto ha generado en ellos una sensación de nostalgia de las vivencias con sus amigos y sus profesores, de la etapa cuando era más sencillo hacerles preguntas y recibir las respuestas de manera inmediata. Respecto a sus profesores, afirman que no cuentan con una relación cercana, pero sí tienen mayor confianza con su tutora.

“Ahora hay muchos profesores nuevos, no hay una relación muy cercana, no hay una amistad todavía. Algunos saben explicar y se preocupan, pero otros son desorganizados, no se comunican con nosotros. Nuestra tutora es muy cercana, muy amable y se preocupa por nosotros. Ahora ellos solo nos hablan de lo académico, no nos preguntan cómo estamos, nada de eso”. (*J. Díaz, comunicación telefónica, 25 de abril de 2020*).

Los estudiantes sienten mayor confianza con sus padres o hermanos, a los cuales les piden consejos y acuden a ellos cuando se sienten tristes. Esto se relaciona con lo mencionado por sus profesoras. Los adolescentes prefieren guardarse sus problemas para su familia y no hablar al respecto con sus docentes, porque no sienten confianza con ellos.

Afirman, también, que desde el colegio no se están realizando iniciativas de acompañamiento o abordaje de la salud mental en sus clases, y sí les parecería interesante aprender más de este tema, porque el único acercamiento que tienen con especialistas es en la prueba psicológica que es requisito para la matrícula del colegio.

“Con mi mamá no hablo sobre salud mental, hablamos sobre autoestima, para fortalecer la autoestima, que no nos afecten las críticas, mi mamá me da *tips*

para no entrar en depresión por cosas que no tienen sentido. Con mi mamá sí tengo bastante confianza, tenemos una relación de amistad. Fuera de mi casa con nadie me siento cómodo de hablar de estos temas [...] Ahora es mejor, antes mi mamá trabajaba mucho pero ahora podemos hablar, ver películas, cocinar, aprovechamos mucho el tiempo juntos. A veces me siento un poco estresado por estar aislado, pero trato de llevarlo. Cuando tenemos algún problema vamos al hospital". (*L. Jaramillo, comunicación telefónica, 25 de abril de 2020*)

Por último, es importante recalcar que los estudiantes de 5to de secundaria sienten incertidumbre por lo que sucederá en su futuro. Debido a que todo es incierto, sienten miedo y preocupación sobre qué pasará con sus planes. De igual forma, perciben que este periodo les ha servido para reflexionar y ha cambiado su forma de pensar, porque se han dado cuenta de que deben valorar la libertad, sus amistades y sus relaciones interpersonales.

"Mi modo de pensar ha cambiado un poco, ahora sé que tengo que aprovechar mi tiempo al máximo y valorar las cosas, valorar la libertad, porque no sabes qué puede pasar". (*I. Pérez, comunicación telefónica, 25 de abril de 2020*)

#### **4. Conclusiones del diagnóstico de comunicación**

A partir del diagnóstico, se concluye que los actores más relevantes para el presente trabajo de investigación son los adolescentes de 5to de secundaria, sus padres y los docentes de la I.E José Santos Chocano por ser los principales involucrados en la problemática de la salud mental de estudiantes de 5to de secundaria.

En lo que respecta a las instituciones gubernamentales del MINSA y el MINEDU, se ha decidido no trabajar con ellas, debido a la ausencia de iniciativas sobre salud mental en estudiantes y por la falta de un trabajo articulado entre ellas. Por otro lado, se identificó que la organización social MAB Your Learning Coach sería un aliado para llevar a cabo el trabajo de investigación, ya que tiene experiencia en trabajar con instituciones educativas públicas en las cuales implementan capacitaciones y talleres, a través de diversas metodologías, que

permiten una educación más emocional y humana en la formación de los adolescentes. Asimismo, se han identificado alianzas estratégicas potenciales con los Centro de Salud Mental Comunitaria, puesto que trabajan directamente con colegios, municipalidades y la comunidad en general.

A partir de la búsqueda de instituciones educativas, se identificó que la I.E José Santos Chocano ubicada en el distrito de Pueblo Libre, estaba interesada en llevar a cabo un proyecto comunicacional que tuviera como tema principal la salud mental. Sobre los actores entrevistados se concluye que, los profesores sienten miedo y vergüenza de discutir temas psicológicos con los alumnos y, por ende, los delegan a informarse por su cuenta. Sumado a ello, está la percepción negativa que tienen sobre su rol como docente, puesto que, sienten que este ha perdido valor debido a las nuevas estrategias de enseñanza remota que han limitado su actuar en la enseñanza del alumno, ya que, ahora todo el aprendizaje se basa en la estrategia “Aprendo en casa”.

En lo referido a los padres de familia, se concluye que este público carga con un estigma y desconocimiento sobre lo que es salud mental y no consideran que sea un tema importante de abordar y conversar con sus hijos. Esta situación genera que los padres no hablen con sus hijos sobre su estado emocional, sus problemas personales y emocionales, que suelen aparecer sobre todo durante la etapa de adolescencia. Pese a ello, se ha identificado que sí existe una relación cercana y de confianza entre padres e hijos, ya que, al ser actores importantes en sus vidas, las opiniones que ellos les den a sus hijos serán escuchadas y tomadas en cuenta para las decisiones que tome el adolescente. En ese sentido, se concluye que los padres son clave para el desarrollo del trabajo de investigación, ya que la información

u opiniones que este actor brinde a los adolescentes se volverán más potentes y serán escuchadas por ellos.

En el caso de los adolescentes, se sienten desmotivados por la cancelación de los planes de graduación como el viaje y la fiesta de promoción, pero su mayor preocupación es su futuro profesional. La mayoría ya ha decidido la carrera universitaria o técnica que desea seguir; sin embargo, esta situación de crisis ha generado una sensación de frustración y miedo en todos los estudiantes de 5to de secundaria, ya que, no pueden inscribirse a la academia de preparación o tienen dudas sobre el proceso de admisión. En ese sentido, tienen una gran desmotivación, ya que no pueden llevar a cabo sus planes personales y profesionales.

De esta manera, en lo que respecta a los adolescentes, se considera pertinente la consolidación del vínculo comunicativo con su entorno cercano, a través del fortalecimiento de sus habilidades personales que les permitan empatizar con los demás, estar dispuestos a escuchar y conversar con los otros, sentirse listos para enfrentar los cambios y tomar decisiones para alcanzar sus objetivos.

Desde el ámbito educativo, resulta importante que los docentes se cuestionen sobre la importancia de desarrollar habilidades sociales para convertirse en un apoyo emocional para el alumno, y desde el ámbito familiar, es relevante que los padres desarrollen habilidades sociales que les permitan convertirse en los principales agentes motivadores de sus hijos.

En conclusión, a partir del diagnóstico, se puede afirmar que los estudiantes se sienten desmotivados y frustrados, sienten nostalgia y extrañan entablar sus relaciones cercanas con sus compañeros y con sus profesores. Es decir, la pandemia del COVID-19 ha generado que

el vínculo entre profesores, estudiantes y compañeros se debilita. A esto, se añade la relación que existe con sus padres que sigue siendo cercana; sin embargo, cuentan con una percepción estigmatizada sobre el tema.

Finalmente, a partir de lo descrito, se ha decidido trabajar el tema de salud mental desde un enfoque positivo, es decir, desde las habilidades personales y emocionales. Esto porque los padres de familia, al tener una percepción negativa sobre la salud mental, relacionan equivocadamente los cambios emocionales con locura, violencia, incapacidad, irresponsabilidad y enfermedad. De esta manera, abordando la salud mental desde un enfoque positivo, se logrará cumplir los objetivos planteados, que consisten en potenciar una buena salud emocional en los estudiantes de 5to de secundaria e involucrar a su entorno cercano, compuesto por padres y docentes, para el fortalecimiento del vínculo comunicativo entre ellos.

### **5. Problema de comunicación**

Luego de haber realizado un diagnóstico exhaustivo, tanto a nivel de macroentorno como de microentorno, se define el problema de comunicación. Esta fase del diseño del trabajo de investigación se caracterizó por ser un proceso de reformulación constante, que fue de lo más general a lo específico.

En primer lugar, al realizar un primer acercamiento al sector de salud mental en el contexto de la pandemia COVID-19, se encontraron diversas problemáticas que estaban siendo invisibilizadas. Debido a que la enfermedad genera un mayor grado de vulnerabilidad en las personas de la tercera edad, se han priorizado los temas vinculados a la salud física (prevención, síntomas de enfermedad, enfermedades preexistentes, entre otros). Las medidas

restrictivas de confinamiento y la cancelación de los trabajos, las clases escolares y universitarias a nivel nacional, iban evidenciando consecuencias negativas en la salud mental de las personas.

Sin embargo, la salud mental de los niños, niñas y adolescentes fue un tema que no se encontraba en agenda desde los inicios de la pandemia, y más aún los adolescentes de colegios públicos. En específico, se identificó que las instituciones públicas estaban desorganizadas y desarticuladas para atender el impacto negativo de la pandemia en el bienestar psicosocial de los adolescentes de colegios públicos a nivel nacional.

<p><b>Primera formulación</b></p>	<p>Débil articulación de los organismos encargados de contrarrestar el impacto negativo de la crisis sanitaria COVID-19 en el bienestar psicosocial de los adolescentes de 1ro a 5to de secundaria básica regular de colegios públicos peruanos</p>
-----------------------------------	---

En segundo lugar, se profundizó en el análisis de las causas de la desarticulación de las instituciones públicas para contrarrestar el impacto negativo en el bienestar psicosocial de los adolescentes y se llegó a la conclusión de que existía algo más detrás. En ese sentido, luego de realizar más entrevistas a las instituciones encargadas, se identificó que el problema de comunicación radicaba en los estereotipos y los prejuicios que existían sobre la salud mental de los adolescentes, lo cual dificultaba abordarla desde un enfoque de salud integral.

<p><b>Segunda formulación</b></p>	<p>Estereotipos negativos y prejuicios que limitan y dificultan el abordaje de la salud integral del adolescente de 1ro a 5to de secundaria básica regular durante la crisis sanitaria del COVID-19 por parte del sistema educativo público peruano</p>
-----------------------------------	---

No obstante, se identificó la necesidad de trabajar con una institución educativa pública para profundizar en mayor medida sobre cuál era el problema de comunicación: en este caso, la I.E. José Santos Chocano. Seguidamente, se decidió reducir el público adolescente de toda secundaria a, solamente, al de último año. Según el diagnóstico, existe un sentimiento de frustración por no poder llevar a cabo sus planes personales y profesionales, así como de desmotivación respecto a su último año escolar y a las tradiciones de la graduación de secundaria que se han visto perjudicadas directamente.

En este contexto, los estudiantes de 5to de secundaria no se sienten preparados para responder a los cambios que ha generado la pandemia, lo cual, a su vez, ha limitado y debilitado las formas de relacionamiento de los estudiantes con su entorno escolar cercano. Por ello, el problema de comunicación del trabajo de investigación se define tal como se muestra a continuación.

<p><b>Formulación final</b></p>	<p><b>Los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano no se sienten preparados para desenvolverse ante el contexto ocasionado por la pandemia del COVID-19 lo que ha impactado en las relaciones con su entorno cercano, compuesto por sus padres, docentes y compañeros, generando desmotivación para llevar a cabo su año escolar y frustración ante un futuro inmediato incierto</b></p>
---------------------------------	---

## **6. Público objetivo del proyecto**

Para el Trabajo de investigación “2020 No Define Tus Límites”, se ha definido trabajar con tres actores principales: los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano, los padres/madres de familia y los docentes.

### **6.1. Público prioritario: Estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano**

Los adolescentes de 5to de secundaria tienen entre 16 y 17 años, estudian en la I. E. José Santos Chocano del distrito de Pueblo Libre. El grado de 5to de secundaria cuenta con una sola sección: 5to “A”, en la cual la mayoría son hombres. Gran parte de los estudiantes vive cerca del colegio, tales como los distritos de Breña, Cercado de Lima y Jesús María. Su familia está compuesta por padres y hermanos, con quienes tienen mucha confianza, porque les brindan consejos y los entienden, aunque hay algunos temas que prefieren evitar como educación sexual, adicciones y, algunas veces, emociones.

Durante la cuarentena, en su tiempo libre, los estudiantes prefieren cocinar, jugar en familia, componer canciones, dibujar, escuchar todo tipo de música, hacer ejercicios y descansar. Ellos cuentan con acceso a internet y tienen celular propio, que utilizan para comunicarse con sus amistades y con sus profesores de colegio. Las redes sociales y los espacios virtuales que se usan más a menudo son WhatsApp, Tik Tok, Instagram, Facebook y Zoom.

Además, los estudiantes utilizan las llamadas telefónicas, el correo electrónico y, principalmente, WhatsApp para comunicarse con sus docentes. Por ello, es común que utilicen, aproximadamente, 6 horas al día para hacer sus tareas y tener tiempo de ocio. Por otro lado, el curso favorito de los estudiantes de 5to de secundaria es Comunicación y Literatura, ya que, la profesora de ese curso es su tutora, con la cual tienen un mayor grado de confianza.

Los estudiantes extrañan ir al colegio, estudiar con sus compañeros, jugar entre ellos, hablar de lo que más les gusta y hacer “chacota”, ya que, todos son muy amigos y se conocen desde



hace varios años, a excepción de dos compañeros nuevos en el aula. Respecto a sus planes de promoción de último año de secundaria, los estudiantes de 5to tenían planeado realizar un viaje dentro del país y una fiesta de graduación; sin embargo, debido al contexto actual, los planes fueron cancelados. Esto genera tristeza y desmotivación en los estudiantes. Además, se encuentran preocupados por su futuro profesional y por las metas que se habían planteado a corto plazo, como la preparación universitaria, el examen de admisión, el pago de su carrera, si debían empezar a trabajar y sobre cómo se desarrollarían las clases universitarias.

Es importante resaltar que los estudiantes de 5to de secundaria tienen metas claras y, la mayoría de ellos ya ha decidido qué carrera universitaria o técnica estudiar cuando termine el colegio, y cuál es el camino que deben seguir para cumplir sus objetivos. El contexto de crisis sanitaria del COVID-19 ha tenido un impacto en el estado emocional de los estudiantes, generando frustración, tristeza, ansiedad, desmotivación para terminar su último año escolar y miedo ante un futuro incierto.

Respecto al acercamiento previo con especialistas en salud mental, los estudiantes solamente han asistido al psicólogo en ocasiones específicas, ya que es requisito para la matrícula escolar presentar su examen psicológico en el colegio una vez al año. Frente a esta situación, los estudiantes consideran que no es necesario abordar el tema de la salud mental con un especialista; por el contrario, prefieren hablar sobre su estado emocional con una persona de confianza en su familia. En esa línea, la I.E. José Santos Chocano no ha implementado, durante la educación remota, iniciativas que permitan a los docentes abordar y discutir sobre la salud mental de los estudiantes.

Finalmente, la crisis sanitaria del COVID-19 y la propagación del coronavirus ha cambiado el modo de pensar de los estudiantes de 5to de secundaria, ahora sienten que deben aprovechar el tiempo al máximo, valorar las relaciones con su entorno cercano y la libertad, porque nadie sabe lo que puede pasar en un futuro.

## **6.2.Público secundario: Padres y madres de familia**

Los padres y las madres de los estudiantes de la I.E José Santos Chocano viven en su mayoría en los distritos de Breña, Cercado de Lima y Jesús María y forman parte de una familia que está compuesta en promedio por 2 o 3 hijos. Esta realidad ha generado que, durante el contexto actual de la crisis sanitaria del COVID-19, el tiempo que dedican para el acompañamiento escolar de cada uno de ellos resulte demandante y, en parte, estresante, puesto que ahora se encargan no solo de las tareas del hogar, sino también de la enseñanza de sus hijos, considerando que su rol ahora es también el de ser "docente". Para comunicarse con los docentes de sus hijos de 5to año de secundaria utilizan, principalmente WhatsApp, ya que consideran que es el medio más rápido e instantáneo.

Sumado a ello, manifiestan una actitud de inconformidad hacia los docentes, debido a que no se ha establecido una relación de confianza entre ellos. Respecto a sus creencias sobre la salud mental, identifican a las personas con problemas de salud mental como "locos" y, al psicólogo, como el "loquero". Ellos/as no consideran necesario que sus hijos reciban orientación psicológica, ya que perciben que están bien y sin ningún tipo de preocupación.

Si los adolescentes presentaran algún problema, los padres prefieren solucionarlo a través del diálogo en familia o rezando, demostrando de esta forma que, la religión ocupa un lugar importante dentro del ámbito familiar y para establecer una buena convivencia. Finalmente, la crisis sanitaria del COVID19 los ha perjudicado en el ámbito laboral y económico, al no

permitirles generar ingresos propios, debido a que son trabajadores independientes. En ese sentido, se encuentran muy preocupados por el futuro.

### **6.3. Público secundario: Docentes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano**

Algunos docentes de la I.E. José Santos Chocano de 5to de secundaria ingresaron a trabajar al colegio este año, algunos de ellos son de la ciudad de Lima y otros docentes son de provincia. Todos han tenido experiencia de enseñanza en colegios públicos de educación básica regular y jornada escolar completa de nivel secundario, tienen una actitud extrovertida, son muy sociables, practican deportes y pertenecen a diversos grupos. La personalidad que tienen les permitió que siguieran la carrera de docencia, y sobre todo que decidan enseñar a jóvenes. La crisis sanitaria del COVID-19 ha tenido un gran impacto en su situación laboral, porque el cambio del espacio físico, de las aulas, al espacio virtual o digital ha significado un gran proceso de adaptación.

Actualmente, los docentes brindan sesiones de reforzamiento y acompañamiento a los estudiantes que siguen los temas de la estrategia de educación remota “Aprendo en casa”. Las primeras semanas fueron días difíciles, ya que el método de enseñanza cambió por completo. Tuvieron que aprender a usar diversas herramientas digitales como Zoom, video llamadas de WhatsApp, entre otras.

Por otro lado, los docentes sienten que han sido reemplazados por las pantallas virtuales y su trabajo, hoy en día, se ha visto limitado. Con el paso de las semanas, los docentes se han adaptado a la nueva modalidad, han aprendido a usar las redes sociales y las plataformas digitales para poder comunicarse con los estudiantes y hacer el seguimiento debido de las tareas.

Asimismo, han intentado establecer un vínculo más cercano con los adolescentes quienes también se encuentran en una situación complicada; sin embargo, los docentes de 5to de secundaria reconocen que los estudiantes se encuentran desmotivados y frustrados, debido a la coyuntura. Ellos/as no cuentan con la información necesaria para abordar temas como la salud mental o para realizar sesiones de acompañamiento emocional a sus estudiantes adolescentes.

Si bien la mayoría de ellos ha realizado cursos de psicopedagogía, son formadores y capacitadores, han realizado cursos en universidades, han seguido cursos de inducción para trabajar con los docentes en situaciones difíciles, aún tienen cierto miedo de abordar temas sensibles, como las emociones. Los docentes sienten que los estudiantes tienen mayor información y que no van a poder responder a todas sus preguntas. Por ello, prefieren evadir ciertos temas o dejarlos como tarea para que sean trabajados con los padres.

#### **6.4. Perfil del público objetivo prioritario**

Debido a que se ha decidido trabajar con los estudiantes de 5to de secundaria como público primario del trabajo de investigación, se realizó un perfil para sintetizar las características principales de este actor. Estas se describen, a continuación, con la historia de Manuel.

#### **Manuel, estudiante de 5to de secundaria de la I.E José Santos Chocano**

Manuel es un adolescente de 16 años de edad que estudia en la I.E. José Santos Chocano de Pueblo Libre y se encuentra cursando el 5to año “A” de secundaria. Vive con sus padres y hermanos en el distrito de Breña. Tiene mucha confianza con su papá, porque le brinda consejos y lo entiende. En su tiempo libre, le gusta cocinar, jugar en familia, componer

canciones, dibujar, hacer ejercicios y dormir. Le gusta todo tipo de música; tiene acceso a internet y cuenta con celular propio.

Para comunicarse con sus amistades y profesores, utiliza principalmente WhatsApp, llamadas telefónicas, correo electrónico y otras plataformas virtuales, como Zoom. Su curso favorito es Comunicación y Literatura, y afirma que su tutora es la profesora con la cual tiene más confianza. A Manuel le afecta la cancelación de los planes de promoción de 5to de secundaria, pues se encuentra triste y desmotivado. Además, se encuentra preocupado por sus metas profesionales a corto plazo, como la preparación preuniversitaria, el examen de admisión, el pago de su carrera, si deberá trabajar y cómo se desarrollarán las clases de la universidad en la modalidad virtual.

Por último, Manuel se siente frustrado y desmotivado para terminar su último año escolar, y tiene miedo a un futuro incierto. Además, la propagación del coronavirus ha cambiado su modo de pensar. Ahora reconoce que tiene que aprovechar su tiempo al máximo y valorar las relaciones con su entorno cercano. Finalmente, una vez que se ha descrito las características, gustos y preferencias del público objetivo, es necesario definir cuáles son los objetivos que guiarán todo el proceso de ejecución del trabajo de investigación.

### **Insights del público objetivo primario**

- Los estudiantes de 5to de secundaria sienten incertidumbre por lo que sucederá en su futuro. Debido a que este es incierto, sienten miedo y preocupación sobre qué pasará con sus planes personales y profesionales.
- Los estudiantes extrañan las relaciones que solían entablar en su entorno escolar durante las clases presenciales. Esto ha generado en ellos una sensación de nostalgia de las vivencias escolares que compartían con sus amigos y profesores.

## 7. Objetivos del proyecto

Al identificarse que existe una incertidumbre que limita a los estudiantes a sentirse preparados para desenvolverse en el contexto ocasionado por la crisis sanitaria del COVID-19, el objetivo de comunicación se ha enfocado en el desarrollo de habilidades personales y emocionales, que permitirán potenciar una buena salud emocional en los adolescentes de 5to de secundaria.

A través del fortalecimiento de las relaciones que estos tienen con su entorno cercano, se plantea lograr una adaptación más saludable al proceso de cambios que se encuentran atravesando. Se ha decidido resaltar las características comunicativas de esta relación, pues permiten establecer un **vínculo comunicativo**, desde la perspectiva de la comunicación como relación. Así, se define al objetivo central guía de todas las acciones y estrategias del trabajo de investigación como el siguiente:

### **Objetivo general:**

Fortalecer el **vínculo comunicativo** entre los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano con su entorno cercano, a través del desarrollo de habilidades personales, tales como la empatía, adaptabilidad, apertura al diálogo y la toma de decisiones, para que puedan adaptarse saludablemente a los cambios originados por la pandemia COVID-19.

Como se ha mencionado anteriormente, en el diagnóstico se identificó que los estudiantes de 5to de secundaria no se sienten preparados para responder ante los cambios que la pandemia ha originado en sus vidas. Por ello, a través del fortalecimiento de sus habilidades personales que les permitan empatizar con los demás, estar dispuestos a escuchar y conversar con los otros, y tomar decisiones para alcanzar sus objetivos, podrán sentirse listos para adaptar sus

planes personales y/o profesionales al futuro inmediato por la pandemia COVID-19. En ese sentido, se ha planteado como objetivo específico 1 al siguiente:

**Objetivo específico 1:**

Potenciar las habilidades personales tales como empatía, adaptabilidad, apertura al diálogo y toma de decisiones de los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E José Santos Chocano durante la pandemia COVID-19

A partir del diagnóstico, se ha identificado que existen similitudes entre la situación que los docentes y los estudiantes de 5to de secundaria están atravesando. Ambos están pasando por un proceso de cambio en la metodología de enseñanza y aprendizaje. Esto ha generado frustración en el proceso de adaptación a la estrategia remota. A su vez, existe una preocupación e incertidumbre respecto a los planes personales y profesionales en ambos; sin embargo, no cuentan con los espacios ni con la confianza para discutir sobre estas emociones y cómo afrontarlas. Así, se ha podido identificar que ambos atraviesan una situación similar, pero entre ellos no han podido encontrar los momentos o los espacios que les permitan reconocer que se tienen el uno al otro para afrontar este difícil contexto conjuntamente.

Por ello, el objetivo específico 2 tiene como finalidad generar un acercamiento entre los docentes y los estudiantes a través de la generación de un sentido común que les permita comprender y empatizar con la situación que el otro está atravesando. En este proceso, se busca generar las condiciones que permitan el cuestionamiento sobre el rol que cumple el otro en este proceso de cambios y se busca resaltar la importancia del apoyo emocional que cada uno puede cumplir en este proceso de cambios comunes. En ese sentido, se ha planteado como objetivo específico 2 al siguiente:

**Objetivo específico 2:**

Generar un **sentido común** sobre los cambios producidos por la pandemia del COVID-19 para **fomentar el acercamiento** de los docentes y estudiantes de 5to secundaria de la I.E. José Santos Chocano

De acuerdo con lo investigado en el diagnóstico, se ha identificado que existe una relación cercana y de confianza entre padres e hijos, puesto que los adolescentes afirman que sus padres/madres forman parte importante en sus vidas. Al respecto, a partir de las entrevistas realizadas se ha podido extraer algunos testimonios de los adolescentes de 5to de secundaria que dan cuenta de esta buena relación con sus padres:

“Considero que mi familia es cariñosa, buena y siempre está apoyándome en las buenas y en las malas, sobre todo mi papá que me escucha y me ayuda, también mi mamá. Los momentos que más aprecio son cuando oramos y como que eso nos une, yo le cuento mis cosas a mis papás, pero más a mi papá, como que el me entiende más, pero yo los quiero a ambos [...]” (A. Sánchez, *comunicación telefónica, 27 de abril del 2020*).

“En caso me sintiera triste o ansioso por algún problema que tenga, prefiero conversar con mi papá, a él le tengo más confianza [...] porque él sabe cómo soy, cuáles son mis problemas y cómo solucionarlo, como ya ha pasado en varias ocasiones”. (W. Llerena, *comunicación telefónica, 27 de abril de 2020*).

En ese sentido, se considera relevante desarrollar las habilidades de escucha, empatía, apertura al diálogo y toma de decisiones en los padres y madres de familia para reforzar y potenciar la forma en la que se acercan, comprenden e influyen en cómo sus hijos/as responderán ante el periodo de la pandemia COVID-19.

Es decir, el objetivo específico 3 tiene la finalidad de incentivar que los padres se conviertan en los principales agentes motivadores de sus hijos, debido a que ya existe una relación de confianza con ellos. Por tal razón, la información que los padres brinden a los adolescentes



será más potente y será tomada en cuenta por los estudiantes, ya que como se mencionó anteriormente, la opinión de sus padres es importante para ellos. En ese sentido, se ha planteado como objetivo específico 3 el siguiente:

**Objetivo específico 3:**

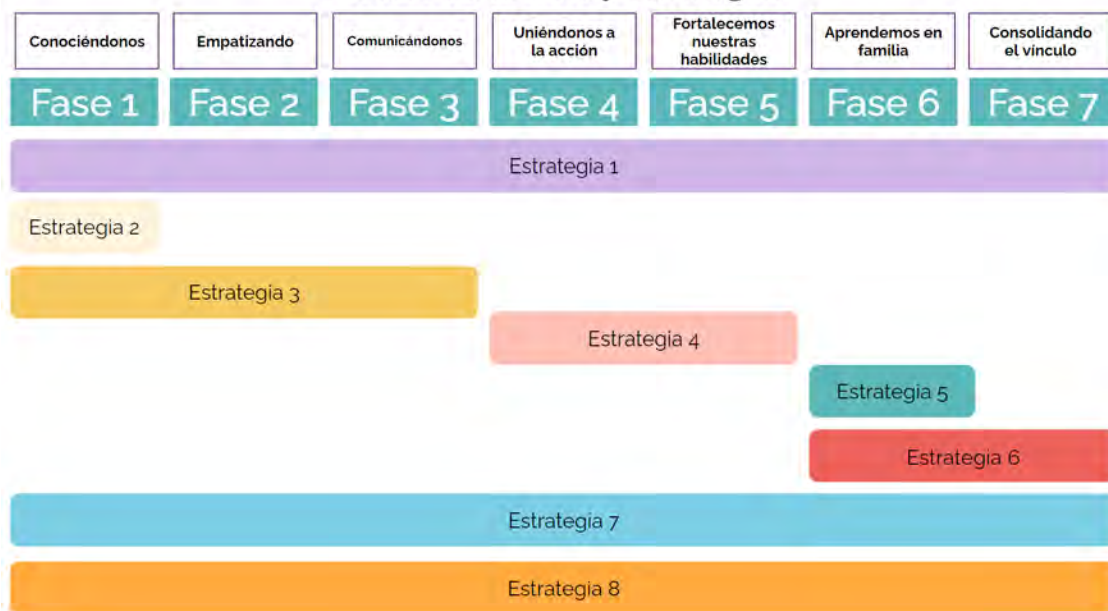
Promover que los padres de los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano desarrollen las habilidades de escucha, empatía, apertura al diálogo y toma de decisiones para convertirse en el **principal agente motivador** de sus hijo/as durante la pandemia del COVID-19.

Estos son los objetivos que guiaron todo el proceso de diseño de las estrategias de comunicación del Trabajo de investigación “2020 No Define Tus Límites”. En las siguientes líneas, se detallan las actividades y las estrategias planteadas para los actores fundamentales del trabajo de investigación: los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano, los docentes y los padres/madres de familia.

## **8. Estrategias de comunicación y actividades**

El trabajo de investigación plantea ocho estrategias de comunicación que responderán a las diferentes fases del proceso de cambio. Tres de estas son estrategias transversales a todo el trabajo de investigación. A continuación, se detallarán cada una de las fases del proceso de cambio y las estrategias propuestas.

### Proceso de cambio y estrategias



Proceso de cambio	
<b>Fase 1: Conociéndonos</b>	<p>El objetivo de la primera fase del trabajo de investigación es, por un lado, reforzar la empatía en los estudiantes y su entorno escolar y, por otro lado, que los docentes empaticen con la realidad de sus colegas y sus alumnos en el contexto actual de la crisis sanitaria. Esto constituye un primer paso para el fortalecimiento del vínculo mediante el desarrollo de actividades que les permiten reconocer los puntos en común entre ellos sobre la situación coyuntural que están atravesando. La primera fase está compuesta por tres etapas.</p> <p>Primero, los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E José Santos Chocano reflexionan sobre el impacto de la crisis sanitaria del COVID-19 en sus planes personales y profesionales, en su entorno familiar y social. Luego, los estudiantes de 5to de secundaria de la I. E. José Santos Chocano sienten nostalgia de cómo eran las relaciones con sus compañeros y profesores en el ámbito escolar antes de la crisis sanitaria del COVID-19. Por último, los docentes de la I.E. José Santos Chocano de 5to de secundaria sienten que su rol educador está perdiendo valor para el estudiante, al verse reemplazados por las nuevas estrategias de educación remota, a causa de la crisis sanitaria del COVID 19.</p>
<b>Fase 2: Empatizando</b>	<p>El objetivo de la segunda fase del trabajo de investigación es reforzar la habilidad de empatía de los estudiantes al cuestionarse sobre la importancia del rol que cumplen sus profesores en el acompañamiento de la educación remota y, a su vez, se trabaja la apertura al diálogo al intercambiar opiniones y sentimientos sobre sus vivencias entre compañeros. Esta fase está compuesta por una sola etapa que consiste en que los estudiantes de 5to de secundaria de la I. E. José Santos Chocano se cuestionan sobre el rol docente como parte importante de su entorno escolar a partir de una discusión sobre sus vivencias escolares.</p>

<p><b>Fase 3: Comunicándonos</b></p>	<p>El objetivo de la tercera fase del trabajo de investigación consiste en que, por un lado, los estudiantes fortalezcan la habilidad de apertura al diálogo, ya que deciden comunicarse con sus profesores para recoger sus recuerdos, deseos y vivencias, lo cual constituye un primer paso para que trabajen en el fortalecimiento del vínculo con sus docentes. Mientras, los profesores continúan reforzando la empatía entre colegas al reconocer que son importantes en la formación y acompañamiento emocional de sus estudiantes en la coyuntura actual. La tercera fase está compuesta por dos etapas.</p> <p>Los estudiantes de 5to de secundaria de la I. E. José Santos Chocano establecen un primer contacto con sus profesores para afianzar su vínculo que se ha visto afectado por la crisis sanitaria. A partir de ello, los docentes de la I.E. José Santos Chocano de 5to de secundaria reconocen que su rol de educador es importante para la formación y el acompañamiento emocional de sus estudiantes en el contexto del COVID-19.</p>
<p><b>Fase 4: Uniéndonos a la acción</b></p>	<p>Una vez que se ha establecido un mayor nivel de confianza en el vínculo entre los docentes y estudiantes. El objetivo de la cuarta fase del trabajo de investigación consiste en que los docentes fortalezcan la habilidad de toma de decisiones al darse tiempo para una futura capacitación. En esta aprenderán a desarrollar habilidades que les sirvan de apoyo para la formación y acompañamiento emocional de sus alumnos en el contexto ocasionado por el COVID-19. Esta fase está compuesta por dos etapas.</p> <p>Por un lado, los estudiantes de 5to de secundaria de la I. E. José Santos Chocano expresan a sus docentes y compañeros su frustración por la incertidumbre de sus planes personales y profesionales. Por otro lado, los docentes de la I.E. José Santos Chocano de 5to de secundaria se dan el tiempo para aprender sobre habilidades que les permitan apoyar a sus alumnos en el contexto ocasionado por el COVID-19.</p>
<p><b>Fase 5: Fortalecemos nuestras habilidades</b></p>	<p>A partir de las etapas previas y con la realización de las actividades, el objetivo de la quinta fase del trabajo de investigación es consolidar el fortalecimiento de habilidades personales en docentes y estudiantes que les permitan adaptarse a los cambios en sus planes personales y profesionales originados por la crisis sanitaria. Asimismo, fortalecer el vínculo entre compañeros y profesores al trabajar de manera conjunta en habilidades que les permitan pensar en soluciones para afrontar el contexto actual. Esta quinta fase está compuesta por una etapa en la que los docentes y los estudiantes comparten un espacio en el que fortalecen habilidades personales de adaptabilidad, apertura al diálogo y toma de decisiones.</p>
<p><b>Fase 6: Aprendemos en familia</b></p>	<p>El objetivo de la sexta fase consiste, por un lado, en fortalecer las habilidades de las docentes previamente aprendidas a través de las capacitaciones que brindan a los padres y madres dentro del nuevo enfoque de “Escuelas para padres”. Por otro lado, a partir de las actividades realizadas, los padres/madres de familia empatizan con la situación que están atravesando sus hijos por los efectos de la pandemia y aplican las habilidades aprendidas en la comunicación con ellos. La sexta etapa está compuesta por dos etapas.</p>

	<p>Por un lado, los docentes de 5to de secundaria enseñan a los padres, a través de la puesta en práctica de las habilidades previamente aprendidas, las habilidades personales de empatía, apertura al diálogo y toma de decisiones durante las escuelas para padres. Por otro lado, los padres de los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E José Santos Chocano aplican las habilidades previamente aprendidas en las escuelas para padres, para fomentar una comunicación asertiva en los espacios de diálogo con sus hijos.</p>
<p><b>Fase 7: Consolidando el vínculo</b></p>	<p>El objetivo de la séptima fase del trabajo de investigación consiste en que los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E José Santos Chocano consoliden el vínculo con su entorno cercano, compuesto por sus compañeros, docentes y padres, a través de la puesta en práctica de las habilidades aprendidas. La séptima fase está compuesta por una etapa que consiste en que los padres/madres de los estudiantes de 5to de secundaria impulsan a sus hijos a finalizar el año escolar y a poder adaptarse saludablemente ante un futuro inmediato incierto, convirtiéndose así en el principal agente motivador de ellos.</p>

**Estrategia 1. Evidenciar los impactos de la crisis sanitaria del COVID-19 en el ámbito personal y profesional de los estudiantes y docentes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano**

Esta estrategia se desarrollará de manera transversal a lo largo de todo el trabajo de investigación; es decir, aborda de manera integral todas las actividades. Se inicia con un proceso de reflexión sobre los cambios que la crisis sanitaria ha tenido en las vidas de los actores. A través de espacios de discusión y reflexión personal, se busca que los adolescentes identifiquen cuáles son los impactos que la crisis ha generado directamente en sus planes personales y profesionales, con la finalidad de que estas experiencias puedan ser compartidas entre sus compañeros y docentes. Por otro lado, se propone que los docentes reconozcan que estos cambios han incidido en sus metodologías, estrategias de enseñanza, en sus relaciones laborales y con sus alumnos, y en su salud emocional.

**Estrategia 2. Acercamiento entre los estudiantes y docentes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano para generar el fortalecimiento del vínculo emocional**

Esta estrategia abarca la etapa 1 del proceso de cambio. Para ello, se desarrollan espacios y actividades de relacionamiento que permitan reforzar la empatía entre los estudiantes y sus docentes al reconocer que están pasando por una situación similar de vulnerabilidad, debido a la crisis sanitaria. Estos espacios guiarán un proceso de intercambio emocional, a partir de la discusión de las situaciones particulares que están viviendo y las emociones de miedo e incertidumbre que están sintiendo.

Asimismo, se desarrollarán actividades en las que los estudiantes puedan recoger algunos recuerdos de las vivencias escolares entre sus compañeros y profesores antes de la pandemia con la finalidad de que reconozcan que comparten un sentimiento mutuo de nostalgia. De esta manera, se busca reforzar la empatía entre los estudiantes, compañeros, docentes y colegas frente a la realidad que viven en el contexto actual de la crisis sanitaria. Esta estrategia constituye un primer paso para el fortalecimiento del vínculo emocional al trabajar en actividades que les permitan reconocer puntos en común. Las actividades propuestas para la segunda estrategia son las siguientes:

- **¡Todos para uno y uno para todos!**

Es un espacio de discusión y reflexión entre estudiantes en el que se intercambian opiniones sobre cómo la crisis sanitaria COVID-19 ha cambiado sus dinámicas familiares y escolares, es decir, los cambios en sus planes personales y profesionales, y en la relación con su familia y amigos del colegio. Para ello, se les pedirá a los estudiantes que creen un meme, un video de Tiktok o un sticker que responda a la siguiente interrogante: ¿cómo te has sentido durante esta cuarentena? y se brindarán cuatro temáticas específicas sobre las cuales pueden responder esta pregunta: las relaciones con sus papás y sus amigos del colegio, la educación remota, las nuevas actividades aprendidas y los cambios al terminar el colegio.

- ***Jamboard*<sup>1</sup> de emociones**

Se comparte a cada uno de los docentes el *Jamboard* y videos con los mensajes elaborados por los estudiantes en ¡Todos para uno y uno para todos! Esta actividad permite que los profesores conozcan la situación de incertidumbre en la que se encuentran los estudiantes debido a la crisis sanitaria y, así, busca generar cierta empatía en ellos al identificar que están pasando por una situación similar.

### **Estrategia 3. Valoración de las relaciones en el espacio escolar de la I.E. José Santos**

#### **Chocano**

Esta estrategia abarca las etapas 2 y 3 del proceso de cambio. Esta consiste en revalorar las dinámicas y los espacios de comunicación e interacción que se solían entablar durante la educación presencial y que, debido a la crisis sanitaria, se han debilitado. La estrategia de enseñanza remota ha dificultado que estos espacios se trasladen a la virtualidad, lo cual ha generado que se debilite el vínculo entre estudiantes y docentes. Inclusive, en el caso de los nuevos docentes, el entorno digital ha imposibilitado que haya confianza con ellos, puesto que no han encontrado un espacio para interactuar fuera del ámbito académico.

Por ello, esta estrategia busca generar nostalgia en los estudiantes a través de una reflexión sobre sus recuerdos y vivencias escolares, y del intercambio de sus pensamientos y emociones que este proceso les genera. Se espera que se cuestionen sobre la importancia del espacio escolar, como espacio de socialización, de comunicación, de crecimiento y de intercambio, así como, un espacio que cumple un rol fundamental en su desarrollo personal.

---

<sup>1</sup> El *Jamboard* es una plataforma virtual que permite ordenar información de manera dinámica y llamativa. Se pueden utilizar imágenes, textos, videos, emojis, frases, entre otras.

Dentro de esta estrategia, también, se trabaja la valoración del rol del docente en la formación del estudiante, al ser un apoyo emocional para sus alumnos durante la coyuntura actual. Las actividades propuestas para la tercera estrategia son las siguientes:

- **Generación 2020**

Esta actividad que se trabaja con los estudiantes de 5to de secundaria consiste en el recojo de sus fotos, recuerdos y anécdotas escolares vividas con sus compañeros y profesores. Además, deberán escribir sobre cómo se ven de aquí a 5 años y un mensaje de despedida y agradecimiento dirigido a sus compañeros y docentes. La información recopilada será plasmada en un anuario digital escolar.

- **Fiesta de Promoción Virtual**

En esta actividad se encontrarán juegos y reflexiones que permitan que los estudiantes reconozcan que se tienen el uno para el otro para afrontar los cambios que la pandemia ha generado en sus vidas. Además, será un espacio de interacción en el que los estudiantes propondrán soluciones para trabajar y enfrentar unidos las dificultades que la educación remota les supone, a través de las siguientes preguntas: ¿cómo me siento al respecto?, ¿qué barreras tengo ahora para alcanzar mis metas personales y profesionales? y ¿cómo podemos vencer estas barreras juntos?

- **Juego de Roles**

Esta actividad tendrá como objetivo que los estudiantes empaticen con la situación que están atravesando sus profesores, debido a los cambios generados por la crisis sanitaria. Se dividen en 5 grupos y serán los encargados de representar cómo el docente se preparaba para una clase presencial y cómo se preparan ahora para dictar clases virtuales a través del uso de

nuevas herramientas tecnológicas. Esta actividad buscará que los estudiantes reconozcan que el docente presenta dificultades y limitaciones para implementar las clases virtuales, pero que logra superarlas a favor de la enseñanza para los y las estudiantes.

- **Súper Docente**

Los estudiantes describen las cualidades que ellos más aprecian de sus profesores bajo la metáfora de los “poderes”. Por ejemplo: *“Mi Súper Docente tiene el poder de responder mis dudas sobre los ejercicios de clase con ejemplos graciosos”*. Deberán compartirlo en el formato digital de su preferencia (video, fotos, TikTok, entre otros). La finalidad de esta actividad es lograr que los estudiantes se cuestionen sobre el rol del docente como parte importante en su entorno escolar. Así, podrán reconocerlo como un aliado para afrontar los cambios originados por la crisis sanitaria. Además, se espera que se movilicen a contactarlos para fortalecer el vínculo con ellos.

#### **Estrategia 4. Fortalecimiento de habilidades personales en estudiantes y docentes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano**

La cuarta estrategia abarca las etapas 4 y 5 del proceso de cambio. Esta consiste en el fortalecimiento de habilidades personales, tales como la adaptabilidad, la apertura al diálogo y la toma de decisiones. Para ello, en primer lugar, se trabaja con los docentes, quienes destinarán un espacio de su rutina diaria para el aprendizaje de habilidades personales que les permitan ser un apoyo emocional para sus alumnos en el contexto ocasionado por el COVID-19.

Estas habilidades contribuirán a que los docentes se sientan más preparados para interactuar con los estudiantes, lo cual reforzará su vínculo comunicativo y permitirá que tengan mayor



seguridad para guiarlos en su formación. En segundo lugar, se trabajará con los estudiantes, quienes a partir del fortalecimiento de sus habilidades personales podrán empatizar con sus compañeros y docentes. De ese modo, podrán asumir los cambios como parte de su proceso de crecimiento y continuar con la planificación de sus planes.

Asimismo, el fortalecimiento de las habilidades personales, a su vez, se consolida mediante capacitaciones y talleres virtuales, que serán diseñados conjuntamente con MAB Your Learning Coach, organización aliada del trabajo de investigación. Esta estrategia contribuye en la formación personal y profesional de los estudiantes y docentes, ya que apunta a fortalecer el vínculo comunicativo de manera sostenible entre ambos actores. Esto con la finalidad de trabajar conjuntamente en los espacios de clases y, así, pensar en nuevas soluciones para afrontar el contexto actual. Las actividades propuestas para la cuarta estrategia son las siguientes:

- **Capacitaciones de habilidades blandas**

Primero se realizará un diálogo con los docentes en el que se abordan las habilidades que se trabajarán en conjunto con los estudiantes. Este espacio permitirá recibir las opiniones y sugerencias sobre nuevos temas que deseen trabajar. Luego, se coordinarán, entre las personas encargadas del trabajo de investigación y los docentes, horarios disponibles para llevar a cabo el plan de capacitación. La finalidad de esta actividad es que los docentes puedan destinar un espacio de su rutina diaria para aprender sobre habilidades personales, las cuales les permitan ser un apoyo emocional para sus alumnos en el contexto ocasionado por el COVID-19. Es importante que los docentes reciban la información necesaria y estén preparados para que pierdan el miedo durante su interacción con el estudiante, lo cual reforzará su vínculo y permitirá que tengan mayor seguridad para guiarlos en su formación.

- **¡Aprendemos con MAB!**

Desarrollo de talleres virtuales para docentes y estudiantes, los cuales estarán dirigidos por MAB Your Learning Coach, organización aliada para el trabajo de investigación elegida a partir del diagnóstico, quienes trabajan con habilidades personales y sociales para actores relevantes en el sector educativo. El objetivo será el fortalecimiento de las siguientes habilidades personales:

**Empatía:** Es la habilidad para entender los problemas de una persona, lo que siente y necesita, poniéndose en su lugar, para así ofrecer una respuesta adecuada a sus emociones (Balart, 2013).

**Apertura al diálogo:** La apertura al diálogo implica dar inicio al intercambio de opiniones entre diferentes individuos para construir un significado común (Ibarra, 2013).

**Adaptabilidad:** Esta habilidad permite asumir los cambios como parte del proceso de crecimiento y transformación, sin que esto altere el cumplimiento de los objetivos que se ha propuesto (CICAP, 2017).

**Toma de decisiones:** Permite elegir la alternativa que se llevará a cabo con determinación e inteligencia emocional (Martínez, 2014).

Cada una de estas habilidades ayudará a los docentes y estudiantes en su formación académica y profesional; y, sobre todo, a nivel personal, para enfrentar diversos retos de la vida, como la situación actual de crisis sanitaria. Además, se espera que los docentes continúen trabajando estas habilidades con sus alumnos en los espacios de clases para lograr un vínculo sostenible y duradero.

**Estrategia 5. Fortalecimiento de habilidades personales en padres/madres de familia de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano**

Esta estrategia abarca la etapa 6 del proceso de cambio mediante la incorporación del enfoque socioemocional en las “Escuelas para padres” (EPP). Las sesiones de EPP son espacios de comunicación y reflexión que realizan los docentes con el objetivo de involucrar a los padres y madres de familia en la formación de sus hijo/as, fortaleciendo los vínculos afectivos de la familia para asegurar el desarrollo integral de estos.

Las EPP constituyen una estrategia educativa que ya existe en los colegios públicos; sin embargo, debido a la situación de crisis que viven todas las familias y a la nueva modalidad de educación remota, estos espacios necesitan adaptarse. Por ello, se propone la realización de talleres virtuales de EPP, que serán diseñados junto a MAB Your Learning Coach, en los que se trabajarán las habilidades personales, tales como la apertura al diálogo, la toma de decisiones, y el fortalecimiento de la capacidad de empatía. Esto con el objetivo de que los padres potencien una comunicación más asertiva a fin de brindarles a sus hijos el apoyo emocional que necesitan ante la coyuntura actual y motivarlos a poner en práctica las habilidades aprendidas, con las que podrán adaptarse a los nuevos desafíos y replantear sus planes personales y profesionales.

Por último, esta estrategia permite reforzar el vínculo emocional y comunicativo entre padres/madres e hijos, que ha sido previamente identificado como cercano y de confianza. De esta manera, se espera que los padres logren cierta empatía con la situación que atraviesan sus hijas/os, debido a la crisis sanitaria, y reconozcan puntos en común sobre los cambios

que están experimentando y, así, afrontarlos de manera conjunta. Las actividades propuestas para la quinta estrategia son las siguientes:

- **¡Escuelas para padres con enfoque socioemocional!**

Un espacio ya creado por la misma escuela en el que se busca fomentar el diálogo entre el docente y padre/madre para discutir sobre la formación de los estudiantes, servirán como espacio de intercambio. Este tendrá el objetivo de que los docentes presenten un nuevo enfoque de las “Escuelas para padres” que sirva como un espacio para la enseñanza de las habilidades personales. Estas les permitirán a los padres ser el apoyo emocional de sus hijos ante la coyuntura actual, motivándolos a poner en práctica las habilidades personales aprendidas para adaptarse a los nuevos desafíos y replantear sus planes personales y profesionales.

Para el desarrollo de la “Escuela para padres”, los docentes solicitarán el asesoramiento de MAB Your Learning Coach para el diseño de cada sesión. Luego, coordinarán con los padres para definir un cronograma en conjunto. En cada sesión se desarrollará una temática relacionada al aprendizaje de habilidades personales como la empatía, apertura al diálogo y toma de decisiones, a través de ejemplos que puedan ser adaptados al ámbito familiar.

Durante las sesiones se compartirá con los padres el *Jamboard* y el anuario escolar 2020 realizado por sus hijos, con la finalidad de que los padres reflexionen sobre cómo la crisis sanitaria está afectando los planes personales y profesionales de sus hijos y cómo se sienten respecto a ello. Se espera que los padres reconozcan puntos en común con sus hijos, ya que ambos están experimentando cambios que los afectan en todos los ámbitos de sus vidas y

logren empatizar con la situación que están atravesando sus hijos/as, debido a la crisis sanitaria.

**Estrategia 6. Acompañamiento en el fortalecimiento de habilidades personales en padres/madres e hijo/as.**

Esta estrategia abarca las etapas 6 y 7 del proceso de cambio del trabajo de investigación, se desarrolla paralelamente a las sesiones de “Escuela para Padres” (EPP) y tiene el objetivo de que los docentes puedan brindar un acompañamiento a los estudiantes y sus padres/madres de familia. Para ello, se plantea diseñar instrumentos de monitoreo, como fichas de registro y bitácoras, para que los docentes, junto al asesoramiento de MAB Your Learning Coach, puedan informar, recoger inquietudes, absolver todas las dudas de los padres, y realizar un seguimiento sobre los avances y la puesta en práctica de lo aprendido por parte de las familias.

Además, esto permitirá que los docentes se apropien de las habilidades personales, tales como empatía, toma de decisiones y apertura al diálogo, y puedan potenciar los espacios de enseñanza de las EPP. Esto con la finalidad de orientar eficazmente a los padres en la formación de sus hijos/as y sobre el impacto que puede generar la crisis sanitaria en estos, tanto académica como emocionalmente. Asimismo, les servirá para desarrollar una comunicación asertiva, se conviertan en los principales aliados de sus hijos/as y reafirmen su apoyo emocional durante esta etapa de cambios originados por la crisis sanitaria.

En las actividades propuestas para esta estrategia, primero, se entregará a cada familia una ficha en la que se propondrán actividades para realizar en casa y, de esta manera, reforzar y aplicar lo aprendido en cada sesión. Esto les servirá a los padres para hacer una autoevaluación sobre cómo están llevando la relación con sus hijos. Luego, se propondrá la

creación de una bitácora para que los adolescentes plasmen sus experiencias, opiniones y sentimientos sobre los cambios en las dinámicas familiares y cómo se sienten respecto a ello. La finalidad de estas actividades es que los docentes monitoreen y realicen un acompañamiento del trabajo que los padres vienen realizando con la puesta en práctica de las habilidades de escucha, empatía y apertura al diálogo, que servirán para potenciar una comunicación eficaz con sus hijos/as. Asimismo, esta actividad permitirá que los padres/madres motiven a sus hijos/as a continuar con este proceso de adaptación ante los cambios originados por la crisis sanitaria y puedan seguir con la planificación de metas personales y profesionales. Finalmente, reconocerán que este proceso de trabajo ha servido para afianzar el vínculo entre ambos y reafirmarán su rol de apoyo emocional durante esta etapa de cambios.

#### **Estrategia 7. Aplicación de metodologías de comunicación adaptadas al ámbito virtual**

Debido al distanciamiento social, se desarrolla una estrategia transversal a todas las etapas del trabajo de investigación, pues se utilizan las Tecnologías de Información y Comunicaciones (TICs) como base metodológica para el desarrollo de las actividades. En ese sentido, se trabaja con herramientas digitales como Canva y Jamboard; plataforma virtual como Zoom; y medios sociales como WhatsApp y Facebook. El uso de estas herramientas y plataformas permite generar espacios de discusión, de intercambio de ideas y de experiencias de forma remota con el objetivo de fortalecer el vínculo comunicativo entre compañeros, docentes, madres y padres.

Esta estrategia incluyó el asesoramiento de MAB Your Learning Coach, organización aliada para el trabajo de investigación, quienes tienen experiencia en el sector educativo público trabajando una metodología de educación integral, quien estuvo encargada del asesoramiento

para el diseño y ejecución de algunas actividades. Asimismo, reforzó el enfoque inicial del trabajo de investigación, el cual se centra en el nivel emocional de los estudiantes de 5to de secundaria a través del fortalecimiento de habilidades personales y el vínculo comunicativo.

Así, las dinámicas planteadas para los talleres y las capacitaciones han sido adaptadas para un escenario virtual, las cuales buscan una participación activa y didáctica, tanto de los estudiantes como de los docentes. Sin embargo, también son actividades flexibles y responden a nuevos espacios donde se desarrolle el trabajo de investigación, por ejemplo, las aulas.

### **Estrategia 8. Incidencia en instituciones públicas**

Se plantea realizar una estrategia de incidencia hacia las instituciones públicas responsables de abordar el tema de la salud mental en adolescentes de último año de secundaria de colegios públicos. Los estudiantes de 5to de secundaria atraviesan una situación particular: sus planes personales y profesionales se han visto frustrados por la pandemia del COVID-19, lo cual ha generado cuestionamientos y sentimientos de preocupación.

Asimismo, los docentes de los colegios públicos de último año se han visto directamente afectados, al tener que cambiar sus metodologías de enseñanza presencial a virtual. En este proceso de adaptación, solamente han recibido asistencias técnicas, priorizando la ejecución del servicio educativo sobre su salud emocional dejando de lado el acompañamiento psicológico que necesitan para afrontar todos estos cambios, tanto en su vida personal, profesional y laboral.

A partir de los resultados del diagnóstico, se identificó que las instituciones encargadas de abordar la salud mental en el ámbito educativo público no están trabajando sobre esta problemática activamente. Por ello, se plantea realizar una estrategia transversal a todo el trabajo de investigación. Esta aborda una campaña de incidencia en medios sociales, a través de Facebook, Twitter e Instagram, que tendrá como objetivo exponer la problemática identificada, compartir los avances del trabajo de investigación y generar debate público sobre la importancia de abordar este tema en el ámbito educativo público. Finalmente, la campaña utilizará mensajes claves a través de hashtags y tags dirigidos a personalidades públicas pertinentes con la finalidad de generar alianzas con instituciones que se comprometan e involucren en una solución conjunta.

### **9. Actividades ejecutadas<sup>2</sup>**

Para la ejecución de las actividades se realizó un trabajo de investigación piloto con los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano. Se llevaron a cabo 3 actividades que corresponden a la primera etapa del proceso de cambio del trabajo de investigación. En esta etapa, se busca que los estudiantes reflexionen sobre el impacto de la crisis sanitaria del COVID-19 en sus planes personales y profesionales.

A partir de esta reflexión, se espera que recuerden cómo era su situación escolar antes de la pandemia y cómo eran las relaciones que tenían con sus compañeros de clase y sus profesores. Estas actividades han contribuido a que los adolescentes se den cuenta de que se tienen el uno para el otro para apoyarse y de que todos están pasando por la misma situación de cambio. A pesar de que el trabajo de investigación está diseñado para implementarlo en

---

<sup>2</sup> En la sección de Anexos, se encontrarán las guías, los recursos comunicacionales y el cronograma de las actividades ejecutadas.



un año, el piloto se ejecutó en el plazo de dos semanas con dos reuniones en la plataforma Zoom de una duración de una hora y media cada una, así como se realizaron dinámicas asincrónicas en dicho plazo.

### **9.1. Actividad 1: “¡Todos para uno y uno para todos!”**

#### **Objetivo de la actividad**

Los estudiantes de 5to de secundaria se sienten desmotivados y frustrados, debido a la incertidumbre que ha generado la crisis sanitaria del COVID-19 en sus planes personales, profesionales y en sus relaciones con su entorno cercano. De esta manera, el objetivo de la primera actividad es evidenciar el impacto de la crisis sanitaria del COVID-19 en los planes personales y profesionales de los estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa José Santos Chocano. Asimismo, se busca que todos los estudiantes reconozcan que están pasando por una situación similar debido a la crisis sanitaria. Para ello, se promoverá la reflexión sobre cómo la pandemia ha afectado a sus vidas.

#### **Participantes**

- Estudiantes de 5to de secundaria

#### **Responsables**

- María Fernanda Mendoza
- Andrea Castañeda

#### **Metodología**

#### **Materiales**

- Grupo de WhatsApp con la imagen del logo del trabajo de investigación para los estudiantes
- Reunión de Zoom ilimitada
- Presentación para la reunión de Zoom
- Mensajes de WhatsApp
- Imagen de bienvenida
- Indicaciones acompañadas con ejemplos de memes y videos de TikTok
- Invitación para la reunión del Zoom
- Meme como recordatorio del encuentro virtual

### **Desarrollo de la actividad**

La actividad estuvo compuesta de dos partes realizadas de manera asincrónica y sincrónica. Para la primera parte, se creó un grupo de WhatsApp entre los estudiantes y las encargadas del trabajo de investigación. Este grupo sirvió como la plataforma principal de comunicación, en la cual se dio a conocer la primera dinámica que los estudiantes tenían que desarrollar. Asimismo, permitió un primer intercambio de opiniones de manera asincrónica a partir del primer producto digital creado.

Una vez que todos los estudiantes fueron agregados al grupo, se publicó una imagen de bienvenida, a manera de presentación, y se les pidió que se presenten y cuenten un poco más de ellos: gustos musicales, comida favorita, película favorita, hobbies, entre otros. Luego de esta pequeña introducción, se publicaron las indicaciones de la primera misión a realizar. Las responsables de la actividad explicaron las indicaciones y los acompañaron con un meme, un TikTok y/o un sticker, que sirvieron como ejemplos para los estudiantes.

De esta manera, los estudiantes tuvieron que crear un meme, un video de Tik Tok o un sticker, que responda a cómo la cuarentena ha cambiado sus planes personales y profesionales, además de la relación con su familia y amigos. Es decir, con qué meme se identifican, qué situación que hayan vivido en esta cuarentena pueden representar en el material multimedia. Asimismo, se les brindó una serie de temáticas orientadoras que les sirvió como inspiración y guía:

- ¿Cómo te has sentido durante esta cuarentena?:
  - Relaciones con tus papás y tus “patas” del cole
  - Educación remota
  - Nuevas actividades aprendidas
  - Cambios de actitud o de emociones

A fin de que los productos realizados sean visualizados y comentados por todos los estudiantes, los adolescentes tuvieron un plazo de 2 días para subir su meme, video de Tik Tok o sticker junto a una breve explicación que responde a las temáticas dadas, a través del grupo de WhatsApp. Durante esos 2 días, las responsables de la actividad fueron respondiendo los productos de los estudiantes (con memes o solo texto) para fomentar la participación. Paralelamente, las encargadas publicaron memes o videos, sobre situaciones vividas durante la cuarentena con la finalidad de hacerles recordar de la dinámica pendiente e interactuar con ellos.

Las indicaciones de la dinámica se realizaron durante la tarde del día miércoles 1 de julio. Al día siguiente, se publicó, en el grupo de WhatsApp, la invitación a la reunión de Zoom que se llevó a cabo el día viernes 03 de julio a las 4:00 pm.

Para la segunda parte de la actividad, se llevó a cabo una reunión de Zoom con los estudiantes. El tiempo de duración fue de 1 hora, aproximadamente. Este fue un espacio de intercambio de las reflexiones y opiniones a las que llegaron a partir de la dinámica realizada anteriormente.

En un primer momento, se inició la reunión con la presentación del Trabajo de investigación “2020 No Define Tus Límites”. Cada integrante se presentó y, luego, explicó en qué consistía el trabajo de investigación. Después de esto, se realizó una dinámica rompe hielo con los estudiantes para conocernos entre todos. Esta primera dinámica buscaba que cada estudiante diga su nombre, mencione alguna actividad que empiece con la inicial de su nombre y responda que extrañaba del colegio. Las respuestas no podían repetirse. Por ejemplo: “¡Hola! Yo me llamo Sandra y en el cole salía al recreo a comer salchipapa”.

Luego, se procedió a la etapa de reflexión. En ella, primero, se les presentó a los estudiantes los stickers, memes y videos de Tik Tok que ellos enviaron por el grupo de WhatsApp como respuesta a la pregunta de ¿cómo se han sentido durante esta cuarentena?, así como los videos y memes mostrados por las integrantes del trabajo de investigación. Con ello, se buscaba que los estudiantes puedan contar un poco más sobre las situaciones y los cambios que han estado viviendo durante la cuarentena, y así, ir encontrando puntos en común entre todos.

Después de finalizada esta actividad, se dio inicio a la segunda dinámica, denominada “Elige tu Camino”. Esta actividad fue desarrollada como un juego virtual, en el que los estudiantes debían elegir el camino que tomaría el personaje de la historia, quien es un adolescente (de nombre Manuel) de 5to año de secundaria que agrupa las características recogidas en el diagnóstico. Además, la elección de qué camino tomaría, partió de los estudiantes, quienes a

través de un consenso eligieron la opción que preferían, y, así, construyeron la historia del personaje conjuntamente. Esta historia recogió las situaciones que los estudiantes previamente comentaron en la primera dinámica.

Así, se abordaron temáticas tales como:

- Preferencias musicales (a fin de introducir de manera amigable la conversación sobre los cambios que reconocen en la cuarentena y sin perder el sentido del lenguaje de la explicación)
- Relaciones con sus padres y amigos
- Sentimientos generados por su último año escolar
- Planes personales y profesionales
- Elección de personas con quien comparte sus emociones y preocupaciones
- Cambios de actitud, generados por la pandemia

Luego de este juego, se les comentó a los estudiantes que esta historia fue nutrida de las experiencias y situaciones compartidas, de manera previa, y que el juego había sido un reflejo de los puntos en común de sus vivencias y descripciones entre compañeros. Así, se abrió un espacio de discusión y conversación, cerrando con un mensaje sobre cómo todos los estudiantes están atravesando por la misma situación y experimentando los mismos sentimientos. Por último, se les pidió a los estudiantes que compartan con todos qué mensaje positivo se llevaron de la charla y las opiniones respecto a ella. Finalmente, se les informó sobre la segunda misión que debían realizar, la cual consistía en la recopilación de fotos, recuerdos, deseos y anécdotas vividas con sus compañeros y docentes. Se les agradeció su presencia y participación en la reunión, finalizando la reunión.

### **Medición de la actividad**

La primera parte de la actividad que corresponde a la publicación de los memes, stickers o videos de Tik Tok creados por los estudiantes, se midió a través de un análisis de contenido de los mensajes del grupo de WhatsApp, en específicamente, la interacción producida y la cantidad de mensajes publicados. El instrumento de medición de la segunda parte de la actividad se realizó a través de una pregunta final en la que cada estudiante compartió sus opiniones sobre la actividad y los mensajes positivos que se llevan de esta.

### **Indicador de éxito de la actividad**

Para conocer el éxito de la primera parte de la actividad, fue fundamental que el 60% de los estudiantes publicaron uno o más memes, videos de Tik Tok o stickers en el grupo de WhatsApp. Para el indicador de éxito de la segunda parte de la actividad, fue necesario la asistencia del 60% de los estudiantes en el Zoom. Asimismo, tenía que realizarse una participación activa y constante de los estudiantes frente a las dinámicas que se presentaron. Por último, a partir de las opiniones recogidas en la última parte de la actividad se buscó que la gran mayoría de los estudiantes se den cuenta que todos están viviendo una situación similar de cambios y que es natural sentir cambios emocionales, a causa de la incertidumbre del contexto.

### **Estrategia de convocatoria**

Para convocar a los estudiantes, se coordinó con la tutora de 5to de secundaria para la creación de un grupo de WhatsApp entre las integrantes del trabajo de investigación y los estudiantes. Una vez formado el grupo, cada integrante se presentó y se les informó sobre el trabajo de investigación y la finalidad del grupo creado.

A: *Hola, soy Andrea [inserta su emoji]*

M: *Hola, soy Mafer [inserta su emoji]*

V: *Hola, soy Vero [inserta su emoji]*

C: *Hola, soy Cami [inserta su emoji]*

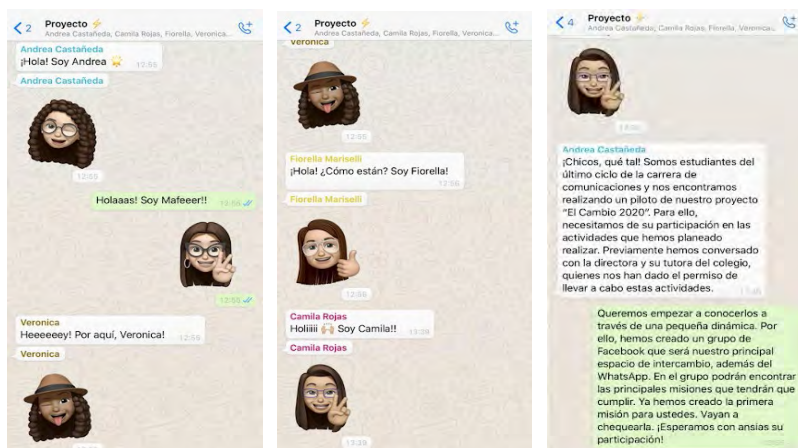
F: *Hola, soy Fio [inserta su emoji]*

A: *Chicos, ¡qué tal! Somos estudiantes del último ciclo de la carrera de comunicaciones y nos encontramos realizando un piloto de nuestro Trabajo de investigación “#2020NoDefineTusLímites”. Para ello, necesitamos de su participación en las actividades que hemos planeado realizar. Previamente hemos conversado con la directora y su tutora del colegio, quienes nos han dado el permiso de llevar a cabo estas actividades.*

M: *Queremos empezar a conocerlos a través de una pequeña dinámica. Por ello, hemos creado un grupo de Facebook que será nuestro principal espacio de intercambio, además del WhatsApp. \*inserta link\*. En el grupo podrán encontrar las principales misiones que tendrán que cumplir. Ya hemos creado la primera misión para ustedes. Vayan a chequearla. ¡Esperamos con ansias su participación!*

V: *Si tienen alguna dificultad para entrar al grupo de Facebook o alguna otra duda, avísennos para ayudarlos ¡Estamos muy contentas de trabajar con ustedes!*

C: *Si falta alguien de tu prom, pásale la voz para que se una a la experiencia.*



Para la convocatoria a la reunión de Zoom, se publicó en el grupo de WhatsApp una invitación a la actividad a realizar, la cual fue diseñada según la línea gráfica del trabajo de investigación. En ella, se mencionó el día y la hora.

## 9.2. Actividad 2: “Generación 2020”

### Objetivo de la actividad

El objetivo de la segunda actividad consistía en que los estudiantes, a partir del recojo y la discusión de sus vivencias escolares, sintieran nostalgia sobre cómo eran las relaciones con sus compañeros y docentes en el ámbito escolar antes de la crisis sanitaria del COVID-19. Además, se esperaba que los estudiantes se cuestionen sobre el rol importante que cumplen sus docentes y compañeros como parte de su formación escolar.

### Participantes

- Estudiantes de 5to de secundaria

### Responsables



Las encargadas del trabajo de investigación fueron las responsables de dar acompañamiento a los estudiantes para el desarrollo de la actividad. A cada una se les asignó un grupo de estudiantes:

- Andrea Castañeda y Fiorella Mariselli: Grupo 1
- María Fernanda Mendoza y Verónica Solano: Grupo 2
- La responsable general de la actividad y encargada de diseñar los anuncios de indicaciones y recordatorios fue Camila Rojas Ludeña.

### **Metodología**

#### **Materiales**

- 5 grupos de WhatsApp con el logo del trabajo de investigación
- Anuncios diseñados con la línea gráfica del trabajo de investigación
- Inicio de etapas
- Indicaciones
- Recordatorios
- Herramienta digital Canva
- Herramienta digital Mentimeter
- Carpetas en Google Drive
- Reunión ilimitada en la plataforma digital Zoom

### **Desarrollo de la actividad**

- **Primera etapa:**

Una vez que los estudiantes reflexionaron sobre los cambios que ha generado la crisis sanitaria del COVID-19 en sus planes personales, profesionales y en los vínculos con su

entorno cercano; se esperó que recuerden cómo era su situación escolar antes de la pandemia y cómo eran las relaciones que tenían con sus compañeros de clase y sus profesores.

Para esta actividad, se planteó la creación de 2 grupos de WhatsApp, los cuales estarían compuestos por tres estudiantes y una persona encargada del grupo. El grupo de WhatsApp permitió al equipo del trabajo de investigación y a los estudiantes intercambiar opiniones, resolver todas sus dudas con relación a las actividades y, por ese medio, recibir las indicaciones de lo que se iba a trabajar. Asimismo, las encargadas de los grupos cumplieron un rol importante, ya que motivaron a los estudiantes a participar, acompañaron al grupo en el desarrollo de las actividades y mantuvieron una comunicación fluida con ellos para que puedan cumplir lo encargado.

Luego de distribuir a todos los estudiantes, la encargada de cada grupo envió las indicaciones de la segunda misión. Para ello, se les pidió a los estudiantes que recolecten fotos, recuerdos, deseos y anécdotas vividas entre sus compañeros y docentes. Además, a cada grupo se les asignó 5 docentes a quienes debían contactar. Debido a que algunos profesores son nuevos, se les pidió a estos docentes a que escriban un mensaje que quieran dedicar a sus alumnos de último año y sus deseos para el futuro de los chicos, mientras que, a los docentes antiguos, se les pidió recuerdos y anécdotas vividas durante el tiempo que llevan trabajando en el colegio. Para esta primera etapa, tuvieron un plazo de 2 días en el cual los estudiantes debían interactuar entre ellos y comunicarse con los docentes para recolectar la mayor cantidad de vivencias escolares.

Paralelamente, las encargadas de los grupos enviaron a los estudiantes las primeras tareas de la tercera misión, las cuales consistieron en que cada uno debía redactar su descripción, un

mensaje de despedida, cómo se ven en 5 o 10 años, agradecimientos y dedicatorias para sus compañeros y docentes. Las encargadas de los grupos enviaron a los estudiantes, a través de WhatsApp, recordatorios sobre el tiempo que les quedaba (ejemplo: ¡Falta 1 día!) o sobre las indicaciones de la actividad.

Al finalizar los dos días del plazo, toda la información que los estudiantes enviaron se almacenó en unas carpetas de Google Drive. Asimismo, se destinó un tiempo para conversar con los estudiantes en el grupo de WhatsApp y recoger sus percepciones con relación a esta primera etapa, preguntarle cómo se han sentido recordando todas sus vivencias escolares, qué emociones ha generado en ellos, cómo fue el proceso de trabajo, entre otras preguntas.

- **Segunda etapa:**

Una vez que los estudiantes recopilaron y enviaron toda la información, vivencias, anécdotas, recuerdos escolares y los mensajes de los docentes, se inició con la segunda etapa. Todo lo reunido, sirvió de insumo para lograr la tercera misión: el “Anuario Escolar 2020” en formato digital, el cual fue presentado en la siguiente actividad y fue entregado como un regalo para los docentes y estudiantes.

En esta actividad, se necesitó la participación de todos los estudiantes, ya que es un momento muy importante para la promoción de 5to de secundaria. La elaboración del anuario escolar permitió revivir los mejores momentos que los estudiantes pasaron. Es decir, funcionó a modo de recordatorio sobre las anécdotas y vivencias de una etapa tan importante del adolescente que no se repetirá: todas sus alegrías, tristezas, amigos y conocidos, que formaron parte esencial de su crecimiento personal.

Se planteó que el anuario fuera trabajado por los estudiantes junto con el acompañamiento de las personas responsables del trabajo de investigación, a fin de que puedan orientarlos en la estructura del anuario y ayudarlos a gestionar toda la información requerida para dicha actividad. Para esta etapa, los estudiantes tuvieron un plazo de 4 días.

El primer día, las encargadas anunciaron la tercera misión y asignaron la primera tarea que consistió en que cada uno de los grupos internamente debía ir pensando en nombres y colores que representarían a la promoción 2020. Los estudiantes a través de WhatsApp enviaron sus ideas iniciales, debatir con sus compañeros y al final del día todos deberían elegir una propuesta por grupo.

Para el segundo día, de acuerdo con las propuestas recogidas de cada grupo se debatió en el grupo de WhatsApp el nombre de la promoción, los colores de la promoción y el diseño del anuario. Las secciones del anuario que se propusieron fueron las siguientes:

- Nombre del colegio y una breve reseña
- Mensaje de la tutora
- Nombre de la promoción y una breve reseña
- Foto y descripción de cada estudiante, mensaje de despedida y cómo se ve en 5 o 10 años
- Los mejores recuerdos, anécdotas y vivencias escolares
- Agradecimiento y dedicatorias a compañeros
- Agradecimiento y dedicatorias a docentes
- Foto y descripción breve de cada docente
- Anécdotas y mensajes de los docentes hacia los estudiantes
- Fotos de la promoción

Para el tercer día, luego de revisar las respuestas elegidas, se distribuyeron las secciones del anuario en los 5 grupos y cada uno fue el encargado de presentar las secciones que se les asignó. Para ello, las encargadas de cada grupo fueron organizando la información almacenada en las carpetas de Google Drive para elaborar las secciones del anuario. Para esta etapa fue importante que la plataforma WhatsApp, ya que las encargadas de cada grupo validaron con los estudiantes el avance de las secciones, a fin de brindarles feedback. Al finalizar el día, las responsables del trabajo de investigación unieron todas las secciones del anuario escolar.

Otra de las actividades que se realizó ese día consistió en que las encargadas de cada grupo enviaron las indicaciones, el link y el código a los estudiantes para que pudieran ingresar a la herramienta digital Mentimeter y respondan las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te sientes al recordar las anécdotas y ver estas fotos con todos tus “patas”?  
¿Qué emociones sientes al volver a trabajar en equipo junto a ellos?
- Ya que ahora todos debemos quedarnos en casa, ¿qué y a quiénes extrañas más de tu cole?, ¿cuál es el mejor recuerdo o anécdota de secundaria que te llevarías para toda la vida?
- Ahora que todos nos encontramos distanciados por la crisis sanitaria por el COVID-19, ¿qué te gustaría decirles a tus patas y a tus profes?

Además, las encargadas de cada grupo enviaron una invitación para la reunión de cierre que se realizó el cuarto día a través de Zoom, siguiendo la pauta:

Sección	Tema	Duración
Ingreso y bienvenida de los participantes	Se dará una tolerancia de 5 minutos para que todos los participantes ingresen. Luego una persona responsable del trabajo de investigación dará la bienvenida.	10 minutos
Presentación del anuario	En esta etapa, un estudiante será el encargado de presentar el anuario escolar a sus demás compañeros.	10 minutos
Evaluación del proceso	En esta etapa, se realizará un diálogo entre todos los participantes para recoger las opiniones sobre el proceso de trabajo en equipo y que los estudiantes nos cuenten su experiencia en el desarrollo de las tareas asignadas.	20 minutos
Reflexión	Finalmente, las encargadas del trabajo de investigación realizarán una reflexión a partir de las respuestas del <i>Mentimeter</i> y darán por finalizada la segunda actividad.	20 minutos

### Medición de la actividad

El instrumento de medición que se propuso para la segunda actividad es la elaboración conjunta de un mural en el que se recogieron las opiniones, percepciones y reflexiones de los estudiantes sobre todo el proceso de interacción y trabajo que vivieron con sus compañeros, así como el primer contacto con sus docentes. Para ello, un día antes de la reunión de cierre, se compartió el link de la plataforma *Mentimeter* en el cual los estudiantes respondieron las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te sientes al recordar las anécdotas y ver estas fotos con todos tus “patas”?
- ¿Qué emociones sientes al volver a trabajar en equipo junto a ellos?
- Ya que ahora todos debemos quedarnos en casa, ¿qué y a quiénes extrañas más de tu colegio?
- ¿Cuál es el mejor recuerdo o anécdota de secundaria que te llevarías para toda la vida?
- Ahora que todos nos encontramos distanciados por la crisis sanitaria por el COVID-19, ¿qué te gustaría decirles a tus patas y docentes?

Este mural permitiría obtener las respuestas de manera inmediata y sirvió como insumo para el espacio de reflexión de la reunión de cierre. Finalmente concluida la reunión, las encargadas del trabajo de investigación realizaron un análisis de la información recogida para evaluar el impacto que tuvo la actividad y analizaron si se cumplieron los objetivos planteados.

### **Indicador de éxito de la actividad**

Para la segunda actividad, se formaron grupos pequeños de 4 integrantes cada uno con la finalidad de que participe un 60% de estudiantes, tanto en la primera etapa de recolección de fotos, recuerdos y vivencias escolares, como en la segunda etapa de elaboración del anuario de promoción.

Es importante resaltar que para esta actividad se esperó la mayor cantidad de participantes, ya que, involucró actividades importantes de “la promo” como es la elección del nombre y los colores, el proceso de elaboración del anuario; y, sobre todo, porque permitió que los estudiantes interactúen con su entorno escolar y establezcan un primer contacto con sus docentes, lo cual permitiría afianzar el vínculo que inicialmente se ha visto afectado por la crisis sanitaria.

### **Estrategia de convocatoria**

Para convocar a los estudiantes a que participen, se planteó como primer paso la creación de 5 grupos de WhatsApp, compuesto por 3 estudiantes y una persona encargada del trabajo de investigación, quien dio la bienvenida a los estudiantes y les explicó en líneas generales sobre la segunda actividad.

*C: “Hola chicos, espero se encuentren bien en sus casas. Para esta actividad nos hemos dividido en 5 grupos de WhatsApp, nosotros somos el grupo N° X y para la primera parte de esta actividad tenemos una misión: Recolectar todas las anécdotas, recuerdos, fotos y vivencias escolares que tengamos con nuestros compañeros y docentes. Es importante que recolectemos la mayor cantidad de información porque nos servirá para la segunda etapa que aún no puede ser revelada”.*

Luego, se realizó la convocatoria motivando a los estudiantes a participar en la segunda parte de la actividad, la cual fue la elaboración de los anuarios de promoción. Para ello, una vez recolectados todos los insumos necesarios, las encargadas del trabajo de investigación anunciaron la nueva actividad a través del grupo de WhatsApp.

*C: “Genial chicos, misión cumplida, hemos recolectado muchas fotos, anécdotas y vivencias escolares, tenemos mucha información sobre su etapa escolar, ha sido muy divertido y emotivo leer todos sus recuerdos. Entonces, ahora nos han encargado la tercera misión y lo que vamos a hacer todos juntos es un Anuario de Promoción. Todos juntos nos organizaremos para elaborar el anuario más lindo y creativo”.*

Finalmente, la convocatoria para la reunión de Zoom se realizó a través del grupo de WhatsApp y se envió una invitación para que se unan a la reunión. En esta sesión, se hizo énfasis en el producto terminado y se brindó una breve reflexión sobre la actividad.

### **9.3. Actividad 3: Fiesta de promoción virtual**

#### **Objetivo:**



La tercera actividad del proyecto denominada “Fiesta de promoción virtual”, se realizó de forma sincrónica en la plataforma digital *Zoom*. El objetivo de la actividad fue que los estudiantes de 5to de secundaria reconocieran la importancia de las relaciones con sus compañeros de promoción, teniendo en cuenta que están atravesando una situación similar y, por tanto, se tienen el uno para el otro para afrontar estos cambios, creando empatía en ellos.

Asimismo, esta actividad permitió generar un espacio de interacción entre todos los estudiantes, donde propusieron soluciones para trabajar y enfrentar unidos las dificultades que la educación remota les supone y construyeron un primer paso para trabajar en el fortalecimiento del vínculo.

**Participantes:**

- Estudiantes de 5to de secundaria

**Responsables:**

- Verónica Solano
- Fiorella Mariselli
- María Fernanda Mendoza
- Andrea Castañeda
- Camila Rojas

**Metodología:**

Para el desarrollo de la tercera actividad se diseñaron tres etapas, para lo cual se utilizó una metodología lúdica audiovisual. La primera etapa estuvo compuesta por dinámicas

relacionadas al contexto escolar y la crisis sanitaria, la segunda etapa consistió en un espacio de reflexión y, por último, en la tercera etapa, se realizó la presentación del anuario escolar previamente trabajado.

- **Materiales**

- Stickers, GIFs, fotografías
- Música divertida
- Encuesta de Zoom
- Anuario digital
- Reunión ilimitada en la plataforma digital Zoom

### **Desarrollo de la actividad**

Para el desarrollo de la actividad, se envió la invitación oficial a toda la clase de 5to de secundaria dos días antes de la actividad, a través del grupo de WhatsApp. Además, se enviaron invitaciones personalizadas a cada uno de los estudiantes. Luego, se les envió un recordatorio de la fiesta y el link de *Zoom* para que puedan ingresar a la hora indicada. La actividad se realizó el viernes 10 de julio a las 4pm.

### **Dinámica 1: “Verónica dice”**

Para iniciar la primera etapa se dio la bienvenida a todos los estudiantes y se desarrolló la dinámica “Verónica dice”, para la cual todos los estudiantes debían tener sus cámaras encendidas. Una vez que todos tenían sus cámaras listas y se encontraban en una posición cómoda para moverse rápidamente, Verónica solicitaba un objeto como: cargador de celular, un par de medias, agenda escolar, uniforme, entre otros. Luego debían mostrárselo a toda la

sesión. Esta dinámica permitió animar a los estudiantes ya que implicaba estar atentos y buscar en el momento los elementos.

### **Dinámica 2: “Yo nunca”**

La segunda dinámica se llama “Yo nunca”, la finalidad fue que los estudiantes recuerden las anécdotas escolares y momentos graciosos que vivieron con sus compañeros antes de la crisis sanitaria del COVID-19 y, también, los nuevos momentos que se están generando en el entorno virtual. Para ello se utilizó un lenguaje juvenil y divertido para romper el hielo entre los participantes y las facilitadoras. Se esperaba que cada persona que sí haya atravesado por alguna de las experiencias mencionadas indique que sí lo ha hecho a través del chat o del micrófono. Algunas de las premisas que guiaron esta dinámica fueron las siguientes:

#### Contexto clases presenciales:

- Yo nunca he copiado en un examen
- Yo nunca me he tirado la pera
- Yo nunca he jalado un curso
- Yo nunca he fingido estar enfermo/a para no ir a clase
- Yo nunca me he escapado de clases para ir a comprar comida al kiosko del cole
- A mí nunca me han sacado de clases (por bullero o chacotero)

#### Contexto clases virtuales:

- Yo nunca le he pedido a mi familia que no haga bulla, porque estoy en mis clases de Zoom
- Yo nunca hecho un TikTok sobre mi promo 2020 o las clases virtuales

- Yo nunca he dejado correr la clase Zoom, pero he estado jugando videojuegos o en Instagram
- Yo nunca me he quedado dormido en mi clase por Zoom
- Yo nunca me he olvidado de apagar mi micro en clase por Zoom
- A mí nunca me ha ignorado un profe cuando le he pedido ayuda en algún ejercicio de clase
- Yo nunca he troleado en una clase de Zoom
- Yo nunca me he equivocado en mandar un mensaje por los grupos de WhatsApp del cole
- Yo nunca he insultado o he gritado groserías con el micro prendido en Zoom

### **Dinámica 3: “Tres palabras”**

La tercera dinámica se llama “Tres Palabras”, la cual consistió en escribir conjuntamente una historia entre todos los participantes de la sesión. Para ello, se realizó un sorteo que indicaba el turno en el que cada estudiante debía escribir por la ventana del chat de Zoom. Cada participante tenía que escribir, únicamente, 3 palabras e inmediatamente la siguiente persona tenía que escribir 3 nuevas palabras para continuar de manera lógica la historia utilizando un lenguaje cómico y divertido. Las temáticas propuestas para crear la historia fueron la amistad y la promoción de 5to de secundaria. Al final de la dinámica, se proyectó la historia resultante en el *Zoom* y se solicitó a cada estudiante que lea una parte. Para esta actividad fue importante el trabajo en equipo de toda la promoción y con ello culminaron la primera etapa de la actividad.

### **Dinámica 4: “Intercambio de mensajes”**

La segunda etapa de la actividad consistió en una dinámica de intercambio de mensajes entre estudiantes de manera anónima y aleatoria. Cada alumno escribió un mensaje sobre cómo se sienten en este contexto particular y qué limitaciones tienen para desarrollarse en el ámbito personal y escolar. Este mensaje fue escrito en el chat privado dirigido a la host del *Zoom*. La host recepcionó todos los mensajes para enviarlos de manera aleatoria, asegurándose que ningún estudiante reciba su propio mensaje. Las preguntas que sirvieron de guía para el espacio de reflexión fueron las siguientes:

**El 2020 ha traído muchos cambios en nuestras vidas:**

- ¿Cómo me siento al respecto?
- ¿Qué barreras tengo ahora para alcanzar mis metas personales y profesionales?

El objetivo de la dinámica se centró en generar empatía con la situación que el otro está atravesando; es decir, se esperó que los estudiantes empaticen entre ellos. Para esto, se indicó que, una vez recibido el mensaje de su compañero, lean uno por uno a modo de plenaria como si estos mensajes pertenecieran a ellos verdaderamente. La dinámica culminó cuando todos los estudiantes leyeron los mensajes que les tocó.

Luego de haber compartido cómo se sienten actualmente y haber reconocido que están atravesando una situación similar, se mencionó a los estudiantes que los cambios no son malos, sino que debemos aprender a adaptarnos a ellos. Asimismo, se reflexionó sobre cómo vencer las barreras juntos. Ello permitió pasar de un sentimiento de nostalgia y empatía por parte de los estudiantes, a sentir que sí tienen la capacidad de afrontar estos cambios y que no todo tiene que ser negativo. Para el espacio de reflexión se invitó a todos a participar, se apuntaron las ideas clave en la plataforma digital *Mentimeter* mientras iban comentándolas,

todas las opiniones y sugerencias sobre cómo sobrellevar estos cambios fueron válidas. La pregunta que guio el espacio de discusión fue la siguiente:

Los cambios no son malos, solo necesitamos adaptarnos a ellos.

¿Cómo podemos vencer estas barreras juntos?

### **Cierre: Graduación 2020**

La tercera etapa consistió en la presentación del anuario escolar. Primero, se destinó un espacio para que entre todos los estudiantes puedan decidir el nombre de la promoción 2020. Se destinó varios minutos para esta dinámica, ya que, todos debían ponerse de acuerdo. Finalmente, se colocó el nombre de la promoción en el anuario y se realizó la presentación oficial.

### **Forma de medición de la actividad**

Antes de finalizar, se envió una encuesta dentro de la plataforma Zoom para que los estudiantes evalúen qué tal les parecieron las dinámicas realizadas y cómo se sintieron participando de ellas. La encuesta estuvo compuesta por 5 preguntas que fueron respondidas de manera anónima e inmediata.

## **10. Evaluación de las actividades ejecutadas**

A partir de la ejecución del trabajo de investigación piloto, se identificaron factores de éxito y factores limitantes. En términos generales, los factores de éxito identificados son el uso de una metodología audiovisual-lúdica que permitió que todas las actividades sean agradables para los adolescentes, lo cual los motivó a tener una participación más activa. La adaptación al lenguaje coloquial de los adolescentes, mediante el uso de memes, emojis y stickers,

generó un mayor dinamismo en la conversación con ellos. Asimismo, el diseño de actividades sobre la base de la información recogida en el diagnóstico permitió que los adolescentes se identifiquen con cada una de ellas.

Respecto a los factores limitantes, por un lado, las clases escolares cuentan con muy poca participación de los estudiantes, lo cual se evidenció en la implementación de las actividades del trabajo de investigación, ya que se observó una falta de compromiso de los estudiantes para participar de todas ellas. Por otro lado, el ingreso de estudiantes y docentes nuevos representó un desafío constante, pues no existía una relación de confianza entre todos los participantes lo que generaba que la dinámica de trabajo se vuelva más lenta y, en algunas ocasiones, se tuvo que cambiar el planteamiento inicial de algunas actividades.

### **Actividad 1: ¡Todos para uno y uno para todos!**

De acuerdo con los indicadores de medición, para esta actividad, se planteó una participación del 60% de los estudiantes en la creación y el envío de memes, videos de Tik Tok o stickers al grupo de Facebook del trabajo de investigación. Sin embargo, el 60% de ellos se unió al grupo de Facebook, pero no hicieron uso de la plataforma. En su lugar, el grupo de WhatsApp se convirtió en el canal de comunicación del trabajo de investigación para esta y las actividades posteriores. En cuanto al envío de los productos creativos, se alcanzó un 45% de participación de los estudiantes que priorizaron el uso de memes y stickers para expresar cómo se han estado sintiendo durante la cuarentena y sobre las relaciones con su familia. Finalmente, la segunda parte de la actividad que consistió en una reunión virtual a través de la plataforma Zoom tuvo la participación del 45% del total de estudiantes. Cabe resaltar que algunos de ellos se encuentran estudiando en academias preuniversitarias, lo cual dificultó su participación en la reunión un viernes por la tarde.

### **Actividad 2: Generación 2020**

Para esta segunda actividad, los indicadores de medición planteaban una participación del 60% de estudiantes para la elaboración del anuario escolar en grupos de 4 integrantes. No obstante, para cumplir con el plazo establecido por el cronograma de actividades, se decidió trabajar de manera conjunta con toda la promoción 2020, ya que, se había observado por la actividad previa, una falta de compromiso por participar en actividades de la promoción. Debido a que la mayoría de los docentes son nuevos y se presentan limitaciones en la modalidad virtual, se tuvo que modificar la actividad. Inicialmente, se planteaba realizar el primer acercamiento entre estudiantes y docentes. Los estudiantes debían organizarse y contactar a sus profesores para pedirles anécdotas y mensajes para el anuario. Sin embargo, a causa de la falta de confianza y, ya que muchos de ellos no se conocían, se decidió que la tutora sea la encargada de solicitar esta información.

### **Actividad 3: Fiesta de promoción virtual**

Esta actividad planteaba que el 55% de estudiantes asistiera y participara de la fiesta de promoción virtual, de los cuales, la mayoría eran alumnos antiguos. Es decir, se evidenció una mayor dificultad para generar la participación de los estudiantes nuevos en la actividad. El instrumento de medición fue una encuesta de Zoom que permitió tener un feedback inmediato y anónimo sobre la sesión. Del total de participantes, 75% afirmó que le pareció una actividad “muy buena” mientras que el 25%, sólo “buena”; el 75% se sintió “muy satisfecho” y 25%, “satisfecho” luego de haber participado en la reunión; 75% conocen bastante y 25% conoce “suficiente” sobre la situación que están pasando sus compañeros; el 50% cree que las dinámicas propuestas en la reunión lo han ayudado bastante a ponerse en los zapatos de sus compañeros, 25% suficiente y 25% medianamente suficiente; por último,



el 50% siente que las soluciones propuestas en la reunión para afrontar juntos los cambios en sus vidas se pueden aplicar realmente, 50% restante afirma no sentirse seguros de que puedan aplicarlas.

## 11. Evaluación e indicadores

### **Objetivo general**

Fortalecer el vínculo comunicativo entre los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano con su entorno cercano, a través del desarrollo de habilidades personales, tales como la empatía, adaptabilidad, apertura al diálogo y la toma de decisiones, para que puedan adaptarse saludablemente a los cambios originados por la pandemia COVID-19.

### **Resultado – objetivo general**

Los estudiantes de 5to de secundaria y su entorno cercano, compuesto por sus compañeros, docentes, padres/madres, han fortalecido su vínculo comunicativo durante la pandemia COVID-19.

### **Indicadores del resultado – objetivo general**

- Número de intervenciones iniciadas por los padres/madres para entablar un espacio de diálogo sobre la salud emocional<sup>3</sup> de sus hijo/as
- Número de intervenciones iniciadas por los estudiantes para entablar un espacio de diálogo con sus padres/madres sobre su salud emocional
- Número de intervenciones iniciadas por los docentes para entablar un espacio de diálogo sobre la salud emocional de sus estudiantes

---

<sup>3</sup> Salud emocional: cómo se sienten con sus relaciones familiares y su entorno escolar, cómo se sienten respecto a sus planes personales y profesionales

- Número de intervenciones iniciadas por los estudiantes para entablar un espacio de diálogo con sus docentes sobre su salud emocional
- Calidad del vínculo comunicativo entre los estudiantes de 5to de secundaria y su entorno cercano
  - Calidad baja: comunicación unidireccional de parte de los estudiantes
  - Calidad media: establecen espacios de diálogo frecuentes en los que participan activamente los estudiantes, los docentes y los padres/madres
  - Calidad alta: los docentes y los padres/madres actúan como apoyo emocional<sup>4</sup> de manera permanente para los estudiantes

### **Medios de verificación**

- Entrevistas pre y post<sup>5</sup>
- Encuestas de seguimiento
- Fichas de trabajo de la Escuela para Padres
- Bitácoras de los estudiantes

### **Objetivo específico 1**

Potenciar las habilidades personales tales como empatía, adaptabilidad, apertura al diálogo y toma de decisiones de los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E José Santos Chocano durante la pandemia COVID-19.

<b>Resultado – objetivo específico 1</b>
--

<sup>4</sup> Apoyo emocional: los docentes y los padres/madres están presentes para los estudiantes en situaciones positivas y negativas. Además, a través de la capacidad de hacer sentir a los estudiantes de que son queridos, escuchados, útiles, les proporcionan bienestar emocional.

<sup>5</sup> Estas entrevistas seguirán la metodología de una línea de base para recoger información antes de la implementación y al finalizar el trabajo de investigación con la finalidad de analizar los cambios generados.

Los estudiantes de 5to secundaria de la I.E José Santos Chocano han potenciado sus habilidades personales, lo que les ha permitido adaptar sus planes personales y/o profesionales al futuro inmediato por la pandemia COVID-19.

### **Indicadores del resultado – objetivo específico 1**

- Número de pedidos de asesoramiento u orientación vocacional de los estudiantes hacia los docentes, adecuados al contexto post-pandemia
- Elaboración de, al menos, una meta profesional y/o personal adecuada al contexto post-pandemia

### **Medios de verificación**

- Entrevistas
- Encuestas de seguimiento

### **Objetivo específico 2**

Generar un sentido común sobre los cambios producidos por la pandemia COVID-19 para fomentar el acercamiento de los docentes y estudiantes de 5to secundaria de la I.E. José Santos Chocano.

### **Resultado – objetivo específico 2**

Los estudiantes y docentes de 5to de secundaria de la I.E José Santos Chocano han reconocido la importancia del rol educador del docente en la formación y acompañamiento emocional del estudiante, el cual ha adquirido mayor relevancia durante la pandemia COVID-19.

## Indicadores del resultado – objetivo específico 2

- Nivel de reconocimiento del rol docente en la formación emocional<sup>6</sup> de sus estudiantes
  - Nivel bajo: el docente como moderador en los espacios de clases virtuales
  - Nivel medio: la participación del docente en actividades extracurriculares con los estudiantes
  - Nivel alto: los estudiantes solicitan entablar espacios de diálogo con sus docentes
- Calidad de gestión de las emociones de sus estudiantes
  - Calidad baja: identifican los cambios emocionales de sus estudiantes (tristeza, alegría, frustración, estrés)
  - Calidad media: establecen un diálogo sobre los cambios emocionales con sus estudiantes
  - Calidad alta: ambos proponen soluciones para el manejo de las emociones de los estudiantes (técnicas de respiración, yoga, ayuda de profesionales, entre otros)
- Porcentaje de estudiantes que consideran importante el rol docente en su formación emocional
- Porcentaje de estudiantes que consideran a los espacios de diálogo con sus docentes como espacios seguros

## Medios de verificación

- Entrevistas

---

<sup>6</sup> Formación emocional: el acompañamiento de los docentes para potenciar el desarrollo de las habilidades personales como elementos esenciales del desarrollo humano de sus estudiantes con el objetivo de capacitarlos para la vida y con la finalidad de aumentar su bienestar personal y social.

- Encuestas

### **Objetivo específico 3**

Promover que los padres de los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano desarrollen las habilidades de empatía, apertura al diálogo y toma de decisiones para convertirse en el principal agente motivador de sus hijo/as durante la pandemia COVID-19.

#### **Resultado – objetivo específico 3**

Los padres/madres de los estudiantes de 5to de secundaria se han convertido en el principal agente motivador de sus hijos a partir del fortalecimiento de habilidades personales durante la pandemia COVID-19.

#### **Indicadores del resultado – objetivo específico 3**

- Nivel de acompañamiento de los padres/madres para guiar el proceso de toma de decisiones de sus hijos/as durante la pandemia COVID-19
  - Nivel bajo: los padres/madres escuchan las posibles decisiones de sus hijos/as
  - Nivel medio: los padres/madres establecen espacios de diálogo con sus hijos/as para intercambiar opiniones sobre las posibles decisiones de sus hijos/as
  - Nivel alto: los padres/madres planifican y trabajan en conjunto con sus hijos/as sobre sus decisiones personales y profesionales
- Número de estímulos y reconocimientos<sup>7</sup> de los padres/madres para motivar a sus hijos/as durante la pandemia COVID-19
- Calidad de gestión de las emociones de sus hijos

<sup>7</sup> Estímulos y reconocimientos: materiales (detalles, cartas, regalos), físicos (abrazos, besos, palmas, puños, codos) y verbales (palabras de aliento, halagos, frases motivadoras, mensajes de ánimo)

- Calidad baja: los padres/madres identifican los cambios emocionales de sus hijos (tristeza, alegría, frustración, estrés)
- Calidad media: los padres/madres establecen un diálogo con sus hijos/as sobre los cambios emocionales identificados
- Calidad alta: los padres/madres e hijos/as proponen soluciones para el manejo de sus emociones (técnicas de respiración, yoga, ayuda de profesionales)

### **Medios de verificación**

- Entrevistas
- Fichas de trabajo de la Escuela para Padres

## **12. Sostenibilidad**

El Trabajo de investigación “2020 No Define Tus Límites” que trabaja con estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano está planteado y guiado para tener un impacto social sostenible, una vez se culmine con el plan de actividades definidas con una duración de 1 año.

La sostenibilidad del trabajo de investigación se centra en 3 aspectos fundamentales: continuidad, replicabilidad y sostenibilidad económica. En primer lugar, la continuidad del trabajo de investigación se sostiene por el fortalecimiento de las habilidades personales, las redes de apoyo y el vínculo comunicativo. Así, un aspecto importante para la continuidad del trabajo de investigación es que las actividades planteadas trabajen de manera integral con todos los actores importantes en la formación de los estudiantes de 5to de secundaria.

En ese sentido, el vínculo comunicativo que se logró entre estudiantes, docentes y padres, las habilidades personales fortalecidas y las redes de apoyo creadas a partir de las actividades del trabajo de investigación van a perdurar una vez finalizado el trabajo de investigación, ya que todos los actores pondrán en práctica las habilidades aprendidas, mantendrán un vínculo comunicativo en otros espacios y podrán aplicarlos en distintas situaciones a las que se enfrenten, más allá de los cambios surgidos por la crisis sanitaria del COVID-19.

En segundo lugar, otro aspecto importante para la sostenibilidad del trabajo de investigación es la replicabilidad como política pública educativa. De acuerdo con el diagnóstico que se realizó previamente, se identificó que el ámbito socioemocional en la formación de los estudiantes no recibe la atención necesaria. En los Proyectos Curriculares Institucionales se prioriza la enseñanza académica; sin embargo, la educación emocional es dejada de lado sobre todo en el sector educativo público por distintos factores: desde la falta de preparación de los docentes hasta los prejuicios que se tiene de la salud mental y el ámbito emocional de los adolescentes.

En ese sentido, el Trabajo de investigación “2020 No Define Tus Límites” es una propuesta muy importante para que los colegios públicos puedan incorporar en la currícula educativa el trabajo de las emociones desde el enfoque comunicacional y con una mirada positiva al enfocarse en el fortalecimiento de habilidades personales. Además, es importante que lo aprendido en el trabajo de investigación se aplique en todos los cursos, de manera transversal. Por ello, se puede afirmar que el trabajo de investigación es replicable en otros colegios del sector público, ya que, en la mayoría de estas instituciones, se repite el mismo panorama: la educación emocional no recibe la importancia necesaria y trae consecuencias en el bienestar de los estudiantes.

Es responsabilidad del sector educativo garantizar la formación integral de los estudiantes, con docentes capacitados, estudiantes fortalecidos emocionalmente, y padres de familia comprometidos con la educación y la mejora de los aprendizajes de sus hijos. De esta manera, incidir en las políticas públicas educativas es una forma de garantizar la sostenibilidad y replicabilidad del trabajo de investigación para que pueda continuar su implementación.

Por último, en relación a la sostenibilidad económica del trabajo de investigación, las actividades propuestas se desarrollan a través de plataformas virtuales y herramientas online. Esto implica que la ejecución de actividades constituya un presupuesto más reducido. Así, generan mayores oportunidades para su replicabilidad en otras instituciones educativas públicas que, en algunos casos, por falta de presupuesto se ven imposibilitadas de mejorar la calidad educativa y formativa que brindan a los niños, niñas y adolescentes del país.

Asimismo, las actividades han sido diseñadas para insertarse dentro de las dinámicas educativas pre-establecidas, tal como las Escuelas para Padres. Esto genera que el involucramiento de los actores, como los docentes y los padres, en la ejecución de estas actividades no constituya un proceso complejo; por el contrario, constituya un proceso de participación activa.

Debido a que, en el proceso de recojo de información se identificó que las instituciones del sector educativo, tales como el Ministerio de Educación, la Dirección Regional de Lima Metropolitana y la UGEL ya han establecido alianzas con entidades gubernamentales, como el Ministerio de Salud; universidades especializadas en medicina, como la Universidad Cayetano Heredia; instituciones privadas y la sociedad civil organizada, se puede aprovechar



este vínculo ya forjado para la implementación del trabajo de investigación y las actividades propuestas. Además, se pueden generar nuevas alianzas estratégicas con potenciales actores aliados como los Centros de Salud Mental Comunitaria y MAB Your Learning Coach, pues, son organizaciones especialistas en formación educativa socioemocional y tienen una gran experiencia trabajando en el sector público. En ese sentido, la coalición que se produzca entre dichos actores permitirá reducir los costos económicos, ya que, cada actor aliado estará a cargo de algún aspecto del trabajo de investigación.

### **13. Lecciones aprendidas**

El trabajo de investigación piloto implementado para los estudiantes de 5to de secundaria permitió identificar diversas lecciones a tomar en cuenta en una posible continuidad de este, a través de sus futuras actividades y dinámicas, y, también, para proyectos que involucren a este público objetivo y en este contexto.

- **Importancia de la salud mental en el contexto de la crisis sanitaria COVID-19**

El Trabajo de investigación “2020 No Define Tus Límites” evidenció la importancia de trabajar temáticas como la salud mental para los adolescentes en un contexto en el que medidas como el distanciamiento social han causado estragos en la salud mental de esta población y, sobre todo, en los vínculos con su entorno cercano. Los adolescentes son quienes transitan por una etapa de cambios y descubrimientos que necesitan ser orientados para canalizar de manera correcta sus emociones y guiarlos en su salida al mundo profesional, cobrando aún más importancia en este contexto de crisis sanitaria, en el que no hay información certera sobre lo que ocurrirá.

- **Consecuencias emocionales del COVID-19 en los públicos del proyecto**

Al momento de implementar actividades, se deben tener en cuenta todos los cambios que supone la crisis sanitaria del COVID-19 para las familias de los estudiantes. Si bien es de conocimiento que esta crisis no solo ha generado inestabilidad económica y frustración de planes personales y/o profesionales, también, esta pandemia ha repercutido en sus estados emocionales al sentirse desorientados y desmotivados para participar en las actividades propuestas. En ciertos casos, algunos participantes pueden estar atravesando problemas complejos, como la salud de sus familiares a causa del COVID-19, lo cual puede significar una menor participación de los actores en el desarrollo de las actividades del trabajo de investigación. Por ello, se recomienda contar con un mapeo de organizaciones pertinentes a las cuales se puedan derivar y buscar la atención de estos casos.

- **Elección de una institución o comunidad específica para implementar el proyecto**

Un aprendizaje clave fue la necesidad de contar con una institución en particular para insertar la propuesta del trabajo de investigación. En este caso, la predisposición de la I.E. José Santos Chocano para recibir el trabajo de investigación y aceptar realizar las actividades propuestas con los adolescentes fue de gran relevancia. Asimismo, tener un aliado dentro de los docentes, como fue la tutora, sirvió para establecer un contacto más directo con los actores del trabajo de investigación: un nexo entre el trabajo de investigación, los docentes y los estudiantes. Esto facilitó entablar una relación de confianza con ellos y con los padres/madres de familia para que autorice la participación de sus hijos e hijas en el trabajo de investigación.

- **Incorporación de nuevos estudiantes a la I.E José Santos Chocano**

La pandemia del COVID-19 ha generado consecuencias negativas en las economías familiares. Una gran cantidad de estudiantes de colegios privados se ha visto afectado, ya

que han tenido que cambiar de institución educativa durante el año 2020, pues ya no contaban con los recursos económicos para seguir pagando las mensualidades respectivas. Una de las medidas del gobierno peruano fue permitir el ingreso de los estudiantes de colegios privados hacia los colegios públicos para no afectar el acceso a la educación de estos. La I.E. José Santos Chocano ha recibido alumnos nuevos durante los primeros meses del año escolar. Sin embargo, el colegio no ha implementado alguna estrategia que busque la integración entre los nuevos alumnos y los antiguos. En ese sentido, para un próximo trabajo de investigación, se debería tener en cuenta una estrategia previa de integración escolar que permita a los nuevos estudiantes incorporarse en la dinámica escolar y a la promoción de 5to de secundaria.

- **Virtualidad como espacio para la implementación de actividades**

La virtualidad ha significado un desafío constante para la realización de actividades, puesto que todas ellas buscaban fortalecer el vínculo, el que se ha visto debilitado por esta misma condición. Por ello, aún hay incógnitas por resolver con respecto al método de trabajo: cómo se pueden mantener las relaciones interpersonales en un contexto de distanciamiento social y, sobre todo, sin experiencias previas que permitan diseñar e implementar las actividades de manera más efectiva. Desde la Comunicación para el Desarrollo, se propone como reto repensar los mecanismos de creación de recursos comunicacionales con la finalidad de no perder el enfoque de la comunicación como relación y no solo utilizarla desde un enfoque difusionista, el cual es más usual utilizar por el mismo contexto de la virtualidad.

- **Comunicación constante con el público objetivo durante todas las etapas del proyecto**

Otro aprendizaje es importante mencionar es la continuidad de la comunicación con el público objetivo desde que se inicia el diseño del trabajo de investigación. El primer

acercamiento comunicativo con los actores surge en la etapa del diagnóstico. Este diálogo, entre los encargados del trabajo de investigación y su público objetivo, debería perdurar en todo momento. Es decir, para cuando se realicen las actividades, ya se debería establecer una relación de confianza y se identificarían nuevos aspectos, no contemplados anteriormente en el diagnóstico, con la finalidad de ajustarlos para la implementación oficial de las actividades.

- **Trabajar con los actores por separado antes de fortalecer el vínculo entre ellos**

Al plantear trabajos de investigación que trabajen el fortalecimiento de vínculos entre actores que no tienen un nivel de confianza consolidado, podría trabajarse con cada actor por separado antes de establecer cualquier tipo de relación entre ellos. En el caso del trabajo de investigación, los docentes y los estudiantes tenían un vínculo debilitado y no existía una relación cercana de confianza. Una recomendación podría enfocarse en trabajar, por un lado, con los docentes y, por otro lado, con los estudiantes antes de empezar a trabajar actividades que involucren la participación de ambos.

- **Dinámicas lúdicas, lenguaje coloquial y recursos comunicacionales adaptados al perfil del público objetivo**

Un aprendizaje válido para tener en cuenta para trabajos de investigación similares es la utilización de diversas dinámicas que permitan la interacción y la confianza con los estudiantes. El uso del lenguaje coloquial adaptado a la edad de los adolescentes, a través de stickers, GIFs, memes y jergas, permitió que haya una relación más horizontal entre el público y las encargadas del trabajo de investigación. El uso de los recursos comunicacionales digitales y virtuales ha permitido guiar los procesos de reflexión de las actividades, mediante dinámicas y juegos, como la “Fiesta de Promoción Virtual”, las cuales tuvieron una respuesta positiva de parte del público adolescente.

- **Mapeo de los medios de comunicación y medios sociales que sean pertinentes al público objetivo**

Un aprendizaje de la experiencia piloto del trabajo de investigación es realizar un mapeo exhaustivo sobre los medios de comunicación que se utilizarán para desarrollar las actividades. Estos medios deben acoplarse al diseño de las actividades y ser funcionales para el desarrollo de las dinámicas. En este caso, se creó un grupo de Facebook, inicialmente, para compartir los productos comunicacionales con los adolescentes. Sin embargo, no tuvo la acogida esperada y, por ello, se prefirió utilizar el grupo de WhatsApp de manera exclusiva, debido a la rapidez y la inmediatez de los mensajes. Por otro lado, otra variante a tomar en cuenta es la conectividad de la red que puede generar ciertas limitaciones al momento de desarrollar las actividades. Este será un desafío constante en caso se implementen proyectos virtuales y a distancia.

#### **14. Referencias bibliográficas**

- Balart, M. (2013). La empatía: La clave para conectar con los demás. *Agama Consultoría*, 86-87. Recuperado de [http://www.gref.org/nuevo/articulos/art\\_250513.pdf](http://www.gref.org/nuevo/articulos/art_250513.pdf)
- Centro de Europeo de Postgrado (s/f). *¿Qué son las habilidades personales?* Recuperado de: <https://bit.ly/3fSncfz>
- CICAP (2017). Adaptación al cambio: Una competencia necesaria para crecer profesionalmente. Recuperado por: <http://www.cicap.ucr.ac.cr/web/adaptacional-cambio-una-competencia-necesaria-crecer-profesionalmente/>
- Cifuentes, L. (2011). *Vínculo comunicativo escuela-familia del grado transición del colegio canadiense, a través de la agenda, circulares y open day*. [Tesis de licenciatura, Corporación Universitaria Lasallista]. Recuperado de: <https://bit.ly/3jeRISO>

- Economis (2020). Educación emocional en tiempos de pandemia. Recuperado de:  
<https://economis.com.ar/educacion-emocional-en-tiempos-de-pandemia/>
- Educación 2020 (2020). Educar en tiempos de pandemia. Recuperado de:  
<https://bit.ly/2CLverT>
- Educación 3.0. (04 de octubre de 2016). *Claves para desarrollar vínculos sanos y afectivos en el aula*. Recuperado de: <https://bit.ly/3eGQagX>
- Finch, M. (26 de noviembre de 2019). *7 habilidades personales que no puedes dejar de aprender*. Maite Finch evoluciona talento. Recuperado de: <https://bit.ly/2ZC55VI>
- Gélida, F (s.f.). La flexibilidad, una competencia clave en el trabajo. Recuperado de:  
<https://elcandidatoidoneo.com/la-flexibilidad-competencia-clave/>
- Ibarra, L. (2013). Educar, dialogar y pensar. *Perfiles Educativos*, 35(141), 167-185.  
Recuperado de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/peredu/v35n141/v35n141a11.pdf>
- Keil, G. (2011). *Comunicación en el ámbito escolar en relación con los procesos de enseñanza y aprendizaje. Análisis de la interacción docente - alumno*. [Tesis de licenciatura, Universidad Abierta Interamericana]. Recuperado de:  
<https://bit.ly/3eBGK6p>
- Martínez, Y. (2014). Habilidad para la toma de decisiones. Recuperado de:  
<https://www.eoi.es/blogs/mintecon/2014/05/18/habilidad-para-la-toma-de-decisiones/>
- Organización Mundial de la Salud (2004). Invertir en salud mental. Recuperado de:  
[https://www.who.int/mental\\_health/advocacy/en/spanish\\_final.pdf](https://www.who.int/mental_health/advocacy/en/spanish_final.pdf)
- Organización Mundial de la Salud (2019). Salud mental del adolescente. Recuperado de:  
<https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>
- Palma, J. (10 de abril de 2016). *Los huérfanos digitales, niños con problemas de conducta*. El Universo. Recuperado de: <https://bit.ly/3fIGnIC>

Programa Intervenciones en Salud Mental PUJ- HUSI (2017). Boletín de María José Sarmiento. Recuperado de:

<https://www.javeriana.edu.co/mentalpunto de apoyo/wpcontent/uploads/2017/12/Bol etin-3-web-2017.pdf>

Roldán, M. (s/f). *Barreras que dificultan la comunicación con los hijos adolescentes*. Vix. Recuperado de: <https://bit.ly/2Cn15iF>

Secretaria Nacional de la Juventud (2020). Reporte preliminar de casos por edad y consultas. Senaju Escucha.

Vásquez, C. y otros (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la psicología positiva. Anuario de Psicología Clínica y de la Salud. Recuperado de: [http://institucionales.us.es/apcs/doc/APCS\\_5\\_esp\\_15-28.pdf](http://institucionales.us.es/apcs/doc/APCS_5_esp_15-28.pdf)

## **15. Anexos**

### **15.1. Pirámide de marca: “2020 No Define Tus Límites”**

#### **Atributos del proyecto**

- **Funcionales**

El acompañamiento emocional en la formación educativa en colegios públicos presenta limitaciones y, en este contexto de crisis sanitaria del COVID-19, se ha evidenciado la falta de herramientas, metodologías y personal capacitado que pueda responder a los cambios que se han originado en el sistema educativo público peruano. Por ello, el trabajo de investigación aborda una metodología innovadora introduciendo un enfoque socioemocional en el ámbito educativo que permite afrontar los cambios producidos por la crisis sanitaria del COVID-19 en los planes personales y profesionales de los estudiantes, a través del fortalecimiento de habilidades personales en los estudiantes de 5to de secundaria.

El trabajo de investigación tiene como aliado a MAB Your Learning coach. Esta organización tiene experiencia en trabajar con instituciones educativas públicas en las cuales, a través de diversas metodologías, implementan capacitaciones y talleres que permiten una educación más emocional y humana en la formación de los adolescentes. De esta manera, su participación contribuirá en el diseño de las actividades del trabajo de investigación, las cuales buscan fortalecer las habilidades socioemocionales de los estudiantes de 5to de secundaria y de los actores que influyen en su formación, como docentes y padres/madres.

- **Emocionales**

El primero consiste en el fortalecimiento de las habilidades personales, tales como la toma de decisiones, la empatía, la apertura al diálogo y la adaptabilidad, en estudiantes de 5to de secundaria que les permitan afrontar los cambios originados por la crisis sanitaria del COVID-19, en el ámbito personal, familiar y escolar.

El segundo promueve la mejora del diálogo, el cual permite consolidar el vínculo entre los estudiantes y los actores que influyen en su formación, como docentes y padres/madres.

El último atributo emocional busca que los docentes y padres/madres reafirmen su apoyo emocional a los estudiantes para que puedan continuar con su planificación de metas personales y profesionales.

### **Promesa de marca**

Buscamos que los adolescentes de 5to de secundaria de la I.E José Santos Chocano mejoren las relaciones con sus amigos, profesores, papás y mamás. Queremos que ellos sean el apoyo emocional de los adolescentes y que los impulsen a sentirse listos para enfrentar los cambios originados por la pandemia y, así, puedan cumplir sus metas personales y profesionales. Para



lograrlo, será muy importante trabajar el desarrollo de habilidades que les permitan empatizar con los demás, estar dispuestos a escuchar y conversar con los otros, y tomar decisiones para alcanzar sus objetivos.

## Marca

- **Nombre del proyecto: “2020 No Define Tus Límites”**

El nombre del trabajo de investigación “2020 No Define Tus Límites” nace del concepto creativo de “el cielo es el límite”. Éste hace referencia a los sueños y a las metas de una persona. Al mencionar que el cielo es el límite, se utiliza una metáfora para cuestionarse sobre las barreras reales que la persona puede colocarse a sí misma y busca motivar a que uno puede seguir soñando hasta alcanzar el cielo (infinito).

El número 2020 adquiere gran relevancia en esta frase, pues ha sido un año que ha marcado la diferencia con la propagación de la pandemia COVID-19, lo cual ha generado una gran cantidad de cambios en la vida de las personas; por ello, mencionar que “2020 No Define Tus Límites” hace referencia a la capacidad de resiliencia, poder adaptarse a los cambios a pesar de las adversidades y tomar este proceso como un aprendizaje para seguir creciendo.

- **Línea Gráfica**

<b>“2020 No Define Tus Límites”</b>	
<b>Colores</b>	

	<p>Fuente: Elaboración propia</p>																																																																								
<p><b>Tipografía</b></p>	<p>Se empleó la tipografía “Hogfish Demo Regular</p> <table border="1" data-bbox="507 459 1348 555"> <tr> <td>A 0065</td><td>B 0066</td><td>C 0067</td><td>D 0068</td><td>E 0069</td><td>F 0070</td><td>G 0071</td><td>H 0072</td><td>I 0073</td><td>J 0074</td><td>K 0075</td><td>L 0076</td><td>M 0077</td><td>N 0078</td><td>O 0079</td><td>P 0080</td><td>Q 0081</td> </tr> <tr> <td><b>A</b></td><td><b>B</b></td><td><b>C</b></td><td><b>D</b></td><td><b>E</b></td><td><b>F</b></td><td><b>G</b></td><td><b>H</b></td><td><b>I</b></td><td><b>J</b></td><td><b>K</b></td><td><b>L</b></td><td><b>M</b></td><td><b>N</b></td><td><b>O</b></td><td><b>P</b></td><td><b>Q</b></td> </tr> </table> <table border="1" data-bbox="507 555 970 645"> <tr> <td>R 0082</td><td>S 0083</td><td>T 0084</td><td>U 0085</td><td>V 0086</td><td>W 0087</td><td>X 0088</td><td>Y 0089</td><td>Z 0090</td> </tr> <tr> <td><b>R</b></td><td><b>S</b></td><td><b>T</b></td><td><b>U</b></td><td><b>V</b></td><td><b>W</b></td><td><b>X</b></td><td><b>Y</b></td><td><b>Z</b></td> </tr> </table> <table border="1" data-bbox="486 660 1225 795"> <tr> <td>0 0048</td><td>1 0049</td><td>2 0050</td><td>3 0051</td><td>4 0052</td><td>5 0053</td><td>6 0054</td><td>7 0055</td><td>8 0056</td><td>9 0057</td> </tr> <tr> <td><b>0</b></td><td><b>1</b></td><td><b>2</b></td><td><b>3</b></td><td><b>4</b></td><td><b>5</b></td><td><b>6</b></td><td><b>7</b></td><td><b>8</b></td><td><b>9</b></td> </tr> </table> <p>Fuente: DaFont</p>	A 0065	B 0066	C 0067	D 0068	E 0069	F 0070	G 0071	H 0072	I 0073	J 0074	K 0075	L 0076	M 0077	N 0078	O 0079	P 0080	Q 0081	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>	<b>F</b>	<b>G</b>	<b>H</b>	<b>I</b>	<b>J</b>	<b>K</b>	<b>L</b>	<b>M</b>	<b>N</b>	<b>O</b>	<b>P</b>	<b>Q</b>	R 0082	S 0083	T 0084	U 0085	V 0086	W 0087	X 0088	Y 0089	Z 0090	<b>R</b>	<b>S</b>	<b>T</b>	<b>U</b>	<b>V</b>	<b>W</b>	<b>X</b>	<b>Y</b>	<b>Z</b>	0 0048	1 0049	2 0050	3 0051	4 0052	5 0053	6 0054	7 0055	8 0056	9 0057	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
A 0065	B 0066	C 0067	D 0068	E 0069	F 0070	G 0071	H 0072	I 0073	J 0074	K 0075	L 0076	M 0077	N 0078	O 0079	P 0080	Q 0081																																																									
<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>	<b>F</b>	<b>G</b>	<b>H</b>	<b>I</b>	<b>J</b>	<b>K</b>	<b>L</b>	<b>M</b>	<b>N</b>	<b>O</b>	<b>P</b>	<b>Q</b>																																																									
R 0082	S 0083	T 0084	U 0085	V 0086	W 0087	X 0088	Y 0089	Z 0090																																																																	
<b>R</b>	<b>S</b>	<b>T</b>	<b>U</b>	<b>V</b>	<b>W</b>	<b>X</b>	<b>Y</b>	<b>Z</b>																																																																	
0 0048	1 0049	2 0050	3 0051	4 0052	5 0053	6 0054	7 0055	8 0056	9 0057																																																																
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>																																																																
<p><b>Logo</b></p>	 <p>Fuente: Elaboración propia</p>																																																																								
	<p>Los colores utilizados para el logo del trabajo de investigación son verde, azul oscuro y blanco. El verde simboliza tranquilidad, dinamismo, crecimiento y, además, está relacionado a la idea de juventud, al público objetivo y al enfoque de salud mental que se aborda en el trabajo de investigación. Asimismo, el color azul representa la constancia y la confianza, ejes trascendentales del trabajo de investigación y objetivos que se desean lograr con los estudiantes. Es decir, que continúen con la</p>																																																																								

<b>Línea Gráfica</b>	<p>planificación de sus metas personales y profesionales. Por último, el color blanco simboliza la claridad y la paz, y se ha utilizado para resaltar el mensaje de forma clara y directa hacia los actores con los que trabaja el trabajo de investigación y, también, para el público en general.</p> <p>En lo que corresponde a la figura de logo, esta representa a un estudiante graduándose, quien tiene su toga y su birrete. Además, se observa que el estudiante está realizando un <i>dab</i>, el cual es un paso de baile que se hizo popular entre los centennials y es utilizado para celebrar cualquier buena noticia. A esta figura se la acompaña con una burbuja de chat, la cual representa el espacio virtual en el que se han producido las dinámicas comunicacionales de los estudiantes. Por último, se eligió una tipografía en mayúscula, pues se busca resaltar el mensaje que se está comunicando. Además, el estilo de tipografía que se ha elegido busca representar el aspecto dinámico del trabajo de investigación.</p>
----------------------	--

## 15.2. Diagnóstico: entrevistas realizadas

Plan de recojo de información		
Fecha de la entrevista	Cargo en la institución	Datos del entrevistado
06/05/2020	MINSA - Dirección de Promoción de Salud	Néstor Rejas
10/05/2020	Centro de Salud Mental Comunitario de Pueblo Libre	Bianca Gallardo
01/05/2020	Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado-Hideyo Noguchi”	Katherine Arias
11/05/2020	Dirección General de la Calidad de Gestión Escolar	Mariana Montes Andrade
01/05/2020	Dirección Regional de Lima Metropolitana (DRELM)	Manuel Torres Soto
15/05/2020	Secretaría Nacional de la Juventud	Daniel Meléndez
02/05/2020	Psicología por el Perú	Ariane Drago
05/05/2020	MAB Your Learning Coach	Macarena Arribas
01/05/2020	De-Mentes	Ana Sofía Carranza (psicóloga) Marcia Fernández (cofundadora)
30/04/2020	Directora de colegio de educación privada “Nuestra Señora de la Luz”	Patricia Santillan
02/05/2020	Directora de colegio de educación pública	Claudia Vernal
13/05/2020	Director de Centro de educación básica alternativa María Parado de Bellido	Juan Díaz
10/05/2020	Estudiante de 1ro de secundaria de colegio público	José
10/05/2020	Madre del estudiante de 1ro de secundaria de colegio público	María
02/05/2020	Estudiante de 1ro de secundaria de colegio privado “Nuestra Señora de Lourdes”	Jorge
02/05/2020	Madre de estudiante de 1ro de secundaria de colegio privado “Nuestra Señora de Lourdes”	Kari
14/05/2020	Docentes de colegio público	Gleny Aurora
02/05/2020	Docentes de educación secundaria de colegio privado	Rosario Achulla

20/05/2020	Estudiante de 5to de secundaria de colegios públicos	Piero
19/05/2020	Docente de estudiantes de 5to de secundaria de colegio público (profesora de comunicación y tutora)	Lidia Guzmán

### 15.3. Diagnóstico: relevancia del recojo de información

Relevancia del recojo de información		
Fecha de la entrevista	Cargo en la institución	¿Tiene relevancia?
06/05/2020	MINSA - Dirección de Promoción de Salud	No, porque no se encuentra realizando alguna iniciativa sobre salud mental de adolescentes y no trabajan articuladamente con otras instituciones.
10/05/2020	Centro de Salud Mental Comunitario de Pueblo Libre	No, pese a que ha trabajado previamente con colegios del distrito, su trabajo les demanda tiempo y no hay mucha apertura a formar parte del trabajo de investigación.
01/05/2020	Instituto Nacional de Salud Mental "Honorio Delgado-Hideyo Noguchi"	Sí, pese a que su trabajo está relacionado al tratamiento de problemas mentales, gracias a la entrevista se pudo identificar la importancia del fortalecimiento del vínculo comunicativo para el trabajo con adolescentes.
11/05/2020	Dirección General de la Calidad de Gestión Escolar	No, no se encuentran realizando alguna iniciativa sobre salud mental. Asimismo, no hay un trabajo articulado con otras instituciones.
01/05/2020	Dirección Regional de Lima Metropolitana (DRELM)	No, no están llevando a cabo iniciativas que aborden la salud mental de los estudiantes durante la pandemia y no hay articulación con otras instituciones para trabajar este tema.
15/05/2020	Secretaría Nacional de la Juventud	Sí, se identificó que se encuentra comprometida con la salud mental de los adolescentes, al llevar a cabo distintas iniciativas en beneficio de ellos.
02/05/2020	Psicología por el Perú	No, su trabajo está enfocado en asesorar psicológicamente a personas con problemas de salud mental durante la pandemia.
05/05/2020	MAB Your Learning Coach	Sí, es un aliado estratégico, ya que, tiene experiencia en trabajar con instituciones

		educativas públicas el desarrollo de habilidades socioemocionales de los estudiantes.
01/05/2020	De-mentes	No, su trabajo se enfoca en la sensibilización sobre la importancia de la salud mental.
30/04/2020	Directora de colegio de educación privada "Nuestra Señora de la Luz"	No, ya que, no forma parte del público objetivo.
02/05/2020	Directora de colegio de educación pública	=
13/05/2020	Director de Centro de educación básica alternativa María Parado de Bellido	=
10/05/2020	Estudiante de 1ro de secundaria de colegio público	=
10/05/2020	Madre del estudiante de 1ro de secundaria de colegio público	=
02/05/2020	Estudiante de 1ro de secundaria de colegio privado "Nuestra Señora de Lourdes"	=
02/05/2020	Madre de estudiante de 1ro de secundaria de colegio privado "Nuestra Señora de Lourdes"	=
14/05/2020	Docentes de colegio público	=
02/05/2020	Docentes de educación secundaria de colegio privado	=
20/05/2020	Estudiante de 5to de secundaria de colegios públicos	Sí, porque son el principal público objetivo. Son quienes necesitan fortalecer sus habilidades personales para afrontar los cambios originados por la pandemia.
20/05/2020	Padres y madres de familia de estudiantes de 5to de secundaria de colegio público	Sí, porque son parte del público objetivo y son los principales agentes motivadores de sus hijos.
19/05/2020	Docente de estudiantes de 5to de secundaria de colegio público (profesora de comunicación y tutora)	Sí, porque son parte del público objetivo. Su importancia se centra en el apoyo emocional que pueden significar para el alumno.

#### 15.4. Consentimiento informado para el recojo de información

##### **Consentimiento informado (organizaciones estatales, no gubernamentales y privadas)**

Saludo cordial, somos un grupo de estudiantes del último año de la especialidad de Comunicación para el Desarrollo de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Actualmente, nos encontramos elaborando un trabajo de investigación de comunicación que tiene como tema principal la salud mental de adolescentes de 1ro a 5to de secundaria básica regular de colegios públicos en el Perú durante la crisis sanitaria del COVID-19. Nos gustaría poder desarrollar con usted esta entrevista para conocer su opinión sobre cómo se está abordando esta problemática en el contexto actual. Para ello, queremos consultarle si podemos grabar esta entrevista y tomar apuntes de sus respuestas. Toda la información que usted vaya a brindar es totalmente confidencial y será utilizada para fines únicamente académicos. ¿Usted estaría de acuerdo de participar en esta entrevista? Muchas gracias.

##### **Consentimiento informado (padres/madres/tutores de estudiantes de 1ro a 5to de secundaria)**

Saludo cordial, somos un grupo de estudiantes del último año de la especialidad de Comunicación para el Desarrollo de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Actualmente, nos encontramos elaborando un trabajo de investigación de comunicación que tiene como tema principal la salud mental de adolescentes de 1ro a 5to de secundaria básica regular de colegios públicos en el Perú durante la crisis sanitaria del COVID-19. Debido a ello, solicitamos su permiso para desarrollar una entrevista académica con su hijo (a) estudiante de 1ro a 5to de secundaria para conocer su opinión sobre cómo se está abordando esta problemática en el contexto actual. Toda información personal que ustedes vayan a brindar será utilizada para fines estrictamente académicos. ¿Usted estaría de acuerdo en permitir el desarrollo de la entrevista? Muchas gracias.

## 15.5. Guía de entrevistas a profundidad

### Estudiantes de 1ro a 5to de secundaria de colegios públicos

#### Objetivos

- Identificar el nivel de conocimiento y las percepciones sobre salud mental de los/las estudiantes de 1ro a 5to de secundaria de colegios públicos
- Conocer las relaciones de los/las estudiantes de 1ro a 5to de secundaria de colegios públicos con su entorno cercano durante la crisis sanitaria por el COVID-19

#### Información

- Pregunta introductoria: ¿Cómo se han sentido durante estos días de cuarentena? ¿Por qué?
- ¿Qué es lo que han oído/conocen sobre salud mental y sobre los problemas de salud mental? ¿De qué manera han podido acceder a esa información?
- ¿Qué tan seguido hablan de este tema con sus familiares, amigos o en el colegio?

#### Prejuicios y percepciones

- Según su opinión, ¿qué significa estar sano para ti? (indagar sobre la salud física y mental)
- ¿Qué es lo que piensan sobre aquellas personas que reciben terapia psicológica y/o sufren de problemas de salud mental como depresión, ansiedad, entre otros?
- ¿Por qué creen que adolescentes como ustedes deben aprender sobre salud mental? ¿En qué lugares les gustaría aprender sobre salud mental?
- Durante los años que llevan en secundaria, ¿alguna vez sus profesores hablaron sobre algún tema relacionado a la salud mental? ¿cuál (es) fueron los temas que hablaron? ¿qué les pareció esa experiencia? ¿por qué?
- ¿Por qué consideran que sus profesores/as deben ser quienes les enseñen sobre salud mental?



- ¿Cómo ha sido su estado de ánimo durante estos días de cuarentena? ¿Por qué?

### **Actitudes**

- ¿Cómo les gustaría que sus profesores les enseñen sobre salud mental? ¿Qué temas les gustaría aprender?
- ¿Qué los motivaría a aprender sobre salud mental? ¿Por qué?

### **Comportamiento**

- En sus casas, ¿quienes hablan con ustedes sobre salud mental? ¿Sobre qué temas relacionados a la salud mental y los problemas de salud mental les hablan? Y fuera de sus casas, ¿con quiénes se sienten más cómodos para hablar de este tema?
- ¿Cómo suelen actuar cuando se sienten estresados(as), preocupados(as) y/o tristes? ¿A quién(es) suelen recurrir para pedir ayuda?
- ¿Han asistido alguna vez al psicólogo? ¿Cómo fue su experiencia?

### **Relaciones**

- En las clases regulares presenciales, ¿cómo era la relación con sus profesores? ¿por qué?
- ¿Cómo se llevan con sus padres/tutor apoderado? ¿por qué?
- ¿Cómo ha sido la relación con sus padres/hermanos(as)/tutor apoderado durante estos últimos días de cuarentena? ¿Por qué?

### **Espacio**

- En las clases presenciales regulares, ¿cuáles eran los espacios de diálogo entre ustedes y sus profesores para hablar sobre salud mental? ¿Cómo se sentían en estos espacios?

## **MINEDU - Dirección General de Calidad de la Gestión Escolar**

### **Objetivos**

- Identificar el conjunto de conocimientos y percepciones sobre la salud mental por parte de las autoridades de la Dirección General de Calidad de la Gestión Escolar
- Conocer la actitud y el nivel de compromiso para abordar la salud mental en estudiantes de 1ro a 5to de secundaria en el sistema educativo público por parte de las autoridades de la Dirección General de Calidad de la Gestión Escolar durante la crisis sanitaria del COVID-19
- Identificar las iniciativas de la Dirección General de Calidad de la Gestión Escolar para abordar la salud mental de los estudiantes de 1ro a 5to de secundaria antes y durante la crisis sanitaria del COVID-19

### **Información**

- ¿Cuáles son los conceptos que maneja la Dirección de General de Calidad de la Gestión Escolar sobre la salud mental de los estudiantes de secundaria? ¿Cuál es la posición de la Dirección en el actual contexto de la crisis sanitaria del COVID-19?
- ¿Cuáles son los temas o aspectos de la salud mental que deberían ser abordados en el sistema educativo público durante la crisis sanitaria del COVID-19? ¿Por qué?

### **Prejuicios/percepciones**

- ¿Cuál es la relevancia del tratamiento de temas de salud mental/problemas de salud mental en la malla curricular? ¿Cuál es la importancia de abordar esta problemática durante la crisis sanitaria por el COVID-19?
- ¿Cuál es la relación que guardan con autoridades del sistema de salud para abordar/conocer los temas de salud mental/problemas de salud mental en los colegios?

### **Actitudes**

- ¿Cuál cree usted que es el nivel de involucramiento de la Dirección para trabajar los temas de salud mental con las autoridades escolares, docentes y estudiantes de 1ero a 5to de secundaria antes y después de la crisis sanitaria del COVID-19?

### **Comportamiento**

- ¿Cuáles han sido los proyectos o investigaciones anteriores en los que se haya trabajado los temas de salud mental con las autoridades escolares, docentes y estudiantes de 1ero a 5to de secundaria
- ¿Cómo trabajan la Dirección de Gestión Escolar y el MINEDU al momento de implementar/involucrarse en iniciativas para el sistema educativo?
- ¿Cuáles son los mecanismos o herramientas de atención sobre salud mental que se han trabajado con autoridades escolares, docentes y estudiantes de 1ero a 5to de secundaria?
- ¿Cómo se están ejecutando estos mecanismos a raíz de la crisis sanitaria por el COVID-19?
- ¿De qué manera trabajan con otras instituciones u organizaciones no gubernamentales para el manejo de temas de salud?

### **Relaciones**

- ¿Quiénes son los principales actores con los que trabaja la Dirección de Convivencia Escolar en la creación/implementación de algún proyecto?

## **Dirección Regional de Educación de Lima Metropolitana - DRELM**

### **Objetivos**

- Identificar el conjunto de conocimientos y percepciones sobre la salud mental por parte de las autoridades de la DRE de Lima Metropolitana.
- Conocer la actitud y el nivel de compromiso para abordar la salud mental en estudiantes de 1ro a 5to de secundaria en el sistema educativo público por parte de las autoridades de la DRE de Lima Metropolitana durante la crisis sanitaria del COVID-19.
- Identificar las iniciativas de la DRE de Lima Metropolitana para abordar la salud mental de los estudiantes de 1ro a 5to de secundaria antes y durante la crisis sanitaria del COVID-19.

### **Información**

- ¿Cuáles son los conceptos que maneja la DRE de Lima Metropolitana sobre la salud mental de los estudiantes de secundaria? ¿Cuál es la posición de la Dirección en el actual contexto de la crisis sanitaria del COVID-19?

### **Prejuicios/percepciones**

- ¿Cuál es la relevancia del tratamiento de temas de salud mental/problemas de salud mental en la malla curricular? ¿Cuál es la importancia de abordar esta problemática durante la crisis sanitaria por el COVID-19?
- ¿Cuáles son los temas o aspectos de la salud mental que deberían ser abordados en el sistema educativo público durante la crisis sanitaria del COVID-19? ¿Por qué?

### **Actitudes**

- ¿Cuál es el nivel de involucramiento de la DRE de Lima Metropolitana para trabajar los temas de salud mental con las autoridades escolares, docentes y estudiantes de 1ero a 5to de secundaria antes y después de la crisis sanitaria del COVID-19?

### **Comportamiento**

- ¿Cuáles han sido los proyectos o investigaciones anteriores en los que se haya trabajado los temas de salud mental con las autoridades escolares, docentes y estudiantes de 1ero a 5to de secundaria?
- ¿Cómo trabajan la DRE de Lima Metropolitana y el MINEDU al momento de implementar/involucrarse en iniciativas para el sistema educativo?
- ¿Cuáles son los mecanismos o herramientas de atención sobre salud mental que se han trabajado con autoridades escolares, docentes y estudiantes de 1ero a 5to de secundaria? ¿Cómo se están ejecutando estos mecanismos a raíz de la crisis sanitaria por el COVID-19?

### **Relaciones**

- ¿Cómo es la comunicación con el MINEDU y con las UGEL para tratar temas de salud mental?
- ¿Cómo describiría la relación con el MINEDU y con las UGEL, respectivamente?
- ¿Quiénes son los principales actores con los que trabaja la DRE de Lima Metropolitana en la creación/implementación de algún proyecto de salud mental?
- ¿Cuál es la relación que guardan con autoridades del sistema de salud para abordar/conocer los temas de salud mental/problemas de salud mental en los colegios?
- ¿De qué manera trabajan con otras instituciones u organizaciones no gubernamentales para el manejo de temas de salud?

### **Secretaría Nacional de la Juventud (SENAJU - MINEDU)**

#### **Objetivos**

- Identificar el nivel de relevancia de la salud mental de los adolescentes en el accionar de la SENAJU

- Determinar el nivel de compromiso para incidir en la implementación de políticas de salud mental en adolescentes durante la crisis sanitaria del COVID-19

### **Información**

- ¿Cuál es la importancia que brindan a la salud mental en el accionar, las líneas de acción o en las políticas públicas que establecen desde la SENAJU? ¿A través de qué canales la SENAJU adquiere información sobre la salud mental en adolescentes?
- En el contexto del COVID-19, ¿qué temas o aspectos de la salud mental están priorizando? ¿Por qué? ¿Quién toma esas decisiones (MINEDU, SENAJU, PCM)? ¿Por qué consideran que la salud mental no se ha abordado en la estrategia de enseñanza remota de los colegios públicos durante el COVID-19?
- ¿Cuál es la Dirección encargada de liderar alguna política, proyecto o iniciativa para abordar la salud mental de los estudiantes de secundaria de los colegios públicos durante el contexto del COVID-19?

### **Prejuicios/percepciones**

- ¿Qué tan importante es la salud mental en comparación de la salud física en jóvenes peruanos?
- ¿Cómo entiende la SENAJU la salud mental, cuáles son los problemas de salud mental a los que más se enfrentan los adolescentes de colegios públicos peruanos?

### **Actitudes**

- ¿Cuáles son las motivaciones que tiene la SENAJU para abordar la temática de salud mental en adolescentes de colegios públicos de Lima Metropolitana?
- ¿Qué tanta voluntad y compromiso tiene la SENAJU para abordar la temática de salud mental en adolescentes de colegios públicos de Lima Metropolitana?

### **Comportamiento**

- ¿Cuáles son las políticas, las iniciativas o proyectos que cuenta la SENAJU en materia de salud mental?
- ¿Qué actividades ha realizado o cuáles planea implementar?

### **Relaciones**

- ¿Cómo funciona la SENAJU y cuál es la relación que tiene con el MINEDU?
- ¿Se encuentra en la posición de tomar decisiones clave, plantear iniciativas para abordar la salud mental?
- ¿Con qué actores se relaciona la SENAJU si desearía implementar algún proyecto con el tema de salud mental en adolescentes?

### **Espacio**

- ¿Cuáles son las herramientas, plataformas y recursos educativos/pedagógicos que está utilizando la SENAJU en el contexto actual del COVID-19 para comunicarse con los jóvenes
- ¿Cómo ha funcionado la plataforma de atención psicológica y legal para jóvenes?  
¿Cuáles son los desafíos y éxitos de esta iniciativa?

### **Directores de colegios públicos/privados**

#### **Objetivos**

- Determinar los conocimientos y las percepciones que tienen los directores sobre la salud mental de los adolescentes de 1ro a 5to de secundaria de colegios públicos de Lima Metropolitana
- Determinar el nivel de compromiso para incidir en la implementación de políticas de salud mental en adolescentes durante la crisis sanitaria del COVID-19

#### **Información**

- ¿Qué conoce o entiende sobre salud mental? ¿A través de qué medios se informó sobre el tema

- Desde su rol, ¿qué conceptos y prácticas se manejan para abordar el tema de salud mental y emociones en el nivel secundario?

### **Prejuicios/percepciones**

- Según su opinión, ¿cuáles son los temas o aspectos de la salud mental que deberían ser abordados en el sistema educativo público/privado durante la crisis sanitaria del COVID-19? ¿Por qué?
- ¿Cuál es la importancia de implementar iniciativas sobre salud mental en la formación educativa del adolescente?
- ¿Cuáles son las problemáticas de los estudiantes de secundaria que se evidencian con mayor frecuencia en su colegio?
- Desde su perspectiva, ¿cuál de estos temas se debería priorizar en el sistema educativo? ¿Considera que la salud mental debe ser un tema que se aborde en el sistema educativo?
- ¿Cuál es su percepción acerca de las personas (adolescentes) que asisten a terapia psicológica o sufren de depresión/ansiedad/trastornos mentales?

### **Comportamiento**

- ¿De qué manera actúa el entorno escolar cuando los alumnos adolescentes acuden con problemas de salud mental? ¿Qué les dicen, cómo los orientan, cuáles son las recomendaciones y cuáles no?
- Antes y durante la crisis sanitaria del COVID-19, ¿de qué manera se han desarrollado los espacios de comunicación entre estudiantes y docentes para abordar temas de salud mental?
- ¿Cuáles son los temas que se priorizan para capacitar a los/las docentes? ¿Con qué frecuencia se realizan estas capacitaciones? ¿en algún momento han abordado el tema de salud mental?



- ¿Qué iniciativas sobre salud mental se han implementado en el nivel secundario?

### **Relaciones**

- ¿Cómo funciona el sistema de educación pública en el país? ¿Si los docentes quisieran implementar nuevas iniciativas en salud mental, cuáles son las principales barreras con las cuales se encontraría? (limitaciones)
- ¿De qué manera trabajan con otras instituciones u organizaciones no gubernamentales para el manejo de temas de salud?

### **Espacio**

- ¿Cuáles son las herramientas, plataformas y recursos educativos/pedagógicos que están utilizando en su institución educativa en el contexto actual del COVID-19?
- ¿Cuáles son las principales dificultades/desafíos y los éxitos de esta coyuntura en materia educativa?
- Antes y durante la crisis sanitaria del COVID-19, ¿a través de qué medios se ha comunicado con los docentes y alumnos? ¿Cuáles considera más y menos eficaces?

### **Docentes de colegios públicos/ privados**

#### **Objetivos**

- Determinar los conocimientos y las percepciones sobre la salud mental de los docentes de colegios públicos de Lima Metropolitana
- Determinar el nivel de compromiso para incidir en la implementación de políticas de salud mental en adolescentes durante la crisis sanitaria del COVID-19

#### **Información**

- ¿Qué es lo que conoce/entiende por "salud mental"? ¿Qué conoce sobre los problemas y trastornos de la salud mental?
- ¿A través de qué medios usted adquiere información sobre salud mental para ejercer la docencia y para su vida personal?

- ¿Qué conceptos y prácticas se manejan para abordar el tema de salud mental y emociones en la estrategia de enseñanza remota del nivel secundario durante la crisis sanitaria COVID-19?
- Antes y durante la crisis sanitaria del COVID-19, ¿de qué manera se ha llevado a cabo el acompañamiento psicológico a ustedes y/o a los estudiantes de 1ro a 5to de secundaria?

### **Prejuicios/percepciones**

- Según su opinión, ¿cuáles son los temas o aspectos de la salud mental que deberían ser abordados en el sistema educativo público/privado durante la crisis sanitaria del COVID-19? ¿Por qué?
- ¿Cómo describiría a las personas (adolescentes) que asisten a terapia psicológica o sufren problemas de salud mental?
- ¿Cuáles son los principales problemas de salud mental que se observa en los estudiantes de 1ro a 5to de secundaria de los colegios públicos?
- En los espacios de comunicación, ¿cuáles son los temas con los que sus alumnos no se sienten cómodos de hablar? Asimismo, respecto a su labor como docente ¿Qué temas no prefiere abordar con los estudiantes de nivel secundario?

### **Actitudes**

- ¿Cuál fue el motivo que lo llevó a usted a elegir la docencia como profesión? ¿Qué es lo que lo motiva a ejercer la docencia con adolescentes? ¿Por qué?

### **Comportamiento**

- ¿De qué manera actúan usted y sus colegas cuando los estudiantes del nivel secundario acuden con problemas de salud mental? ¿Qué les dicen, cómo los orientan, cuáles son las recomendaciones y cuáles no?

- Antes y durante la crisis sanitaria del COVID-19, ¿qué temas se han abordado en la tutoría con los estudiantes del nivel secundario? ¿Cuál es la finalidad de este espacio?

### **Relaciones**

- ¿Cuáles son las principales barreras con las cuales se encontraría si quisiera implementar iniciativas en salud mental? (limitaciones)
- Durante la crisis sanitaria del COVID-19, ¿cómo se están dando las relaciones entre profesores de colegio público y padres o estudiantes? En el diálogo, ¿qué temas se priorizan?

### **Espacio**

- ¿Cuáles son las herramientas, plataformas y recursos educativos/pedagógicos que están utilizando los docentes de colegios públicos en el contexto actual del COVID-19?
- Antes y durante la crisis sanitaria del COVID-19 ¿a través de qué medios se comunica con los alumnos y padres? ¿Cuáles considera más y menos eficaces?

### **Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado - Hideyo Noguchi” (Dirección de Niños y Adolescentes)**

#### **Objetivos**

- Conocer los conceptos y la metodología de acción para abordar estrategias en temas de salud mental en los adolescentes
- Identificar las lecciones aprendidas de la metodología de trabajo que hayan abordado la salud mental en adolescentes
- Identificar el grado de incidencia del Instituto Nacional de Salud Mental en los proyectos/iniciativas de salud mental del sistema educativo

#### **Información**

- ¿Cuál es el concepto de salud mental que se trabaja con los adolescentes? ¿Existe alguna variación a raíz de la crisis sanitaria por el COVID-19?
- ¿Cuáles son los principales síntomas y metodologías para detectar y tratar problemas de salud mental en adolescentes?

### **Prejuicios/percepciones**

- ¿Cómo se manejan las relaciones personales e intrafamiliares de los adolescentes que se encuentran en peligro durante la crisis sanitaria por el COVID-19?
- ¿Cuál es el nivel de presencia de la institución dentro de los proyectos de salud mental para el sistema educativo? ¿Existe actualmente alguna iniciativa que se está articulando con el sistema educativo a partir del Estado la crisis sanitaria por el COVID-19?
- ¿Cuáles son los principales resultados con respecto a las actitudes de los adolescentes en el último proyecto o investigación realizada?

### **Comportamiento**

- ¿Cuál es el nivel de compromiso de la Institución para abordar proyectos/iniciativas de salud mental en adolescentes?

### **Padre/Madre/Tutor legal del estudiante**

#### **Objetivos**

- Conocer el rol de los padres de familia en el bienestar de la salud mental de sus hijos
- Identificar cómo se están desarrollando las relaciones familiares durante la crisis sanitaria COVID-19

#### **Información**

- ¿Para usted qué significa estar sano?
- ¿Qué es lo que han oído/conocen sobre salud mental y sobre los problemas de salud mental?

- ¿De qué manera han podido acceder a esa información? ¿Qué tan seguido hablan de este tema con sus hijos y/o familiares?
- En la convivencia diaria, ¿con qué frecuencia dialogan con sus hijos y/o familiares? ¿Sobre qué temas conversan con ellos?

### **Prejuicios/percepciones**

- ¿Qué es lo que piensan sobre aquellas personas que reciben terapia psicológica y/o sufren de problemas de salud mental como depresión, ansiedad, entre otros?
- ¿Cuál es su posición sobre abordar la salud mental en el actual contexto de la crisis sanitaria COVID-19 en la convivencia familiar?
- ¿De qué manera la crisis sanitaria COVID-19 ha generado cambios en la salud mental de sus hijos y/o familiares?

### **Actitudes**

- ¿De qué manera se involucraría en las iniciativas sobre salud mental que se implementen en los colegios de sus hijos?

### **Comportamiento**

- ¿De qué manera aborda la salud mental y las emociones en el diálogo con sus hijos? ¿Sobre qué temas conversan con ellos?
- ¿Cómo actúa cuando ve a su hijo triste/preocupado/ansioso? ¿Qué le dice, cómo lo orienta, cuáles son las recomendaciones y cuáles no?
- En caso de que sus hijos quisieran recibir ayuda psicológica, ¿cómo respondería ante ello? ¿han asistido a terapia o a los centros de salud mental comunitaria previamente? ¿Cómo ha sido la experiencia?

### **Entorno familiar**

#### **Objetivos**

- Identificar los conocimientos y percepciones sobre la salud mental para el entorno familiar de los adolescentes
- Identificar cómo se están desarrollando las relaciones familiares durante la crisis sanitaria COVID-19

### **Información**

- ¿Para usted qué significa estar sano?
- ¿Qué es lo que han oído/conocen sobre salud mental y sobre los problemas de salud mental?
- ¿De qué manera han podido acceder a esa información? ¿Qué tan seguido hablan de este tema con sus hijos y/o familiares?
- En la convivencia diaria, ¿Con qué frecuencia dialogan con sus familiares? ¿Sobre qué temas conversan con ellos?

### **Prejuicios/percepciones**

- ¿Qué es lo que piensan sobre aquellas personas que reciben terapia psicológica y/o sufren de problemas de salud mental como depresión, ansiedad, entre otros?
- ¿Cuál es su posición sobre abordar la salud mental en el actual contexto de la crisis sanitaria COVID-19 en la convivencia familiar?
- ¿De qué manera la crisis sanitaria COVID-19 ha generado cambios en la salud mental de sus familiares?

### **Comportamiento**

- ¿Cómo actúa cuando ve a un familiar triste/preocupado/ansioso? ¿Qué le dice, cómo lo orienta, cuáles son las recomendaciones y cuáles no?
- En caso de que sus familiares quisieran recibir ayuda psicológica, ¿cómo respondería ante ello? ¿han asistido a terapia o a los centros de salud mental comunitaria previamente? ¿Cómo ha sido la experiencia?

**Relaciones**

- ¿De qué manera la crisis sanitaria COVID-19 ha generado cambios en las relaciones familiares?

**Espacios**

- Durante la crisis sanitaria Covid-19, ¿de qué manera se han desarrollado los momentos o espacios de diálogo para abordar la salud mental de sus familiares?

**ONG De-Mentes****Objetivos**

- Conocer los conceptos y la metodología de acción para abordar estrategias en temas de salud mental en los adolescentes por parte de la ONG De-Mentes
- Identificar las lecciones aprendidas de la ONG De-Mentes

**Información**

- Desde la perspectiva de De-Mentes, ¿Creen que existan estigmas sobre salud mental en la población peruana? ¿Cuáles creen que sean estos?
- ¿Qué tan importante es la salud mental en comparación de la salud física en jóvenes peruanos?
- Desde la perspectiva de De-Mentes, ¿Cuáles creen que son los problemas de salud mental a los que más se enfrentan los adolescentes de colegios públicos peruanos?
- En el contexto del COVID-19, ¿qué temas o aspectos de la salud mental están priorizando en su organización? ¿Por qué? ¿Cuál es su opinión con relación a la estrategia educativa de enseñanza remota de los colegios públicos durante el COVID-19?

**Prejuicios/percepciones**

- ¿Cómo entiende De-Mentes la "estigmatización"/"estigma" de la salud mental en la sociedad peruana?

**Actitudes**

- ¿Cuáles son las motivaciones que tiene De-Mentes para abordar la temática de salud mental en el Perú?

**Comportamiento**

- ¿Cuáles son las iniciativas o proyectos que establece De-Mentes en materia de salud mental? ¿Cuáles son las líneas estratégicas? ¿Qué actividades ha realizado o cuáles planea implementar?

**Relaciones**

- ¿Con qué actores se relaciona De-Mentes de manera activa? ¿Cómo es su relación con el MINSA? ¿Cuáles son los principales éxitos y desafíos?

**Espacios**

- ¿Cuáles son las herramientas, plataformas y recursos que está utilizando De-Mentes en el contexto actual del COVID-19 para comunicarse con su público beneficiario/target?

**Psicología por el Perú****Objetivos**

- Conocer los conceptos y la metodología para abordar proyectos/estrategias en temas de salud mental en los adolescentes

**Información**

- ¿Cómo entiende "Psicología por el Perú" la salud mental?



- ¿Qué metodología o estrategias implementa "Psicología por el Perú" para trabajar temas de salud mental con adolescentes?
- ¿Cuáles son los problemas recurrentes de salud mental en adolescentes? En el contexto de la crisis sanitaria Covid-19 ¿Surge algún cambio en la salud mental de los adolescentes? ¿Cómo afecta el estigma de la salud mental a los adolescentes?
- ¿Cómo se reflejan en las relaciones personales y familiares los problemas de salud mental?

### **Prejuicios/percepciones**

- ¿Qué proceso cree que debería ocurrir para que el enfoque de salud mental se incorpore en la educación secundaria? ¿Lo considera relevante en materia educativa?

### **Comportamiento**

- ¿Cuál es el nivel de compromiso de "Psicología por el Perú" para implementar proyectos/iniciativas de salud mental en adolescentes?

### **Relaciones**

- ¿Con qué actores ha trabajado "Psicología por el Perú" en materia de salud mental en adolescentes?

### **Espacios**

- ¿Cuáles son las herramientas, plataformas y recursos que está utilizando "Psicología por el Perú" en el contexto actual del COVID-19 para comunicarse con su público beneficiario/target? ¿Qué temas de salud mental priorizan en su contenido digital?

## **MAB Your Learning Coach**

### **Objetivos**

- Conocer la metodología de aprendizaje ad hoc para estudiantes de secundaria del sector privado y público que desarrolla MAB

### **Información**

- ¿En qué consiste la metodología de aprendizaje ad hoc que ha desarrollado MAB para estudiantes de nivel secundario?
- ¿Cuáles son las estrategias que utilizan los profesores para trabajar temas de habilidades blandas y emociones con los estudiantes de secundaria?
- ¿Cuál es la metodología que debe aplicar el docente para garantizar una formación integral (cognitiva y humana) en los estudiantes?

### **Prejuicios/percepciones**

- ¿Cuál es la percepción de "MAB" sobre incorporar el enfoque de salud mental en la educación secundaria?
- ¿Cómo la educación secundaria pública puede servir como un espacio académico y un espacio emocional? ¿Qué otras formas de enseñanza deberían incorporarse?
- ¿De qué manera las aulas (físicas o virtuales) pueden servir como espacios para fortalecer la salud mental de los estudiantes de secundaria?

### **Comportamiento**

- ¿Qué logros o resultados se han alcanzado al aplicar la metodología ad hoc en los estudiantes de secundaria?
- ¿En qué consiste la iniciativa que ha implementado MAB junto a la DRELM para colegios públicos?
- ¿Cuál es el nivel de compromiso de "MAB" para implementar proyectos/iniciativas de salud mental en adolescentes?

### **Espacios**

- ¿Cuáles son las herramientas, plataformas y recursos que está utilizando "MAB" en el contexto actual del COVID-19 para comunicarse con los estudiantes?

**Dirección General de Promoción de Salud, Dirección Ejecutiva de educación para la salud - MINSA**

**Objetivos**

- Conocer el enfoque de salud mental con el que trabaja la Dirección General de Promoción de Salud
- Identificar el grado de incidencia de la Dirección en los proyectos/iniciativas de salud mental del sistema educativo

**Información**

- ¿Cuál es el enfoque sobre salud mental que se utiliza en el Programa de Promoción de la Salud?

**Comportamiento**

- ¿Cómo se desarrolla el Modelo de abordaje de promoción de la salud en el nivel secundario? ¿Qué aspectos o ejes temáticos considera ese modelo?
- ¿Cuáles son los logros y resultados de los proyectos implementados en educación y comunicación para la salud?
- ¿De qué manera la Dirección General de Promoción de la Salud podría implementar proyectos/iniciativas de salud mental en adolescentes en el sector educación?

**Relaciones**

- ¿Cuáles son las alianzas estratégicas que ha establecido la Dirección General de Promoción de la Salud?

**Espacios**

- ¿Cuáles son los espacios, canales o herramientas que utilizan para abordar la salud mental en el programa de promoción de la salud?

## 15.6. Guías de las actividades piloto

### Guía de actividad 1

#### Datos

Nombre: “Todos para uno y uno para todos”

Fecha: Viernes 03 de julio del 2020

Tiempo: 4:40 - 5:40 pm (1 hora aproximadamente)

Objetivo: Evidenciar el impacto de la crisis sanitaria del COVID-19 en los planes personales y profesionales de los estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa José Santos Chocano, así como el reconocer que están pasando por una situación similar debido a la crisis sanitaria.

#### Materiales

- Grupo de WhatsApp con la imagen del logo
- Reunión de *Zoom* ilimitada
- Presentación para la reunión de *Zoom*
- Mensajes de WhatsApp
  - Imagen de bienvenida
  - Indicaciones acompañadas con ejemplos de memes y videos de TikTok
  - Invitación para la reunión del *Zoom*
  - Meme como recordatorio del encuentro virtual

#### Recursos comunicacionales de la actividad

- Imagen de presentación en el grupo de WhatsApp



Fuente: Elaboración propia

- Invitación para la reunión del Zoom



Fuente: Elaboración propia

Guía del Zoom de la actividad

Etapa	Descripción	Tiempo
<p><b>1ERA ETAPA: Presentación</b></p>	<p>Se iniciará la reunión con la presentación de #2020NoDefineTusLímites. Así, cada integrante hará una breve introducción sobre quiénes son, para luego explicar en qué consiste.</p> <div data-bbox="635 539 1066 779" data-label="Image"> </div> <p>Fuente: Elaboración propia</p> <div data-bbox="635 869 1098 1122" data-label="Image"> </div> <p>Fuente: Elaboración propia</p>	<p>15 minutos</p>
<p><b>2DA ETAPA: DINÁMICA ROMPEHIELO</b></p>	<p>Cada estudiante deberá decir su nombre y mencionar alguna actividad que extraña hacer del colegio. Esta actividad debe empezar con la inicial de su nombre. Asimismo, las respuestas no pueden repetirse.</p> <p><u>Por ejemplo:</u> ¡Hola! Yo me llamo Sandra y en el cole salía al recreo a comer salchipapa.</p> <div data-bbox="619 1608 1061 1850" data-label="Image"> </div> <p>Fuente: Elaboración propia</p>	<p>15 minutos</p>

<p><b>3ERA ETAPA:</b> <b>DINÁMICA</b> <b>“REFLEXIONEMOS”</b></p>	<p>Se les presentará a los estudiantes los stickers, memes y videos de <i>Tiktok</i> que ellos enviaron por el grupo de <i>WhatsApp</i>. Se buscará que los estudiantes puedan contar un poco más sobre las situaciones y cambios que han atravesado durante la cuarentena, y así, ir encontrando puntos en común entre todos.</p>  <p>Fuente: Elaboración propia</p>  <p>Fuente: Elaboración propia</p>	<p>15 minutos</p>
<p><b>4TA ETAPA</b> <b>(DINÁMICA “ELIGE TU CAMINO”)</b></p>	<p>Esta actividad será desarrollada como un juego virtual, en el que los estudiantes deberán elegir el camino que tomará el personaje de la historia, quien es un adolescente (Manuel) de 5to año de secundaria.</p>  <p>Fuente: Elaboración propia</p> 	<p>15 minutos</p>

	Fuente: Elaboración propia	
<b>CIERRE</b>	Se les informará sobre la segunda misión que deben realizar, la cual consiste en recopilar fotos, recuerdos, deseos y anécdotas vividas con sus compañeros y docentes. Se agradecerá su participación a la sesión del Zoom.	10 minutos

## Guía de actividad 2

### Datos

Nombre: “Generación 2020”

Fecha: Del viernes 03 al viernes 10 de julio del 2020

Objetivo: Lograr que los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano, a partir del recojo de sus vivencias escolares, sientan nostalgia sobre cómo eran las relaciones con sus compañeros y docentes en el ámbito escolar antes de la crisis sanitaria del COVID-19.

### Materiales

- Anuncio de envío de fotos, recuerdos y anécdotas escolares
- Herramienta digital Canva
- Carpetas en Google Drive
- Correo electrónico: 2020nodefinetuslimites@gmail.com

### Recursos comunicacionales de la actividad

- Anuncio de envío de fotos escolares





Fuente: Elaboración propia

- Anuario digital

Para acceder al anuario digital, visitar el siguiente enlace:

[https://drive.google.com/file/d/1RaNkQnBqk1zd\\_d2jSSxt7UenuCeZhjRC/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1RaNkQnBqk1zd_d2jSSxt7UenuCeZhjRC/view?usp=sharing)



Fuente: Elaboración propia

### Guía de actividad 3

#### Datos

Nombre: “Fiesta de promoción virtual”

Fecha: Viernes 10 de julio del 2020

Tiempo: 4:40 - 6:00 pm (1 hora y media aproximadamente)

Objetivo: Lograr que los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E. José Santos Chocano reconozcan la importancia de las relaciones con sus compañeros/amigos de promoción teniendo en cuenta que están atravesando una situación similar y, por tanto, se tienen el uno para el otro para afrontar estos cambios.

#### Materiales

- Stickers, GIFs, fotografías
- Música divertida
- Encuesta de Zoom
- Anuario digital

#### Recursos comunicacionales de la actividad

- Invitaciones oficiales y personalizadas



Fuente: Elaboración propia.



Fuente: Elaboración propia

### Guía de preguntas de Encuesta de Zoom

**Marca del 1 al 5, donde 1 es nada y 5 es mucho.**

- ¿Qué te pareció la sesión de hoy?

(pésima)\_\_\_1\_\_\_2\_\_\_3\_\_\_4\_\_\_5 (excelente)

- ¿Cómo te sientes luego de haber participado en esta sesión?

\_\_\_\_\_

- A partir de la sesión de hoy, ¿sientes que ahora conoces la situación que está pasando tu compañero/a?

(poco)\_\_\_1\_\_\_2\_\_\_3\_\_\_4\_\_\_5 (bastante)

- ¿Sientes que las dinámicas propuestas el día de hoy te han ayudado a **ponerte en los zapatos** de tus compañeros/as?


(poco)\_\_\_1\_\_\_2\_\_\_3\_\_\_4\_\_\_5 (bastante)



- ¿Sientes que las soluciones propuestas hoy, para afrontar junto a tus compañeros/as estos cambios en sus vidas, se pueden aplicar realmente?


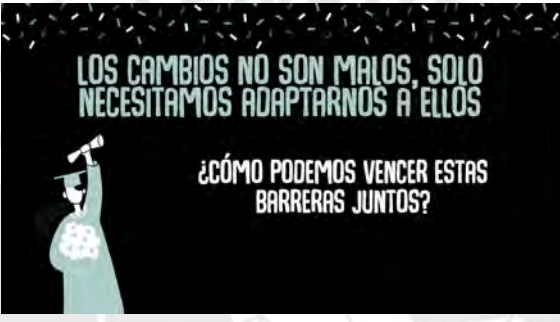
(poco)\_\_\_1\_\_\_2\_\_\_3\_\_\_4\_\_\_5 (bastante)



#### Guía de la actividad vía Zoom

Etapa	Descripción	Tiempo
<p><b>Ingreso y bienvenida de los participantes</b></p>	<p>Se dará una tolerancia de 5 minutos para que todos los participantes ingresen. Luego una persona responsable del trabajo de investigación dará la bienvenida (mencionar en el chat que cada persona debe escribir su nombre y que se esperará hasta que ingresen los demás).</p> <p>Música: reggaeton y electro</p> <p>Diapositiva: carátula con nombre de “Fiesta Virtual de Promoción” y GIFs animados</p>	<p>10 minutos</p>

	 <p>¡FIESTA DE PROMOCION VIRTUAL! EN BREVE COMENZAMOS</p> <p>Fuente: Elaboración propia</p>	
<p><b>Dinámica 1: Verónica dice</b></p>	<p>Música: fondo de “El sonidito”</p> <p>Diapositiva: cada objeto que Verónica pedirá que traigan.</p> <p>Ejemplo: “Verónica dice que... encuentren una correa”</p>  <p>Fuente: Elaboración propia</p>	<p>10-15 minutos</p>
<p><b>Dinámica 2: Yo nunca</b></p>	<p>Diapositiva: cada premisa del Yo nunca se proyectará una por una.</p> <p>Música: fondo de juegos infantiles, música para concursos.</p>  <p>Fuente: Elaboración propia</p>	<p>10-15 minutos</p>

	 <p>Fuente: Elaboración propia</p>	
<p>Dinámica 3: Tres palabras</p>	<p>Ingresar a la ruleta de la suerte para designar el orden para contar la historia.</p> <p><a href="https://app-sorteos.com/es/apps/la-ruleta-decide">https://app-sorteos.com/es/apps/la-ruleta-decide</a></p> <p>Música: fondo de “El sonidito”</p> <p>Diapositiva: Se mostrará la historia resultante de la dinámica.</p>  <p>Fuente: Elaboración propia</p>	<p>15 minutos</p>
<p><b>Dinámica 4: Intercambio de mensajes</b></p>	<p>Diapositiva: Breve explicación sobre la dinámica, las preguntas clave.</p> <p><b>Pregunta reflexiva:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El 2020 ha traído muchos cambios en nuestras vidas:</li> <li>• ¿Cómo me siento al respecto? ¿Qué barreras tengo ahora para alcanzar mis metas personales y profesionales?</li> </ul> <p><b>Pregunta motivadora:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los cambios no son malos, solo necesitamos adaptarnos a ellos. ¿Cómo podemos vencer estas barreras juntos?</li> </ul>	<p>20 minutos</p>

	<p>Mentimeter: proyección de ideas para trabajar en conjunto.</p> <p>Música: -</p>  <p>Fuente: Elaboración propia</p>  <p>Fuente: Elaboración propia</p>	
Graduación 2020	Elección nombre de la promoción y presentación del anuario.	15 minutos

	 <p>Fuente: Elaboración propia</p>	
Encuesta Zoom	<p>Antes de finalizar, se enviará una encuesta dentro de la plataforma Zoom para que evalúen qué tal les parecieron las dinámicas planteadas y cómo se han sentido con ellas.</p>  <p>Fuente: Elaboración propia</p>	5 minutos
Foto grupal	<p>Como recuerdo se tomará una foto con todos los participantes y las organizadoras de la actividad.</p>	2 minutos

### Cronograma de las actividades ejecutadas

<b>Trabajo de investigación "2020 No define tus límites"</b>	<b>lunes 29 de junio</b>	<b>martes 30 de junio</b>	<b>miércoles 1 de julio</b>	<b>jueves 2 de julio</b>	<b>viernes 3 de julio</b>	<b>sábado 4 de julio</b>	<b>domingo 5 de julio</b>	<b>lunes 6 de julio</b>	<b>martes 7 de julio</b>	<b>miércoles 8 de julio</b>	<b>jueves 9 de julio</b>	<b>viernes 10 de julio</b>
<b>Actividad 1</b>												
Creación del grupo de WhatsApp												
Dinámica rompe hielo												
Misión 1: Memes y Tik Toks de la pandemia												
Recordatorios para el Zoom												
Reunión en Zoom												
<b>Actividad 2</b>												
Indicaciones para la segunda misión												
Recolección de vivencias escolares e información para el anuario												
Elección de nombre de la promoción												
Presentación del anuario												
<b>Actividad 3</b>												
Invitación a la fiesta de promoción virtual												
Recordatorio del Zoom												
Reunión en Zoom												



### 15.7. Brochure institucional del proyecto

Para acceder al brochure, ingresar al siguiente enlace: <https://bit.ly/2ZT9bby>

**¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?**  
El contexto de la crisis sanitaria por el COVID-19, ha supuesto la toma de medidas preventivas relacionadas al distanciamiento social, causando cambios en las diversas dinámicas sociales y afectando a distintos sectores de la población.  
Los adolescentes de 5to de secundaria, con un sector de la población afectado y vulnerable, pues se encuentran en una etapa de cambios y, a esto, se les añade los que atraviesan en la actualidad por la crisis.

**¿CÓMO LA COMUNICACIÓN CONTRIBUYE?**  
Trabaja desde líneas de acción comunicacionales se pueden abordar soluciones que contribuyan a todos los aspectos de sus vidas, ya que este enfoque permite una metodología transversal sumando actores y sentando bases en los estudiantes.  
Así, este enfoque definió el problema comunicacional en el que se basa el Proyecto '2020 No Define Tus Límites':  
Los estudiantes de 5to de secundaria de instituciones educativas públicas no se sienten preparados para desenvolverse ante el contexto ocasionado por la pandemia del COVID-19 ya que ha impactado en las relaciones con su entorno cercano, compuesto por sus padres, docentes y compañeros, generando desmotivación para llegar a cabo su vida escolar y frustración ante un futuro inmediato incierto.

**¿CUÁL ES EL OBJETIVO?**  
Fortalecer el vínculo comunicativo entre los estudiantes de 5to de secundaria de instituciones educativas públicas con su entorno cercano, compuesto por compañeros, profesores y padres, a través del desarrollo de habilidades personales, tales como la empatía, adaptabilidad, apertura al diálogo y la toma de decisiones, para que puedan adaptarse saludablemente a los cambios originados por la pandemia COVID-19 en sus planes personales y profesionales.

**¿A TRAVÉS DE QUÉ ESTRATEGIAS?**  
Así, este enfoque definió el problema comunicacional en el que se basa el Proyecto '2020 No Define Tus Límites':  
1. Evidenciar los impactos de la pandemia  
2. Aplicación de metodologías de comunicación y comunicación  
3. Fortalecimiento de habilidades de comunicación  
4. Fortalecimiento de habilidades de comunicación  
5. Aplicación de Metodologías de Comunicación  
6. Incidencia en instituciones Públicas

**¿CUÁLES FUERON LAS HERRAMIENTAS?**  
El Proyecto '2020 No Define Tus Límites' ha sido adaptado al contexto de la crisis sanitaria por el COVID-19, por lo cual ha usado herramientas virtuales que permitan la interacción con el público objetivo. Asimismo, usamos plataformas de moda entre los estudiantes para aumentar su nivel de productividad y motivación. Es decir, se vale de herramientas tecnológicas que trabajan con una metodología lúdica e interactiva, a fin de acercar el proyecto a los adolescentes.

WhatsApp, Tik Tok, Zoom, Lengua, je adaptado.

Fuente: Elaboración propia

**¡ACTIVIDADES REALIZADAS**  
Les mostramos algunas actividades realizadas con los estudiantes de 5to año de secundaria, donde se utilizaron las herramientas virtuales de Zoom, WhatsApp y Tik Tok.

**PRESENTACIÓN**  
'2020 No Define Tus Límites' es un proyecto diseñado por un grupo de estudiantes de 18mo año de la Especialidad de Comunicación para el Desarrollo de la Pontificia Universidad Católica del Perú.  
Tienen un gran interés por trabajar con poblaciones vulnerables en este contexto de crisis sanitaria, bajo un enfoque multidisciplinario de comunicación y psicología, a través de estrategias y metodologías innovadoras.

**NUESTRO TRABAJO**  
Trabajamos con estudiantes de 5to año de secundaria de instituciones educativas públicas. Realizamos un proyecto piloto con el Sr. José Santos Quisano de Pueblo Libre y tenemos como meta trabajar con todos las instituciones de la URB. N°80 en Lima.  
¡ÚNETE A NUESTRO PROYECTO!  
2020nodedefinetuslimites@gmail.com

**2020 NO DEFINE TUS LÍMITES**  
FORTALECIENDO VÍNCULOS COMUNICATIVOS PARA LOS ESTUDIANTES

ANUARIO ESCOLAR 2020, FIESTA DE PROM. VIRTUAL, REFLEXIONEMOS!, DINÁMICAS DE REFLEXIÓN.

UN PROYECTO DE COMUNICACIÓN PARA EL DESARROLLO

Fuente: Elaboración propia

### 15.8. Video institucional del proyecto

Para acceder al video completo, ingresar al siguiente enlace: <https://bit.ly/39rPz1x>



Fuente: Elaboración propia

