

Instrumentos para medición de condiciones socioemocionales

Autores:

Consuelo Aldunate, Psiquiatra infantil y de la adolescencia, Profesora Asistente de la Facultad de Medicina, Universidad de Chile. (consueloaldunate@uchile.cl)

Aldo Montenegro, Magíster en Currículum y Evaluación, Docente de pregrado y postgrado y Secretario Académico de Postgrados, Facultad de Educación, Psicología y Familia, Universidad Finis Terrae. (amontenegro@uft.cl)

María Elena Montt, Psicóloga, Profesora Asociada a la Facultad de Medicina, Universidad de Chile. (mmontt@uchile.cl)

Katherine Strasser, Psicóloga, Profesora Titular de la Escuela de Psicología, Universidad Católica (Kstrasse@uc.cl)

Pía Turner, Magíster en Educación y Economía, Investigadora Senior, Acción Educar. (pturner@accioneducar.cl)

Contraparte desde la Dirección de Educación Pública: Rodrigo Inostroza, Asesor de Gabinete. Magíster en Educación (rodrigo.inostroza@educacionpublica.cl).

Los autores agradecen la participación y aportes de Jorge Gaete y Juan Carlos Navarrete en la discusión inicial del trabajo a realizar, y la colaboración de Cielo Alarcón, Daniela Cabellos, Paola Lemus, Camilo Morales, Susan Seco, Carolina Soto y Paulina Villela, quienes se dieron el tiempo de leer los cuestionarios y aportar con sus comentarios y sugerencias sobre ellos. Además, los autores agradecen también a los 9 estudiantes y apoderados que colaboraron completando los cuestionarios e informando sobre su experiencia con ellos.

Introducción

Ante la crisis en el sistema escolar generada por las medidas de contención del Covid-19, el equipo de Acción Educar convocó a una mesa de trabajo, integrada por los autores de este documento, para apoyar a la Dirección de Educación Pública (DEP) en el ámbito de la prevención y apoyo en los problemas socioemocionales de los estudiantes a su cargo.

Se determinó que, de entre todos los aspectos educacionales que requerirían de un esfuerzo adicional, el aportar al bienestar socioemocional en los estudiantes debía de ser una de las prioridades. Esto porque las proyecciones respecto a la magnitud de la crisis sanitaria, económica y social que traería la pandemia permitía prever qué variables relacionadas con el bienestar socioemocional e integral de los estudiantes chilenos se podrían ver fuertemente afectadas, en especial entre los de menores edades. A modo de ejemplo, los niveles tóxicos de estrés que producen ciertas experiencias en la infancia temprana y que son consideradas como adversas, como el sufrir de violencia intrafamiliar o la depresión materna, estarían relacionadas con dificultades que afectan a los procesos de aprendizaje, como la memoria, el desarrollo del lenguaje y de habilidades socioemocionales y cognitivas. A su vez, este tipo de experiencias, que es de esperar que se agraven en el contexto de la pandemia, también estarían asociadas a una mayor probabilidad de sufrir en la adultez de enfermedades crónicas, trastornos de salud mental, estilos de vidas poco saludables y más riesgosos, entre otros.¹

En la primera reunión de la mesa realizada el 6 de Abril, se definió como objetivo de trabajo el desarrollo de un instrumento para testear el estado socioemocional de los estudiantes mientras los establecimientos permanecieran cerrados. Éste debía permitir a los docentes conocer el estado socioemocional de sus estudiantes, sus percepciones sobre la educación a distancia e identificar aquellos que presentarían mayores riesgos en cuanto a su bienestar durante la pandemia. De esta manera, se podría levantar información para la toma de decisiones tanto respecto del trabajo realizado desde las escuelas, como también para preparar el retorno presencial a los colegios.

El objetivo se concretó a través del diseño de cinco cuestionarios divididos por rangos etarios de la educación parvularia y escolar, junto a las orientaciones y el material para ser implementados por los docentes de la educación pública. Éstos no sólo permitirían recolectar información útil para los docentes y colegios, sino que además servirían para apoyar el fortalecimiento de los vínculos entre los alumnos y entre profesores y alumnos, que suelen darse en el contexto de la educación presencial, y que son muy necesarios para el desarrollo de habilidades socioemocionales de los estudiantes y para lograr una retroalimentación fluida sobre el proceso de aprendizaje.

¹ Shonkoff J.P., Garner AS; Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health; Committee on Early Childhood, Adoption, and Dependent Care; Section on Developmental and Behavioral Pediatrics. (2012) The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*. 2012;129(1):e232-e246. doi:10.1542/peds.2011-2663

El propósito de este documento es dar a conocer el trabajo realizado y poner el material a disposición de todos los establecimientos de educación parvularia y escolar que quieran implementarlo.

A continuación, el documento se desarrolla a través de las siguientes secciones: i) una descripción del método de trabajo utilizado para desarrollar los cuestionarios para los alumnos, ii) una serie de recomendaciones para los establecimientos que quieran implementar los cuestionarios en su comunidad, iii) cartas explicativas y de consentimiento para alumnos, apoderados y docentes y iv) los cuestionarios para cada rango etario con las respectivas orientaciones para los docentes que los reciban completos.

Método de Trabajo

Las reuniones entre los integrantes de la mesa se enfocaron en desarrollar el objetivo propuesto, aprovechando la experiencia y perspectiva de cada uno. El trabajo realizado podría organizarse de acuerdo a las siguientes etapas:

- 1. *Discusión y definición de las características del instrumento a desarrollar:*** en esta fase se determinó la mejor manera de desarrollar el instrumento, lo que generó la disyuntiva sobre la idoneidad de usar instrumentos de evaluación psicopatológica, ya validados por la comunidad científica. No obstante, debido a que el fin era proveer de información útil a cada profesor y que le permitiera tomar acciones concretas con respecto a la situación de sus alumnos, se concluyó que lo más adecuado era el diseño de cuestionarios que evaluaran el impacto de la pandemia en los alumnos y sus familias, que abarcaran los factores protectores y de riesgo, e indicadores de salud mental. Éstos debían cumplir con ser de fácil aplicación (sencillos de comprender y rápidos de completar para los estudiantes y apoderados); a la vez de permitir que los docentes pudiesen agregar los resultados para lograr tanto un diagnóstico general del curso en algunos aspectos, como una descripción más detallada de cada alumno.
- 2. *Distinción de los rangos etarios:*** se decidió dividir los cuestionarios por grupos etarios ajustados a las características del desarrollo y de la capacidad para comprender y responder las preguntas en los niños, niñas y adolescentes. Los alumnos en etapa pre-escolar no se incluyeron para responder los cuestionarios, ya que requieren apoyo directo, individual y especializado para ser entrevistados, por lo que la información se obtendría desde sus apoderados. A partir de primero a cuarto básico, los estudiantes completarán un breve cuestionario en base a dibujos, con ayuda de sus cuidadores, ya que aún no tienen la suficiente madurez para responder en forma autónoma. Desde 5° básico en adelante los alumnos tienen las competencias y habilidades necesarias para responder cuestionarios en relación a las diferentes áreas de funcionamiento, socio-emocional, familiar y académico. Sin embargo, en el caso que el alumno presente una discapacidad física o mental que le impida responder a los cuestionarios, se propone solicitarlo sólo a sus apoderados.

El que los cuestionarios fueran contestados por apoderados y alumnos permitiría tener

diferentes informantes, facilitando una visión más integral y global de la situación de cada alumno.

3. **Definición de las secciones en cada cuestionario:** se procedió a discutir lo que se preguntaría en cada cuestionario, a la luz del objetivo de que debía ser útil para los docentes que lo recibieran. En esta discusión fue muy importante la perspectiva de los integrantes de la mesa que tenían experiencia como profesores y directores de establecimientos educacionales, cuyas opiniones fueron la base de cada sección que se propuso. A su vez, la discusión fue apoyada por la iniciativa de uno de los integrantes de la mesa, que encuestó a 120 docentes sobre la información que les sería útil conocer respecto a la vida de sus alumnos durante la cuarentena.
4. **Diseño de las secciones en cada cuestionario:** una vez determinadas las secciones, se repartieron entre los distintos integrantes para su desarrollo. Luego, se hizo una unificación de los trabajos, revisión y se agregaron las orientaciones que se le darían a los docentes para que pudieran interpretar los resultados. Además, un integrante de la mesa se hizo cargo de revisar y adaptar las cartas que se enviarían a los docentes, apoderados y alumnos explicándoles los objetivos de los cuestionarios.
5. **Revisión final, testeo y comentarios de especialistas externos a la mesa:** los integrantes de la mesa dieron sus comentarios finales con respecto a cada cuestionario. Cuando éstos fueron incorporados, se socializaron los cuestionarios con estudiantes y apoderados de cada rango etario, además con expertos externos a la mesa. Los comentarios recibidos también fueron incorporados y se le hizo entrega de los cuestionarios al equipo de comunicaciones de la DEP para que los revisaran y diseñaran el formato adecuado.

Orientaciones para aplicar los cuestionarios

En esta sección se proponen algunos aspectos relevantes para implementar los cuestionarios. Con respecto a cómo hacérselo llegar a las familias, se sugiere enviarlos de manera impresa, aprovechando la logística de la entrega de cajas de alimentación, o de manera virtual, generando un enlace a enviar por medios como correo electrónico, WhatsApp, etc. No obstante, dependerá de cada establecimiento el determinar la vía más eficaz para alcanzar al mayor número posible de estudiantes.

Además, se recomienda lo siguiente:

1. Si la iniciativa será propuesta desde la dirección del establecimiento, se deberá comenzar por tener una reunión virtual con todo el personal de la escuela, para discutir la estrategia de implementación. En ella, será importante establecer los casos en que, para proteger el bienestar del estudiante, los profesores deberán notificar los resultados del cuestionario a la dirección o al equipo psicosocial. A su vez, se podrán comentar los espacios para cambio o apoyo que los profesores pueden dar a sus alumnos y familias. De no ser posible tener esta reunión, se sugiere tener esta discusión con cada profesor jefe y comunicarle los lineamientos escogidos, junto con establecer la estrategia con los equipos psicosociales.

2. Cada docente deberá estudiar cuidadosamente el cuestionario antes de enviarlo, de manera que se puedan detectar las afirmaciones, situaciones o preguntas que no sean adecuadas a la realidad de las familias de los estudiantes. Por ejemplo, si el colegio no ha realizado reuniones virtuales con los apoderados, será necesario eliminar la afirmación que se refiere a ellas en los cuestionarios para apoderados. También, en el caso de establecimientos de educación parvularia, se deberán adaptar las afirmaciones sobre las acciones del niño o niña que podrían ser preocupantes y se deberán reemplazar las palabras que la dirección considere como más adecuadas de acuerdo a su proyecto educacional². En ese caso, se recomienda escribir a las direcciones de correos de los autores (en la primera página del documento) para solicitar la versión modificable de los cuestionarios.
3. Debido a que existe la posibilidad de que los profesores se encuentren con casos en los que los resultados de uno o más alumnos les causen preocupación, es necesario que el establecimiento defina un protocolo con los criterios para determinar cuáles alumnos necesitarán de más ayuda y un plan de acción necesario para esos casos. Las orientaciones para docentes que se entregan junto a cada cuestionario son una base para desarrollar ese protocolo.

Además, se deben recolectar los números de teléfono de las instituciones locales que podrían ser de ayuda para las familias, como los Centros de Salud Mental (COSAM), los Centros de Salud Familiar (CESFAM), y de organizaciones de la sociedad civil que también ofrecen apoyos, como la Fundación Para la Confianza. La lista con estos números deberá ser enviada a las familias en conjunto con los cuestionarios.

4. En la próxima sección se presentan las cartas a enviar a las familias junto a los cuestionarios. De ser posible, se recomienda personalizarlas, de manera que éstas se refieran a las condiciones del establecimiento en particular y no a una realidad genérica. Además, se deberá reforzar la idea de que responder al cuestionario es altamente recomendable, pero voluntario, y que las familias que no lo hagan no sufrirán de consecuencia alguna.
5. Para facilitar el análisis de los resultados y la evaluación de las estrategias desarrolladas a la luz de ellos, lo idóneo sería promover un trabajo colaborativo entre los profesores de cada establecimiento, el que puede ser organizado por ciclo o niveles, dependiendo de la cantidad de cursos. De esta forma, se puede comparar los resultados agregados que obtenga cada docente y trabajar en equipo para interpretarlos y deliberar cómo hacerse cargo de ellos a través de las interacciones que se realizan con los hogares. Es importante que se promueva una discusión abierta, en la que exista espacio para soluciones creativas.
6. Luego de que los docentes hayan analizado los resultados de los cuestionarios, se debe generar una instancia con los directivos o sostenedores en la que ellos puedan expresar las necesidades que tengan para poder apoyar de mejor manera a sus alumnos. Esto es relevante, ya que, existe

² Algunas de las personas que colaboraron revisando los cuestionarios, indicaron que palabras como “guatita” en vez de estómago les parecían menos adecuadas para el proceso formativo de los niños. Sin embargo, aunque los autores consideraron que era más importante comunicarse con las palabras que transversalmente son más comunes entre las familias chilenas, esto deberá de quedar a criterio de cada educador, docente o director.

la probabilidad de que muchos docentes sientan que no cuentan con las herramientas para diseñar las actividades de aprendizaje que más se ajusten con la realidad de sus alumnos (en términos de la motivación o eficacia de las clases a distancia, por ejemplo), o para apoyarlos a lidiar con temas como el duelo por la muerte de alguien cercano, o de las emociones negativas frecuentes, por citar otros ejemplos, y se deban organizar capacitaciones u otras instancias de apoyo.

7. En el caso de implementar estos cuestionarios a través de alguna plataforma virtual de encuestas, es muy importante verificar los filtros de seguridad de la misma plataforma, para que se proteja la confidencialidad de las respuestas de las familias.
8. Por último, la implementación de la encuesta será también una muy buena instancia para enviar a las familias otro tipo de materiales, distintos a los que fueron diseñados para apoyar algún contenido del currículo. Sería recomendable aprovechar de enviar instrucciones para juegos, cuentos y actividades que se puedan compartir en familia, que potencien otro tipo de habilidades y generen buenas experiencias. Por ejemplo, la psicóloga clínica infanto juvenil Catalina Sotomayor, puso a disposición de los establecimientos que los requieran cuentos para tratar emociones como la rabia y el miedo con los distintos integrantes de la familias (estos se pueden solicitar a los correos de los autores), y muchas organizaciones han publicado recursos para compartir en familia. Se recomienda recolectar el material que les parezca más adecuado para cada rango etario y enviarlo a las familias.

Sobre la recolección de los resultados

Los datos recolectados a través de estos cuestionarios podrían ser muy valiosos para estudios sobre los efectos de la pandemia en las familias chilenas o en el sistema educacional. En caso que se quisiera aportar con ellos a estudios de este tipo, en los que se cumplan con los estándares éticos correspondientes, se solicita que por favor se procure que los apoderados firmen la autorización presentada en la sección de cartas de este documento, y, a su vez, contactarse con alguno de los autores de los cuestionarios (los correos están bajo el nombre de cada uno) para asesorarse en la mejor manera de registrar y enviar los datos.

Cartas de consentimiento

A continuación se presentan borradores de las cartas que cada establecimiento que implemente las encuestas puede enviar a sus estudiantes, apoderados y docentes.

Carta y autorización de apoderados

Estimados Padres y Apoderados,

Reciban Uds. un afectuoso saludo de parte de toda la comunidad de nuestra escuela **COMPLETAR EL NOMBRE DE LA ESCUELA**. Sabemos que nos ha tocado vivir una situación inédita y dramática, en donde durante un período muy extenso no nos hemos podido encontrar físicamente y hemos tenido que desarrollar distintas estrategias para poder continuar con el apoyo a cada uno de nuestros estudiantes y familias.

Como comunidad nos es muy importante conocer la situación socioemocional en la que se encuentran nuestros estudiantes, desde los más pequeños hasta quienes están a punto de egresar. Por este motivo es que les invitamos contestar la siguiente consulta, la cual tiene como objetivo poder realizar las acciones necesarias para poder prestar el mejor apoyo a cada uno, y así preparar su regreso a la escuela de la manera más adecuada. A su vez, nos comprometemos a que la información recolectada será tratada con cuidado y confidencialidad.

Junto con completar el cuestionario, le pedimos que por favor complete la autorización en la página siguiente, en la consiente a que el profesor o profesora de su hijo o hija pueda usar sus respuestas al cuestionario para determinar las mejores formas de apoyarlo mientras estén cerrados los colegios, a la vez de que, en caso de que se realice algún estudio sobre los efectos de la pandemia en la educación, se puedan usar estos resultados de manera confidencial (sin identificar a quien respondió cada cuestionario).

Por último, es importante que sepan que tanto firmar la autorización como completar el cuestionario es voluntario, y que no habrán consecuencias para quienes decidan no hacerlo.

Afectuosamente.

COMPLETAR CON EL NOMBRE DEL DIRECTOR DE LA ESCUELA O PROFESOR QUE ENVÍA EL CUESTIONARIO

Autorización

Yo, _____ *(Nombres y apellidos)*

para estos efectos domiciliado(a) en _____ *(Calle y N°)*

_____ *(Ciudad)* _____ *(Región)* R.U.T. _____

en mi calidad de _____ *(progenitor, tutor, responsable legal, etc.)*

de _____ *(Nombre y apellidos del (de la) niño, niña o adolescente)*

R.U.T. _____ *(No obligatorio)*

Autorizo voluntariamente que mi pupilo sea consultado vía encuestas u otro medio escrito desde su establecimiento educacional donde se encuentra matriculado.

En razón de lo anterior accedo a que mi representado sea encuestado, comprometiéndome a que toda la información escrita o cualquier otro material que se obtenga de él, en el proceso de realización de encuestas y/o cuestionarios pueda ser utilizado en el desarrollo de estrategias por parte del establecimiento educacional donde se encuentra matriculado.

Asimismo, autorizo expresamente al establecimiento en donde mi pupilo se encuentra matriculado para hacer uso de la información recopilada en el proceso de creación y producción de material conducente al apoyo de su desarrollo socioemocional, y para ser usado en investigaciones o estudios en los que se cumplan con los estándares éticos correspondientes.

Entiendo que los usos que se hagan de la información de mi representado, en ningún caso significarán uso indebido de la misma ni invasión de su intimidad, toda vez que, accedo voluntariamente a otorgar las autorizaciones que constan en este instrumento.

Declaro, reconozco y acepto que el establecimiento educacional que aplica los instrumentos mencionados en el presente documento tendrá derecho a utilizar dicho material, total o parcialmente en medios asociados a educación.

Firmo en señal de consentimiento y conformidad,

(Firma)

_____, _____ de _____ 2019

Datos de Contacto

Teléfono: _____

Correo electrónico: _____

Institución/Establecimiento: _____

Campaña _____

Carta a estudiantes

Estimado Estudiante **(DE SER POSIBLE, PERSONALIZAR CON EL NOMBRE)**

Para nosotros como escuela y para quienes tenemos la suerte de ser tus profesores, es muy importante saber cómo has vivido este tiempo sin poder vernos, y nos interesa mucho saber cómo estás ahora, cómo podemos acompañarte en este proceso de educación a distancia y cómo te gustaría que fuera tu regreso a la escuela.

A continuación, encontrarás algunas preguntas que te invitamos a contestar. Tus respuestas nos ayudarán a saber cómo te encuentras y cómo ha sido este período de pandemia.

Además, te pedimos que por favor leas atentamente y completes el siguiente “Asentimiento Informado”.

Afectuosamente,

COMPLETAR NOMBRE DEL PROFESOR JEFE

Asentimiento

He sido invitado a completar un cuestionario enviado a mi hogar por el colegio, en el que se me pregunta sobre cómo he vivido estos meses en el que no he podido ver a mis profesores y compañeros por la pandemia del covid-19.

El objetivo de este cuestionario es que mi profesor pueda entender mejor cuál ha sido mi experiencia mientras hemos tenido educación a distancia, y que pueda usar esa información para apoyarme mejor en este proceso. Además, podría ser que se usen mis respuestas (sin mi nombre) para algún estudio sobre educación.

Si no respondo al cuestionario, no habrá consecuencias para mí.

Yo _____ *(NOMBRE ALUMNO)* acepto voluntariamente completar el cuestionario y enviarlo a mi profesor/a.

Carta a los profesores

Estimados profesores:

Reciban Uds. un cordial saludo y un gran reconocimiento por los esfuerzos que han realizado a la fecha con el objeto de dar continuidad a los procesos de implementación curricular, considerando los desafíos que estos tiempos nos han impuesto tanto en lo personal como en lo profesional. Sabemos que no ha sido un período fácil.

Junto con reiterarles nuestros saludos queremos compartir con Uds. los siguientes cuestionarios, a enviar a sus alumnos con el objetivo de que puedan recolectar información valiosa sobre cómo ellos han vivido el periodo de confinamiento por COVID 19. Los cuestionarios fueron diseñados cuidadosamente, de manera en que aportaran con información útil para que ustedes puedan evaluar y ajustar sus estrategias a la realidad que han vivido sus estudiantes. Acompañando a cada cuestionario, encontrarán algunas orientaciones que les facilitarán interpretarlos. Sin embargo, los invitamos a basarse en su propia experiencia para determinar las acciones más adecuadas.

Como se trata de información muy sensible vinculada a las vivencias de sus estudiantes y de sus familias, les solicitamos su manejo en un contexto de alta confidencialidad y les invitamos a firmar al final de esta carta para asumir el compromiso de no referirse a la información en cada cuestionario a menos de que sea necesario para preservar el bienestar del alumno y de su familia.

Desde ya, muy agradecidos de vuestra colaboración.

Atte.

COMPLETAR QUIEN ENVÍA (DIRECTOR, SERVICIO LOCAL, EQUIPO PSICOSOCIAL, ETC).

Por favor firme en la siguiente línea: _____

Cuestionarios



CUESTIONARIO PARA EL ALUMNO

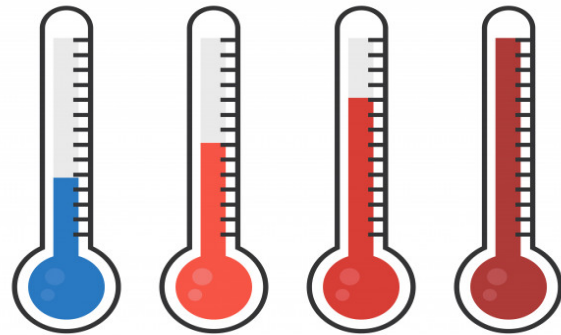
de 1ro y 2do básico

Nombre: _____
Curso: _____

A continuación te presentamos diferentes caras con emociones, junto con un termómetro.

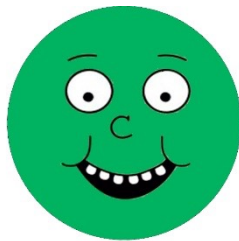
Por favor **marca en los termómetros la intensidad de tus emociones** durante la cuarentena.

Por Ejemplo: si tu emoción es pequeña marcas en la parte inferior del termómetro, si es muy intensa marcas en la parte superior del termómetro.

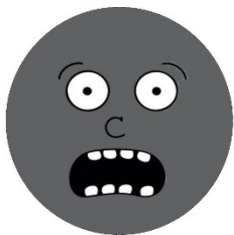


También con la ayuda de un adulto puedes contarnos las situaciones en que te sucedieron esas emociones.

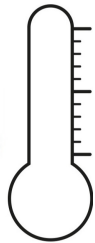
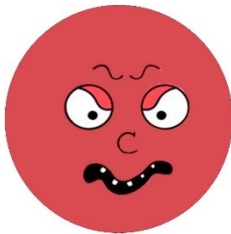
Alegría



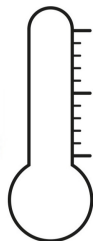
Miedo



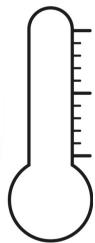
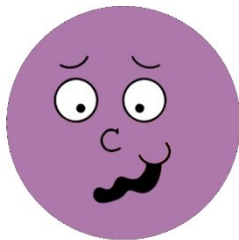
Rabia



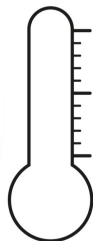
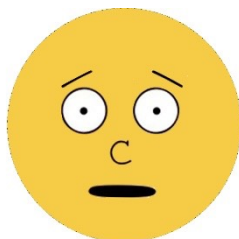
Tristeza



Aburrimiento



Preocupación



800 200 818 Fono infancia	Servicio gratuito, confidencial y de cobertura nacional, atendido por especialistas en temas de infancia y familia. Busca dar apoyo en temas de crianza a las familias. Funciona de lunes a viernes entre 8:30 y 21:00.
1515 Línea Libre Fundación para la Confianza	Teléfono gratuito al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar de lunes a sábado entre las 10 y 22 horas, y ser atendidos por un psicólogo o psicóloga que les dará orientación sobre sus preocupaciones.
147 Fono Niño de Carabineros	Teléfono gratuito y confidencial al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar a cualquier hora del día o de la noche para hacer preguntas, denunciar abusos y pedir apoyo o auxilio.
149 Fono Familia de Carabineros	Teléfono gratuito y confidencial al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche para pedir orientación, ayuda o denunciar.
134 Policía de Investigaciones (PDI)	Teléfono al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche.
600 400 0101 Denuncia seguro	Teléfono gratuito al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche y en el que no se solicitan los datos de la persona que llama ni se graban las conversaciones, por lo que es 100% anónimo, y se pueden denunciar cualquier tipo de delitos.
+56224979600 Defensoría de la niñez	Teléfono gratuito al que se puede llamar de lunes a jueves entre las 9 y 17 horas, y los viernes entre las 9 y 16 horas para recibir orientaciones sobre cómo realizar denuncias.
En casa, ¿qué pasa?	https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/ Sitio web que entrega herramientas de salud mental, autocuidado y toma de decisiones responsables en períodos de cuarentena. Tiene contenido para niñas, niños y adolescentes, adultos y personas mayores.

CUESTIONARIO PARA APODERADOS

de Educación Parvularia a 2do básico

I. IDENTIFICACIÓN

Nombre del Niño/a: _____

Nombre del Apoderado: _____

Fecha de nacimiento del apoderado: _____

Sexo del apoderado: _____

Marque con una cruz en la opción que corresponda a su relación con el alumno:

Padre o Madre

Abuelo o Abuela

Tío o Tía

Hermano o Hermana

Otro (Por favor especifique): _____

II. CAMBIOS CONDUCTUALES DEL NIÑO O NIÑA

Pensando en su hijo o hija que está en Educación Parvularia, Pre-Kinder, Kinder, Primero o Segundo Básico, por favor marque para cada situación con qué frecuencia ésta ocurría **ANTES** de la pandemia y con qué frecuencia está ocurriendo **DURANTE** la pandemia.

Por ejemplo, en la frase que dice: “Se queja de dolor de cabeza o de guatita”, si su hijo o hija nunca se quejaba ANTES de la pandemia, marque “**Nunca**” en la sección “**Antes de la Pandemia**”. Y, si durante la pandemia su hijo o hija se ha quejado algunos días de dolor de cabeza, marque “**Algunas veces**” en la sección “**Durante la Pandemia**”.

Situaciones:	Antes de la Pandemia			Durante la Pandemia		
	No pasaba	Algunas veces	Muchas veces	No ha pasado	Algunas veces	Muchas veces
1 Quejarse de dolor de cabeza o de guatita.						
2 Hacer cosas que había dejado de hacer (Por ejemplo: hacerse pipí, pasarse a la cama de los papás en la noche, chuparse el dedo...).						
3 Cambios en el apetito (comer más o tener menos hambre).						
4 Preocuparse mucho cuando tiene que dormir solo/a.						
5 Problemas para dormir (no quiere acostarse, le cuesta dormirse, despierta en la noche...), o mucho sueño durante el día.						
6 Pesadillas.						
7 Falta de gana, incluso para hacer actividades que le gustan.						
8 Estar triste.						
9 Pataletas.						
10 Irritabilidad, mal genio.						
11 No obedecer.						
12 Se preocupa por todo o por cosas que antes no le importaban.						
13 Miedo a estar solo/a.						
14 Preocupación por las tareas escolares.						
15 Problemas para concentrarse, recordar cosas o aprender.						

III. ACCIONES PARA TRATAR LA CONTINGENCIA CON SU HIJO O HIJA

Pensando en su hijo o hija que está en Educación Parvularia, Pre-kinder, Kinder, Primero o Segundo básico ¿con qué frecuencia ha podido realizar con él o ella las siguientes actividades durante este tiempo sin asistir a la escuela?

Situaciones:	No ha pasado	Algunas veces	Muchas veces
1 Conversar sobre la importancia del lavado de manos y uso de mascarillas.			
2 Diseñar una rutina semanal, con horarios para tareas, juegos y tiempo familiar.			
3 Conversar sobre las metas que su hijo o hija podría lograr cada semana.			
4 Determinar un lugar de estudio en la casa.			
5 Realizar actividad física, como bailar o realizar ejercicios en el hogar.			
6 Llamar a amigos y a familiares para compartir con ellos a la distancia.			
7 Controlar la información sobre la pandemia que su hijo o hija ve en televisión o redes.			
8 Establecer turnos con otros adultos del hogar para cuidar de los niños y niñas.			
9 Leer juntos un cuento.			
10 Conversar sobre las dudas, inquietudes y miedos relacionados con la pandemia, y sobre como ésta podría afectar a la familia.			
11 Dedicar un tiempo a jugar juntos.			
12 Conversar sobre cómo se ha sentido su hijo o hija en la pandemia.			
13 Regular el uso de pantallas (celular, Tablet o computador) para actividades no escolares.			

IV. PREGUNTAS ABIERTAS

1 Pensando en su hijo o hija que está en Educación Parvularia, Pre-kinder, Kinder, Primero o Segundo Básico ¿cuáles de estos aspectos de su vida cree usted que han sido más afectados por el período sin clases presenciales?

MARQUE LOS 3 (TRES) ASPECTOS de la vida de su hijo o hija que se han visto más afectados por el período sin clases presenciales.

_____ Su comportamiento

_____ Sus estudios

_____ Su alimentación

_____ Sus hábitos

_____ Su salud física

_____ Su bienestar emocional o salud mental

_____ Su relación conmigo o con otros miembros de su familia

_____ Su relación con sus amigos

_____ Creo que el encierro no ha tenido efectos negativos en mi hijo/hija

_____ He perdido el control con mi hijo, he explotado de mala manera (Gritos, golpes, mucho castigo)

Por favor explíquenos sus preocupaciones:

- 2** Pensando en su hijo o hija que está en Educación Parvularia, Pre-Kinder Kinder, Primero o Segundo Básico ¿Cuáles de estos problemas cree usted que él o ella podría tener al volver a la escuela?

MARQUE 2 (DOS) PROBLEMAS QUE USTED CREE QUE SU HIJO O HIJA PODRÍA TENER AL VOLVER A LA ESCUELA.

- Creo que se retrasó en sus aprendizajes
- Creo que perdió contacto con sus amigos y va a estar solo(a) en la escuela
- Creo que está muy ansioso/a y no va a querer ir a la escuela
- Creo que va a tener dificultades para volver adaptarse a la rutina de la escuela
- Creo que está muy nervioso/a y le va a costar estudiar
- Creo que lo pasó mal en el encierro y le va a costar superarlo
- No tengo preocupaciones sobre el retorno a la escuela
- Que está de duelo por la pérdida de un familiar

Por favor explíquenos sus preocupaciones:

- 3** ¿Cuáles son las mayores dificultades a las que se han enfrentado como familia desde que cerraron los colegios? ¿Cómo cree usted que el colegio podría apoyarlos para enfrentar estas dificultades?

(CADA ESTABLECIMIENTO DEBE COMPLETAR CON LOS TELÉFONOS RELEVANTES PARA EL APOYO LOCAL A LAS FAMILIAS)

800 200 818 Fono infancia	Servicio gratuito, confidencial y de cobertura nacional, atendido por especialistas en temas de infancia y familia. Busca dar apoyo en temas de crianza a las familias. Funciona de lunes a viernes entre 8:30 y 21:00.
1515 Línea Libre Fundación para la Confianza	Teléfono gratuito al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar de lunes a sábado entre las 10 y 22 horas, y ser atendidos por un psicólogo o psicóloga que les dará orientación sobre sus preocupaciones.
147 Fono Niño de Carabineros	Teléfono gratuito y confidencial al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar a cualquier hora del día o de la noche para hacer preguntas, denunciar abusos y pedir apoyo o auxilio.
149 Fono Familia de Carabineros	Teléfono gratuito y confidencial al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche para pedir orientación, ayuda o denunciar.
134 Policía de Investigaciones (PDI)	Teléfono al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche.
600 400 0101 Denuncia seguro	Teléfono gratuito al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche y en el que no se solicitan los datos de la persona que llama ni se graban las conversaciones, por lo que es 100% anónimo, y se pueden denunciar cualquier tipo de delitos.
+56224979600 Defensoría de la niñez	Teléfono gratuito al que se puede llamar de lunes a jueves entre las 9 y 17 horas, y los viernes entre las 9 y 16 horas para recibir orientaciones sobre cómo realizar denuncias.
En casa, ¿qué pasa?	https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/ Sitio web que entrega herramientas de salud mental, autocuidado y toma de decisiones responsables en períodos de cuarentena. Tiene contenido para niñas, niños y adolescentes, adultos y personas mayores.



ORIENTACIONES PARA EL DOCENTE

de Educación Parvularia a 2do básico

El objetivo de este cuestionario es entregarle información útil sobre cómo están viviendo sus alumnos el período de cuarentena por el coronavirus, de manera tal que Usted pueda hacer uso de dicha información en la planificación de las actividades escolares que envía al hogar, como también para una posterior planificación del retorno a los establecimientos educacionales, y también en el caso de una eventual nueva suspensión de clases presenciales.

Proponemos dos formas para el uso de la información obtenida mediante el cuestionario:

1. La primera es realizar una interpretación de la información de manera tal que le permita formarse una idea general de las experiencias, recursos personales y estados de ánimo del grupo de alumnos de su curso. Esto lo puede lograr agrupando los resultados de sus alumnos para cada sección del cuestionario.
2. La segunda forma de usar la información de este cuestionario es para obtener una idea precisa de la experiencia que pueda estar viviendo algún estudiante en particular, para lo que le recomendamos leer sus respuestas al cuestionario completo, de manera en que pueda armarse una idea más integral de lo que pueda estar ocurriendo con su alumno. En este contexto, si no dispone de mucho tiempo, le recomendamos priorizar la lectura de aquellos cuestionarios respondidos por alumnos cuyo historial y escenario de potenciales dificultades es conocido por Ud. Agregue a esta segunda orientación la lectura de aquellos cuestionarios respondidos por aquellos alumnos que han bajado su rendimiento a partir del cierre de los establecimientos educacionales.

Recomendaciones específicas

A continuación se presentan algunas recomendaciones más específicas a cada sección del cuestionario. Es importante que al momento de considerar estas recomendaciones realice un proceso de adaptación a su propia realidad, a la de sus alumnos y a los recursos disponibles. Por ejemplo, cuando se sugiere implementar actividades grupales con sus alumnos, considere los que no tienen conexión a internet. Como adaptación, podría diseñar e implementar una encuesta específica a ese tema y enviarla con las guías impresas, o cualquier otro método que a Usted le parezca viable. Por último, si no le es posible implementar las recomendaciones de forma alguna mientras estén cerrados los establecimientos, puede implementarlas cuando se retorne a las clases presenciales.

Sección I: Emociones (para alumnos de 1ro y 2do básico):

Es respondida por los niños y niñas, con apoyo de sus padres, que tienen que marcar la intensidad con las que han experimentado las emociones estas últimas semanas. Esta pregunta entrega información sobre el estado de ánimo general de los estudiantes. Identifique las emociones NEGATIVAS que fueron marcadas en el tercio superior de los termómetros por más de la mitad del curso. Si predominaron las emociones negativas, el curso requerirá que se invierta tiempo en actividades para reparar estas experiencias, compartiendo buenos momentos entre los pares y el

grupo curso, de ser posible. Normalizar que muchos pueden haber experimentado emociones negativas durante este período de tiempo, apenas retornen a las clases.

Si pocos niños marcaron alto en el termómetro de las emociones negativas, se sugiere que los individualice, observe por dos semanas y si estas persisten, derívelo a un centro para recibir atención psicológica.

Sección II: Cambios conductuales

Esta parte busca entregar información sobre conductas o estados emocionales problemáticos que puedan haber aparecido o que se pueden haber intensificado durante este período, y le será útil para detectar niños o niñas que podrían estar en riesgo de sufrir algún problema de ansiedad o de ánimo que les impida una buena readaptación a la escuela. Le recomendamos que identifique a aquellos niños o niñas que presenten muchos sentimientos o conductas que antes no exhibían, y también a aquellos que marquen 10 preocupaciones o más. En este último caso, informe a la dirección del colegio y al equipo psicosocial del colegio, además de citar a los padres para buscar soluciones. Si estos problemas se mantienen se debe derivar a un especialista.

Los resultados de esta sección también le servirán para diseñar actividades con su curso sobre situaciones que los padres marcaron con gran frecuencia, por ejemplo, si muchos de los padres de su curso marcaron “Le preocupa contagiarse de coronavirus”, le recomendamos enviar a los hogares una actividad o cuento para tratar ese tema.

Sección III: Acciones para tratar la contingencia con su hijo o hija

En esta sección se evalúan los recursos de la familia para manejar la cuarentena. Si los padres reportan pocos recursos, le recomendamos que les sugiera que vean capsulas de “En casa qué pasa” (<https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/home>), que ayudan a los padres para enfrentar de buenas maneras los desafíos de la crianza durante el confinamiento. También le recomendamos que le sugiera a los padres fortalecer las acciones en las que respondieron “nunca”.

Además, las respuestas a esta sección presentan una buena oportunidad para enviar al hogar recursos distintos a los que fueron diseñados para el proceso de aprendizaje, pero que también son muy importantes, como cuentos, juegos y actividades para disfrutar en familia.

Sección IV: Preguntas abiertas

Determine los problemas más frecuentes que podrían tener sus alumnos para el retorno a los establecimientos y los que sean más relevantes. Sobre ellos, le recomendamos evaluar cómo se pueden tratar en la distancia con sus alumnos y ver formas en que los pueda tranquilizar. Esto es

muy importante para que puedan estar en condiciones de hacer trabajos de índole cognitiva cuando reabra el colegio.

Además, según las posibilidades suyas y de los hogares de sus alumnos, le sugerimos realizar actividades lúdicas grupales, activando la capacidad de disfrute compartido. Prefiera actividades motoras y luego juegos más tranquilos, pendulando entre la activación y relajación. Esto es un gran estímulo y facilitador de la regulación de las emociones.

Ya de regreso en los colegios, pueden realizar dibujos acerca de la pandemia, compartir en grupos pequeños, y luego con el curso. Hacer exposición de todo el nivel, pegando dibujos en las paredes del establecimiento, y buscar una forma, adecuada según las condiciones sanitarias, de invitar a los padres a que puedan verlos y conversarlos con los niños/as y con otros apoderados. Esto facilita elaborar sobre posibles traumas.

Además, en las mañanas, a primera hora, le recomendamos tener una conversación respecto a como van superando sus estudiantes las dificultades de la pandemia, y si necesitan ayuda en alguna cosa. Esta conversación podría concluir con una pequeña relajación o mindfulness.

Por último, es importante que el manejo de las respuestas a esta sección le permita a las familias sentir que se busca comprender su situación y apoyarlas de la mejor manera, ya que algunas podrían malentender que el objetivo es de fiscalización o enjuiciamiento.



CUESTIONARIO PARA EL ALUMNO

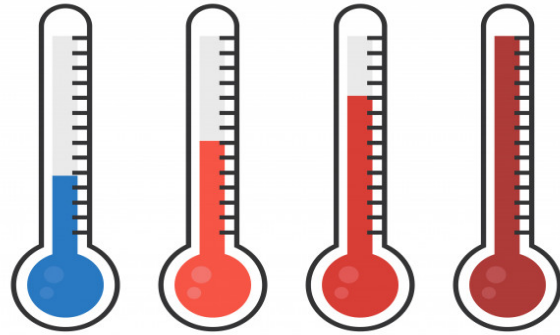
de 3º y 4º Básicos

Nombre: _____
Curso: _____

A continuación te presentamos diferentes caras con emociones, junto con un termómetro.

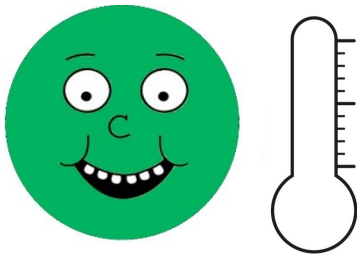
Por favor **marca en los termómetros la intensidad de tus emociones** durante la cuarentena.

Por Ejemplo: si tu emoción es pequeña marcas en la parte inferior del termómetro, si es muy intensa marcas en la parte superior del termómetro.

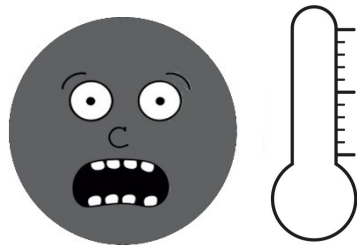


También con la ayuda de un adulto puedes contarnos las situaciones en que te sucedieron esas emociones.

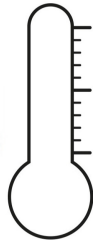
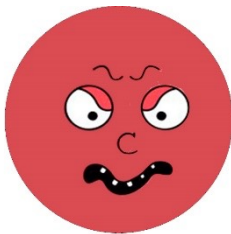
Alegría



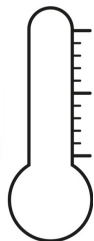
Miedo



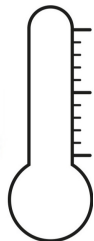
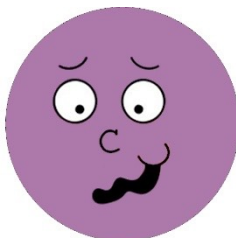
Rabia



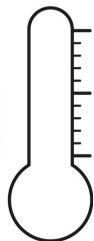
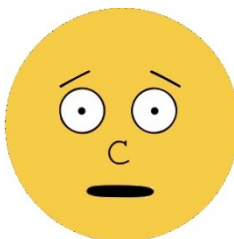
Tristeza



Aburrimiento



Preocupación



800 200 818

Fono infancia

Servicio gratuito, confidencial y de cobertura nacional, atendido por especialistas en temas de infancia y familia. Busca dar apoyo en temas de crianza a las familias. Funciona de lunes a viernes entre 8:30 y 21:00.

1515

**Línea Libre
Fundación para la
Confianza**

Teléfono gratuito al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar de lunes a sábado entre las 10 y 22 horas, y ser atendidos por un psicólogo o psicóloga que les dará orientación sobre sus preocupaciones.

147

**Fono Niño
de Carabineros**

Teléfono gratuito y confidencial al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar a cualquier hora del día o de la noche para hacer preguntas, denunciar abusos y pedir apoyo o auxilio.

149

**Fono Familia
de Carabineros**

Teléfono gratuito y confidencial al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche para pedir orientación, ayuda o denunciar.

134

**Policía de
Investigaciones
(PDI)**

Teléfono al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche.

600 400 0101

Denuncia seguro

Teléfono gratuito al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche y en el que no se solicitan los datos de la persona que llama ni se graban las conversaciones, por lo que es 100% anónimo, y se pueden denunciar cualquier tipo de delitos.

+56224979600

**Defensoría
de la niñez**

Teléfono gratuito al que se puede llamar de lunes a jueves entre las 9 y 17 horas, y los viernes entre las 9 y 16 horas para recibir orientaciones sobre cómo realizar denuncias.

**En casa,
¿qué pasa?**

<https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/>

Sitio web que entrega herramientas de salud mental, autocuidado y toma de decisiones responsables en períodos de cuarentena. Tiene contenido para niñas, niños y adolescentes, adultos y personas mayores.

CUESTIONARIO PARA APODERADOS

de 3ro y 4to básico

I. IDENTIFICACIÓN

Nombre de apoderado: _____

Nombre del alumno: _____

Fecha de nacimiento del apoderado: _____

Sexo del apoderado: _____

Marque con una cruz en la opción que corresponda a su relación con el alumno:

Padre o Madre

Abuelo o Abuela

Tío o Tía

Hermano o Hermana

Otro (Por favor especifique): _____

II. LA PANDEMIA EN LA FAMILIA Y EL TRABAJO ESCOLAR

A todas las personas la pandemia les afecta de diferentes maneras y con distintas intensidades, por eso a continuación, le haremos varias preguntas para conocer la situación de su hijo/a durante la pandemia, sus preocupaciones y apoyos que han tenido.

Por favor para cada afirmación marque con una cruz si ésta ha ocurrido “Muchas Veces”, “Algunas Veces” o “No ha pasado”.

Por ejemplo, en la frase dice “En mi familia todos cooperamos con los quehaceres domésticos”, si casi todos los días ocurre, marca “**Muchas Veces**”. Si sólo unas pocas veces ha ocurrido, marca “**Algunas Veces**”. Si nunca ocurre, marca “**No ha pasado**”.

Descriptor:	No ha pasado	Algunas veces	Muchas veces
1 Ayudo a mis hijos a organizar y seguir una rutina diaria.			
2 Mis hijos tienen una hora definida para levantarse y para acostarse.			
3 En mi familia todos cooperamos con los quehaceres domésticos.			
4 Hemos organizado nuestras actividades para compartir al menos los tiempos de comidas (almuerzo, onces/cena)			
5 Mi familia ha experimentado importantes cambios con la pandemia de COVID19. (Por ejemplo, hemos perdido a un familiar o hemos sufrido de una baja importante en nuestros ingresos)			
6 Tengo suficiente apoyo para sacar adelante a mi familia durante esta pandemia.			
7 Tengo miedo a perder mi trabajo producto de la pandemia.			
8 Estoy sobrepasado/a intentando balancear el trabajo con las labores del hogar.			
9 En situaciones conflictivas siento que no puedo controlarme y tengo el impulso de agredir a mis hijos (física o psicológicamente).			
10 He agredido (física o psicológicamente) a mis hijos.			
11 Dedico un tiempo a diario para relajarme y descansar de mis deberes.			
12 Dedico un espacio del día para hablar con mis hijos.			
13 Tengo tiempo suficiente para compartir con mis hijos.			
14 Fomento la expresión de emociones y opiniones en mi familia.			
15 Felicito a mis hijos cada vez que hacen algo bien.			

Descriptor:	No ha pasado	Algunas veces	Muchas veces
16 Mantengo contacto frecuente con el colegio para informarme de recursos para las familias durante este periodo de aislamiento social (entrega de guías, reparto de alimentación, plataformas digitales de aprendizaje...)			
17 Conozco los contenidos de aprendizaje y las tareas escolares de mis hijos.			
18 Establezco en conjunto con el profesor lo que tienen que aprender mi hijos durante este tiempo de educación a distancia.			
19 Le pregunto al profesor por la evolución de mis hijos en este periodo de aislamiento.			
20 Siento que puedo plantear mis inquietudes y dificultades al personal de la escuela (profesores, equipo directivo...)			
21 Participo regularmente de reuniones virtuales y otras instancias propuestas por la comunidad escolar.			
22 Ayudo a mis hijos a construir una rutina de estudio.			
23 Mis hijos tienen un espacio tranquilo para hacer sus tareas escolares.			
24 Cuento con los materiales (computador, internet, artículos de oficina...) necesarios para que mis hijos hagan sus tareas escolares.			
25 Me siento capaz de apoyar a mis hijos en sus tareas escolares.			
26 Me hago un tiempo para ayudar a mis hijos a hacer sus tareas escolares.			
27 En mi hogar hay otras personas que puedan ayudar a mis hijos a hacer sus tareas escolares.			
28 La cantidad de tareas escolares que reciben mis hijos a diario me parece adecuada.			
29 Ayudo a mis hijos a organizar sus actividades escolares cuando ellos lo requieren.			
30 Pese a la cuarentena he intentado que mis hijos mantengan sus vínculos más cercanos (mediante redes sociales, llamados telefónicos, videollamadas, etc.)			
31 Refuerzo en mi familia las reglas, normas y expectativas de conducta para fomentar un clima de convivencia agradable.			
32 Conozco e intento potenciar los intereses, talentos y habilidades de mis hijos durante el aislamiento.			
33 Veo con mis hijos series y programas de televisión o escuchamos podcast o música y los comentamos después.			
34 Leemos juntos un cuento.			

Descriptor:	No ha pasado	Algunas veces	Muchas veces
35 Conversamos sobre la importancia del lavado de manos y uso de mascarilla.			
36 Converso las inquietudes que tengan respecto a la pandemia.			
37 Controlo la información sobre la pandemia que si hijo, hija ve en las redes sociales.			

III. ASPECTOS DE LA VIDA DE SU HIJO/A AFECTADOS POR EL CIERRE DE LOS ESTABLECIMIENTOS

¿Cuáles de estos aspectos de la vida de su hijo/a cree usted que han sido afectados por el período sin clases presenciales?

Descriptor:	Nada	Un poco	Mucho
1 Su comportamiento			
2 Sus estudios			
3 Su alimentación			
4 Su salud física			
5 Su salud mental			
6 Su relación conmigo o con otros miembros de la familia			
7 Su relación con sus amigos			
8 Otros			

Por favor explíquenos los aspectos que le han afectado mucho a su hijo/hija:

IV. SOBRE EL RETORNO A LA ESCUELA

¿Cuáles de estos problemas cree usted que su hijo/hija podría tener al volver a la escuela?

Descriptor:	Nada	Un poco	Mucho
1 Que se retrasó en los estudios y le va a costar ponerse al día			
2 Que perdió contacto con sus amigos y va a estar solo (a) en la escuela			
3 Que está nervioso y le va a costar estudiar			
4 Que lo pasó mal en el encierro y le va a costar superarlo			
5 Que está ansioso/a y no va a querer ir a la escuela			
8 Otros			

Por favor explíquenos sus preocupaciones:

(CADA ESTABLECIMIENTO DEBE COMPLETAR CON LOS TELÉFONOS RELEVANTES PARA EL APOYO LOCAL A LAS FAMILIAS)

800 200 818
Fono infancia

Servicio gratuito, confidencial y de cobertura nacional, atendido por especialistas en temas de infancia y familia. Busca dar apoyo en temas de crianza a las familias. Funciona de lunes a viernes entre 8:30 y 21:00.

1515
Línea Libre
Fundación para la
Confianza

Teléfono gratuito al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar de lunes a sábado entre las 10 y 22 horas, y ser atendidos por un psicólogo o psicóloga que les dará orientación sobre sus preocupaciones.

147
Fono Niño
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar a cualquier hora del día o de la noche para hacer preguntas, denunciar abusos y pedir apoyo o auxilio.

149
Fono Familia
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche para pedir orientación, ayuda o denunciar.

134
Policía de
Investigaciones
(PDI)

Teléfono al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche.

600 400 0101
Denuncia seguro

Teléfono gratuito al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche y en el que no se solicitan los datos de la persona que llama ni se graban las conversaciones, por lo que es 100% anónimo, y se pueden denunciar cualquier tipo de delitos.

+56224979600
Defensoría
de la niñez

Teléfono gratuito al que se puede llamar de lunes a jueves entre las 9 y 17 horas, y los viernes entre las 9 y 16 horas para recibir orientaciones sobre cómo realizar denuncias.

En casa,
¿qué pasa?

<https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/>
Sitio web que entrega herramientas de salud mental, autocuidado y toma de decisiones responsables en períodos de cuarentena. Tiene contenido para niñas, niños y adolescentes, adultos y personas mayores.



ORIENTACIONES PARA EL DOCENTE

de 3ro y 4to básico

El objetivo de estas preguntas es entregar información útil para la planificación de actividades durante el regreso a la escuela, y ante una eventual nueva suspensión de las clases presenciales. Hay dos formas en que usted puede usar la información de este cuestionario: para formarse una idea general de las experiencias, recursos personales y estados de ánimo de su grupo curso, o para obtener una idea precisa de la experiencia de algún estudiante en particular.

A continuación se presentan algunas recomendaciones específicas a cada sección del cuestionario. Es importante que considere éstas como recomendaciones a adaptar a su propia realidad, a la de sus alumnos y a los recursos disponibles. Por ejemplo, cuando se le recomienda que invierta tiempo en actividades para trabajar entre los pares, esto podría llevarse a cabo a través de plataformas virtuales si sus alumnos cuentan con los medios para ello (dispositivos y conexión a internet, por ejemplo), pero si esto no es posible, se podría tratar de diseñar un método que aproveche la logística de la entrega de guías impresas o cajas de alimentación. Por último, si no le es posible implementar las recomendaciones de forma alguna mientras estén cerrados los establecimientos, puede implementarlas cuando se retorne a las clases presenciales

Sección I (Cuestionario para alumnos): Emociones

Es respondida por los niños y niñas, con apoyo de sus padres, en las que tienen que marcar la intensidad con las que han experimentado las emociones estas últimas semanas. Esta pregunta entrega información sobre el estado de ánimo general de los estudiantes. Identifique las emociones NEGATIVAS que fueron marcadas en el tercio superior de los termómetros por más de la mitad del curso. Si predominaron las emociones negativas, el curso requerirá que se invierta tiempo en actividades para reparar estas experiencias, compartiendo buenos momentos entre los pares y el grupo curso, de ser posible. Normalizar que muchos pueden haber experimentado emociones negativas durante este período de tiempo, apenas retornen a las clases.

Si pocos niños marcaron alto en el termómetro de las emociones negativas, se sugiere que los individualice, observe por dos semanas y si estas persisten, dévelo a un centro para recibir atención psicológica.

Sección II (Cuestionario para padres): La Pandemia en la familia y el trabajo escolar

Estas preguntas entregan un mapa de las dificultades y fortalezas de la familia para afrontar la pandemia y para apoyar el trabajo escolar de cada niño o niña.

Cuente cuántos padres marcaron NO HA PASADO en las preguntas (Excepto en las preguntas 7,8,9 10).

Si estas suman más de 15 respuestas nunca, su sugiere dar orientación a los padres para incrementar sus habilidades parentales para apoyar el desarrollo de sus hijos. También le sugerimos reforzar en sus alumnos el desarrollo de hábitos y técnicas de estudio durante la cuarentena.

En caso que responda MUCHAS VECES a las preguntas 8, 9 y/o 10, es posible que el menor este expuesto a malos tratos, lo que requiere una entrevista individual con los padres y derivarlos a una agencia que esté encargada de tratar la violencia doméstica en su comuna. También dar aviso al director y al equipo psicosocial del establecimiento, y monitorizar que se sigan las indicaciones.

(CADA ESTABLECIMIENTO DEBE COMPLETAR CON LOS TELEFONOS RELEVANTES)

Se sugiere que los padres vean el canal “*En casa qué pasa*” (<https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/home>), que tiene recomendaciones para abordar de buena manera el confinamiento de los niños y jóvenes.

En la sección III (Cuestionario para padres) Aspectos de la vida de su hijo/a afectados por el cierre de los establecimientos

En relación a las áreas de la vida que han sido afectadas por el período sin clases presenciales, si tiene 3 o más respuestas MUCHO, se sugiere derivar a una evaluación psicológica, ya que posiblemente el niño/niña esté desarrollando dificultades serias en su salud mental. Informar a los padres y buscar en conjunto con ellos alternativas para ayudar a sus hijos, revisando su rutina diaria con ellos y las posibles mejoras a esta. (Horarios, alimentación, tiempo de trabajo, ocio y para el disfrute compartido).

Al regresar a clases le sugerimos que en los primeros días de clases le permitan a los niños re-encounterse, jugar, divertirse y relajarse de la tensión acumulada. Se sugiere realizar juegos en grupo-curso. También se sugiere hacerles dibujar como se sentían en la cuarentena, que esperan al volver a clases, que fue lo más difícil o lo mejor. Compartir esta experiencia en una narrativa con sus pares, validando las emociones que vivieron. Hacer un afiche en el curso con los dibujos y futuros proyectos “divertidos” con el curso.

En la sección IV Sobre el retorno a la escuela

Revise las preguntas que con mayor frecuencia fueron contestadas MUCHO. Hágale ver a sus alumnos que es natural tener estos problemas. Dele seguridad que en la escuela los van apoyar para que pueda resolverlos, tener un buen desempeño escolar y social. Compartan en pequeño grupos las preocupaciones de los alumnos y hacer una representación de estas, así como de su posible solución, la que luego pueden presentar al curso. Se refuerza la participación con halagos y aplausos.

También pueden utilizar el cuento de los tres chanchitos y también de la liebre y la tortuga, para enfatizar que con esfuerzo y paciencia las cosas se pueden lograr.



CUESTIONARIO PARA ALUMNOS

de 5to a 7mo Básico

1. MIS EMOCIONES

Instrucción: lee atentamente las siguientes palabras, que se refieren a emociones, y marca una "x" en la columna que más se acerque a la frecuencia con la que has sentido cada emoción durante el período en el que han estado cerrados los colegios.

Ejemplo: si te has sentido "Alegre" casi todos los días, marca una "x" en la columna de "Muchas veces". Si te has sentido "Alegre" sólo a veces, marca una "x" en la columna de "Algunas veces", y, si no te has sentido "Alegre" durante este período, marca una "x" en la columna "No me ha pasado".

Emoción:	Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
Alegre (contento, feliz)			
Aburrido/a			
Triste			
Enojado/a o Molesto/a			
Solo/a			
Entusiasmado/a (entretenido/a, animado/a)			
Cansado/a o sin energías			
Preocupado/a (nervioso/a o ansioso/a)			
Entretenido/a o entusiasmado/a			
Asustado/a o temeroso/a			

Instrucción: lee atentamente las siguientes frases y complétalas de acuerdo a tu experiencia durante el período en el que han estado cerrados los colegios.

Esta cuarentena la he pasado con:

He echado de menos:

Las tres mejores cosas que me han pasado son:

Lo más difícil de esta cuarentena ha sido:

Lo más aburrido que he tenido que hacer es:

Lo que más me ha preocupado es:

Lo que más me gustaría que se mantuviera cuando se acabe la cuarentena es:

2. MI TRABAJO ESCOLAR

Instrucción: lee atentamente las siguientes frases sobre cómo ha sido tu trabajo escolar durante el período en que no has tenido clases presenciales, y marca una "x" en la columna que más se acerque a la frecuencia con la que has sentido que cada frase te representa.

Ejemplo: en la frase que dice "me ha costado concentrarme en mi trabajo escolar", si te ha ocurrido muchas veces, marca una "x" en el cuadrado que corresponde a la columna de "muchas veces". Si te ha ocurrido pocas veces, marca con una "x" en "algunas veces", y si nunca te ha ocurrido, marca una "x" en "no me ha pasado".

Afirmación:		Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
1	Me he sentido confundido/a sobre qué tareas y guías tengo que hacer y para cuándo son.			
2	He podido hacer las guías que me mandan rápido y sin problemas.			
3	No he entendido la materia que explica el profesor/a en línea (si no has tenido clases virtuales, no respondas).			
4	Se me han olvidado las fechas de las tareas, clases o pruebas.			
5	He planificado mi trabajo escolar del día o semana, y he cumplido con mis metas a tiempo.			
6	Me ha costado concentrarme en mi trabajo escolar.			
7	No he sabido cómo organizarme para hacer todas mis tareas y trabajo escolar.			
8	He sabido muy bien qué tengo que hacer y para cuándo es cada cosa.			
9	No me ha alcanzado el tiempo para cumplir con los plazos de entrega de todo lo que me mandan del colegio.			
10	Me ha parecido que las guías que me mandan son muy difíciles.			
11	He podido trabajar y estudiar sin distraerme.			
12	Me he preocupado porque no he entendido bien las guías, lecturas o clases.			
13	He necesitado que mis compañeros o familia me recuerden que tengo que hacer mis tareas escolares.			

3. MI HOGAR

Instrucción: ¿Cuántas veces cada una de las siguientes situaciones ha sido un problema para ti durante el período en que no has podido ir al colegio? Si te ha ocurrido seguido, marca una "x" en la columna de "muchas veces", si te ha ocurrido pero con poca frecuencia, marca una "x" en la columna de "algunas veces", y si nunca te ha ocurrido, marca una "x" en la columna de "No me ha pasado".

Situación:	Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
Somos muchas personas en mi hogar			
Nadie en mi hogar tiene tiempo para ayudarme con mis tareas del colegio o acompañarme durante el día			
No tengo conexión a internet, o la que tengo no es muy buena			
Me cuesta hablar de mis preocupaciones con mi familia			
Me tengo que quedar solo/a por muchas horas			
Me acuesto demasiado tarde, me cuesta dormirme o me despierto muchas veces en la noche			
No he podido hacer actividad física (o bailar o ejercicios dentro de mi hogar)			
Estoy comiendo de manera poco saludable (como mucha comida chatarra, como mucho o como muy poco)			
Otro (si se te ocurre otra situación que te esté causando problemas, puedes escribirla aquí): <hr/> <hr/> <hr/>			

4. MI VIDA SOCIAL

Instrucción: Primero, responde a las siguientes dos preguntas sobre la frecuencia con la que te has contactado con tus amigos/as. Si lo que se pregunta ha ocurrido frecuentemente, marca una "x" en "muchas veces", si ha ocurrido pero pocas veces, marca una "x" en "algunas veces", y si no ha ocurrido, marca una "x" en "no ha pasado". Luego responde a la tercera pregunta marcando una "x" a la derecha de las frases que mejor describan cómo te sientes.

Pregunta:	Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
¿Con qué frecuencia te has comunicado con un amigo o amiga durante la cuarentena para conversar cosas personales (no del colegio)?			
¿Con qué frecuencia te has reunido virtualmente con un grupo de amigos o amigas durante la cuarentena con fines recreativos (no por temas del colegio)?			

¿Cuál de estas frases describe mejor cómo te has sentido respecto de tus amigos y amigas durante el cierre de los colegios? Marca con una "x" a la derecha de todas las frases que describen cómo te sientes.

Ha sido muy difícil para mí no poder ver a mis amigos o amigas presencialmente.	
Me he comunicado regularmente con mis amigos/as, pero no es lo mismo que vernos de manera presencial.	
Me he comunicado mucho con mis amigos/as, así que la cuarentena no ha afectado a nuestra amistad.	
Ha sido un alivio no tener que ver ni hablar con nadie durante este tiempo.	
Me he sentido excluido/a porque pienso que chatean y se juntan virtualmente sin mí.	

5. MIS RESPONSABILIDADES

Instrucción: Lee atentamente las siguientes preguntas sobre responsabilidades en el hogar y marca una "x" en la columna "Tú" si la respuesta es que tú estás a cargo de lo que se pregunta o marca una "x" en la columna "Otra persona" si tú no estás a cargo. Si la pregunta es sobre aspectos que no suceden en tu hogar, no la respondas. Por ejemplo, si no hay niños pequeños en tu hogar, deja en blanco las dos primeras preguntas.

Pregunta:	Tú	Otra persona
Durante el período en que han estado cerrados los colegios, ¿quién ha sido el principal responsable de cuidar a los/las niños/as más pequeños/as que viven en tu hogar? (el principal responsable es el que se queda solo con los niños/as, cuida que no se hagan daño, los entretiene y les da la comida)		
Si el principal responsable de cuidar a los niños/as pequeños fue otra persona, ¿quién ha estado a cargo de ayudarlo?		
Durante el período en que han estado cerrados los colegios, ¿quién ha sido el principal responsable de limpiar la casa?		
Si el principal responsable de limpiar era otra persona, ¿quién ha estado a cargo de ayudarlo?		
Durante el período en que han estado cerrados los colegios, ¿quién ha sido el principal responsable de cocinar para todos los que viven en el hogar?		
Si el principal responsable de cocinar era otra persona, ¿quién ha estado a cargo de ayudarlo?		
Durante el período en que han estado cerrados los colegios, ¿quién ha sido el principal responsable de cuidar a los ancianos que viven en tu hogar?		
Si el principal responsable de cuidar a los ancianos era otra persona, ¿quién ha estado a cargo de ayudarlo?		

6. OTRAS PREGUNTAS

Instrucción: Para las siguientes preguntas marca con una "x" la opción que más te represente o escribe tu respuesta si no te dan opciones.

	Sí	No
¿Te ha gustado recibir educación a distancia (guías, clases, videos, trabajo por tu cuenta)?		
Si marcaste "sí" en la pregunta anterior, ¿por qué te ha gustado aprender desde tu casa?		
<hr/>		
<hr/>		

	Sí	No
Cuando los colegios vuelvan a abrir, ¿te gustaría seguir recibiendo educación en tu casa?		
¿Cómo te imaginas que tu colegio podría seguir apoyando tu educación en la casa?		
<hr/>		
<hr/>		
Cuando te toque volver al colegio presencialmente, ¿qué te gustaría que hicieran tus profesores/as?		
<hr/>		
<hr/>		
Cuando te toque volver al colegio presencialmente, ¿qué te gustaría hacer en el colegio los primeros días?		
<hr/>		
<hr/>		

(CADA ESTABLECIMIENTO DEBE COMPLETAR CON LOS TELÉFONOS RELEVANTES)

800 200 818
Fono infancia

Servicio gratuito, confidencial y de cobertura nacional, atendido por especialistas en temas de infancia y familia. Busca dar apoyo en temas de crianza a las familias. Funciona de lunes a viernes entre 8:30 y 21:00.

1515
Línea Libre
Fundación para la
Confianza

Teléfono gratuito al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar de lunes a sábado entre las 10 y 22 horas, y ser atendidos por un psicólogo o psicóloga que les dará orientación sobre sus preocupaciones.

147
Fono Niño
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar a cualquier hora del día o de la noche para hacer preguntas, denunciar abusos y pedir apoyo o auxilio.

149
Fono Familia
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche para pedir orientación, ayuda o denunciar.

134
Policía de
Investigaciones
(PDI)

Teléfono al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche.

600 400 0101
Denuncia seguro

Teléfono gratuito al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche y en el que no se solicitan los datos de la persona que llama ni se graban las conversaciones, por lo que es 100% anónimo, y se pueden denunciar cualquier tipo de delitos.

+56224979600
Defensoría
de la niñez

Teléfono gratuito al que se puede llamar de lunes a jueves entre las 9 y 17 horas, y los viernes entre las 9 y 16 horas para recibir orientaciones sobre cómo realizar denuncias.

En casa,
¿qué pasa?

<https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/>
Sitio web que entrega herramientas de salud mental, autocuidado y toma de decisiones responsables en períodos de cuarentena. Tiene contenido para niñas, niños y adolescentes, adultos y personas mayores.

CUESTIONARIO PARA APODERADOS

de 5to a 7mo Básico

I. IDENTIFICACIÓN

Nombre de apoderado/a: _____

Nombre del alumno/a: _____

Fecha de nacimiento del apoderado: _____

Sexo del apoderado: _____

Marque con una cruz en la opción que corresponda a su relación con el alumno:

Padre o Madre

Abuelo o Abuela

Tío o Tía

Hermano o Hermana

Otro (Por favor especifique): _____

MIS EMOCIONES

Instrucción: Lee atentamente las siguientes afirmaciones e indica la frecuencia con la que te has sentido representada por cada una de ellas. Por ejemplo, para la afirmación "Tengo miedo de perder mi trabajo producto de la pandemia", si sientes eso casi todos los días, marca una "x" en la columna "Muchas veces", si lo has sentido pocas veces, marca una "x" en "Algunas veces", y si no lo has sentido nunca, marca una "x" en "No ha pasado".

Afirmación:	Muchas veces	Algunas veces	No me ha pasado
1 Ayudo a mis hijos a organizar y seguir una rutina diaria.			
2 Mis hijos tienen una hora definida para levantarse y otra para acostarse.			
3 En mi familia todos cooperamos con los quehaceres domésticos.			
4 Hemos organizado nuestras actividades para compartir en familia al menos durante los tiempos de comidas (almuerzo, once, cena).			
5 Mi familia ha experimentado importantes cambios con la pandemia de COVID19. (Por ejemplo, ha fallecido un familiar o han disminuido los ingresos)			
6 Tengo el suficiente apoyo para sacar adelante a mi familia durante esta pandemia.			
7 Tengo miedo a perder mi trabajo producto de la pandemia.			
8 Estoy sobrepasado/a intentando balancear el trabajo con las labores del hogar y la educación de mis hijos.			
9 En situaciones conflictivas siento que no puedo controlarme y tengo el impulso de agredir a mis hijos (física o psicológicamente).			
10 He agredido (física o psicológicamente) a mis hijos.			
11 Dedico un tiempo diario para relajarme y descansar de mis deberes.			
12 Dedico un espacio del día para hablar con mis hijos.			
13 Tengo tiempo suficiente para compartir con mis hijos.			
14 Fomento la expresión de emociones y opiniones en mi familia.			
15 Felicito a mis hijos cada vez que hacen algo bien.			
16 Conozco los contenidos de aprendizaje y las tareas escolares de mis hijos.			
17 Establezco en conjunto con el profesor los objetivos de aprendizaje de mis hijos para este tiempo de educación a distancia.			
18 Le pregunto al profesor por la evolución de mi hijo en este periodo de aislamiento.			

Afirmación:		Muchas veces	Algunas veces	No me ha pasado
19	Siento que puedo plantear mis inquietudes y dificultades al personal de la escuela (profesores, equipo directivo, otros.)			
20	Participo regularmente de reuniones virtuales y otra instancias propuestas por la comunidad escolar.			
21	Mis hijos tienen un espacio tranquilo en el que pueden hacer sus tareas escolares.			
22	Cuento con los materiales (computador, internet, artículos de oficina, otros.) necesarios para que mis hijos hagan sus tareas escolares.			
23	Me siento capaz de apoyar a mis hijos en sus tareas escolares.			
24	Me hago un tiempo para ayudar a mis hijos a hacer sus tareas escolares.			
25	En mi hogar hay otras personas que pueden ayudar a mis hijos a hacer sus tareas escolares.			
26	La cantidad de tareas escolares que reciben mis hijos me parece adecuada.			
27	Pese a la cuarentena, he intentado que mis hijos mantengan sus vínculos más cercanos mediante a redes sociales, llamados telefónicos, videollamadas u otros.			
28	Refuerzo en mi familia las reglas, normas y expectativas de conducta para fomentar un clima de convivencia agradable.			
29	Conozco e intento potenciar los intereses, talentos y habilidades de mis hijos durante el aislamiento.			
30	Veó con mis hijos series y programas de televisión, o escuchamos podcasts o música y los comentamos después.			

(CADA ESTABLECIMIENTO DEBE COMPLETAR CON LOS TELÉFONOS RELEVANTES)

800 200 818 Fono infancia	Servicio gratuito, confidencial y de cobertura nacional, atendido por especialistas en temas de infancia y familia. Busca dar apoyo en temas de crianza a las familias. Funciona de lunes a viernes entre 8:30 y 21:00.
1515 Línea Libre Fundación para la Confianza	Teléfono gratuito al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar de lunes a sábado entre las 10 y 22 horas, y ser atendidos por un psicólogo o psicóloga que les dará orientación sobre sus preocupaciones.
147 Fono Niño de Carabineros	Teléfono gratuito y confidencial al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar a cualquier hora del día o de la noche para hacer preguntas, denunciar abusos y pedir apoyo o auxilio.
149 Fono Familia de Carabineros	Teléfono gratuito y confidencial al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche para pedir orientación, ayuda o denunciar.
134 Policía de Investigaciones (PDI)	Teléfono al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche.
600 400 0101 Denuncia seguro	Teléfono gratuito al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche y en el que no se solicitan los datos de la persona que llama ni se graban las conversaciones, por lo que es 100% anónimo, y se pueden denunciar cualquier tipo de delitos.
+56224979600 Defensoría de la niñez	Teléfono gratuito al que se puede llamar de lunes a jueves entre las 9 y 17 horas, y los viernes entre las 9 y 16 horas para recibir orientaciones sobre cómo realizar denuncias.
En casa, ¿qué pasa?	https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/ Sitio web que entrega herramientas de salud mental, autocuidado y toma de decisiones responsables en períodos de cuarentena. Tiene contenido para niñas, niños y adolescentes, adultos y personas mayores.



ORIENTACIONES PARA DOCENTES

de 5to a 7mo Básico

El objetivo de este cuestionario es entregarle información útil sobre cómo están viviendo sus alumnos el período de cuarentena por el coronavirus, de manera tal que Usted pueda hacer uso de dicha información en la planificación de las actividades escolares que envía al hogar, como también para una posterior planificación en tiempo de retorno a los establecimientos educacionales, y también en el caso de una eventual nueva suspensión de clases presenciales.

Hay dos formas en que usted puede usar la información de este cuestionario:

1. La primera es para formarse una idea general de las experiencias, recursos personales y estados de ánimo del grupo de alumnos en su curso. Esto lo puede lograr agrupando los resultados de sus alumnos para cada sección del cuestionario. Por ejemplo, en la primera parte de la sección “Mis emociones”, puede sumar el número de alumnos que indicó que no se ha sentido contento en todo el período en que han estado cerrados los establecimientos, o, en la sección de preguntas para apoderados, puede sumar el número de apoderados que marcó que se ha sentido sobrepasado muchas veces. En el caso de que no disponga de suficiente tiempo, le recomendamos elegir las variables que le parezcan más relevantes sobre su curso, y computar solo esas.
2. La segunda forma de usar la información en este cuestionario es para obtener una idea precisa de la experiencia que pueda estar viviendo algún estudiante en particular, para lo que le recomendamos leer sus respuestas al cuestionario completo, incluyendo la sección dirigida al apoderado, de manera en que pueda armarse una idea más integral de lo que pueda estar ocurriendo con su alumno. En este contexto, si no dispone de mucho tiempo, le recomendamos leer primero los cuestionarios de aquellos alumnos de los que Usted sabe que sufrían de dificultades antes de la pandemia, o de los que han mostrado peores desempeños que el promedio en las actividades de aprendizaje que hayan logrado desarrollar desde que cerraron los establecimientos.

A continuación se presentan algunas recomendaciones más específicas a cada sección del cuestionario. Es importante que considere éstas como recomendaciones a adaptar a su propia realidad, a la de sus alumnos y a los recursos disponibles. Por ejemplo, cuando se sugiere implementar un plenario con sus alumnos para buscar mejores estrategias para lidiar con los deberes escolares, si Usted o sus alumnos no tienen conexión a internet, no podrán hacerlo. Sin embargo, podría implementar una encuesta específica a ese tema y enviarla con las guías impresas, o cualquier otro método que a Usted le parezca viable. Por último, si no le es posible implementar las recomendaciones de forma alguna mientras estén cerrados los establecimientos, puede implementarlas cuando se retorne a las clases presenciales.

Para tener una idea general del curso

Sección “Mis emociones”

Esta pregunta entrega información sobre el estado de ánimo general de sus estudiantes, y sobre niños y niñas que podrían estar en riesgo de sufrir un trastorno del ánimo. Identifique las emociones negativas que fueron marcadas en la categoría “Muchas veces” por un número importante de sus alumnos. Por ejemplo, si más de la mitad del curso marcó “Muchas veces” en emociones como “Enojado o Molesto”, “Triste”, o “Cansado o sin energías”, sería conveniente dedicar más tiempo y esfuerzo a ofrecer oportunidades grupales para experimentar alegría (ejemplo más juegos); esperanza (ej. enfocarse en cosas positivas que se pueden extraer de la experiencia de la cuarentena); y conexión con otros (ej. trabajo en parejas o pequeños grupos compartiendo experiencias). Lo mismo aplica si más de la mitad del curso marcó “Algunas veces” o “No ha pasado” en emociones positivas.

Si pocos niños marcaron “Muchas veces” en las emociones negativas, tome nota de los niños o niñas individuales que muestran esos patrones, para un trabajo más individualizado.

Sección “Mi trabajo escolar”

Estas preguntas entregan un mapa de las dificultades y fortalezas que cada niño o niña percibe en su propio trabajo escolar, y cómo esa percepción podría afectar su autoestima. Le sugerimos la siguiente forma de trabajar: primero, cuente cuántos niños y niñas marcaron “Muchas veces” en las preguntas negativas. Las preguntas negativas son nueve. Luego cuente cuántos niños marcaron la opción “Muchas veces” en las preguntas positivas. Las preguntas positivas son cuatro. En este ejercicio, requerirán de su atención las preguntas negativas en las que más de la mitad del curso haya marcado “Muchas veces” y las preguntas positivas en las que más de la mitad del curso haya marcado “No ha pasado”.

De ser posible, le sugerimos que primero indague con el curso por qué los estudiantes creen que experimentaron estos problemas, en un plenario. Para que los niños y niñas se sientan inclinados a compartir, cuénteles que muchos otros compañeros también tuvieron el mismo problema, y pida que expliquen por qué se sentían confundidos con las fechas, por ejemplo. Reformule las dificultades en términos de habilidades modificables y estrategias que se pueden aprender, no de capacidades estables. Por ejemplo, si un estudiante dice “es que tengo mala memoria” reformule diciendo “muchas personas exitosas tienen ‘mala memoria’, y lo solucionan anotando, haciendo un calendario, o llevando una agenda.”

Explore junto a los estudiantes los recursos que puedan usar para prevenir que se repita el problema en el futuro. De ser posible, organícelos en grupos pequeños para que generen estrategias

orientadas a los problemas específicos que experimentaron. En ello, evite que se centren en problemas generales como "soy desordenado", sino que en experiencias específicas como: "se me perdió el libro de inglés y no pude hacer los ejercicios".

Recuerde que las experiencias repetidas de fracaso en el trabajo autónomo en el hogar pueden afectar el autoconcepto y autoeficacia de sus estudiantes. El objetivo debe ser restablecer el sentido de control que sus estudiantes perciban sobre su propio trabajo escolar, recordarles que es natural experimentar problemas con una modalidad nueva, y que es posible mejorar. Trabajar en generar las estrategias transmite el mensaje de que es posible mejorar.

Sección "Mi hogar"

Esta parte tiene por objetivo entregar una imagen global de las situaciones problemáticas que sus estudiantes podrían estar experimentando en su hogar durante la cuarentena, y que podrían afectar a su estado de ánimo, bienestar y aprendizaje. Para el trabajo con el grupo curso, simplemente identifique las tres o cuatro que más se repiten. ¿Casi todos los niños y niñas marcaron que se acuestan demasiado tarde? ¿Más de la mitad marcó que no hizo ejercicio? Considere cómo esto puede afectar el regreso a la escuela. Por ejemplo, con el tema del sueño, recuérdelos la importancia del sueño a su edad, comparta estrategias para recuperar los hábitos de sueño.

Sección "Mi vida social"

Esta sección busca entregarle una idea sobre la vida social que puedan estar teniendo sus alumnos durante la pandemia. En el análisis de las respuestas será relevante tomar en cuenta las posibilidades de sus alumnos de mantener algún tipo de contacto con personas de fuera de su hogar. Por ejemplo, si sus alumnos no tienen conexión a internet, será más difícil para ellos comunicarse con sus pares.

A nivel de grupo le recomendamos que cuente el número de alumnos que marcaron "no me ha pasado" en ambas preguntas y, si corresponde a más de un tercio de los alumnos, podría buscar formas de incentivar la vida social entre ellos, considerando los medios disponibles. En caso de no contar con los recursos para que los alumnos se contacten de manera virtual, se podría aprovechar la logística de la entrega de guías impresas o cajas JUNAEB para montar un sistema de cartas entre ellos.

Esta área del cuestionario es especialmente relevante porque los vínculos que sus alumnos establezcan entre ellos y con Usted, pueden funcionar como factores protectores para aquellos niños y niñas con mayores probabilidades de desertar el colegio.

Sección “Mis responsabilidades”

Esta sección busca reunir información sobre factores en el hogar de sus alumnos que pudieran estar causándoles estrés u ocupando parte importante de su tiempo. Le recomendamos contar el número de alumnos que indica ser el responsable del cuidado de hermanos pequeños o ancianos. En el caso de que fueran más de la mitad de sus alumnos, podría adaptar las actividades de aprendizaje a estas circunstancias. Por ejemplo, podría enviarle a sus alumnos cuentos o juegos a leer o realizar con los hermanos o ancianos a su cargo.

A su vez, si el número de alumnos a cargo de limpiar o cocinar en el hogar supera a la mitad, le recomendamos también tomar en cuenta esas actividades, ya sea reevaluando la carga académica enviada o incorporando actividades de aprendizaje relacionadas a esas labores, como podrían ser recetas que incorporen los alimentos en las cajas JUNAEB y en las que el alumno deba tomar medidas, por ejemplo.

Sección “Otras preguntas”

El objetivo de esta sección es ayudarlo a preparar mejor el retorno de su comunidad escolar a los establecimientos, informándose sobre la apreciación que tienen sus alumnos de la educación a distancia, en relación a la presencial, y a las expectativas que tienen sobre el retorno. Si la gran mayoría de sus alumnos marca que si le ha gustado recibir educación a distancia, le recomendamos darse el tiempo de leer por qué, ya que esa información podría ser valiosa para reevaluar las metodologías de aprendizaje que usaba en el modelo presencial.

Para identificar y trabajar con estudiantes de riesgo

La información del cuestionario también debería servirle para identificar a los niños y niñas que requieren de mayor atención o de atención urgente. Aquí es importante considerar el cuestionario de manera integral, evaluando las relaciones que pueden existir entre los diferentes tipos de secciones. En general, las secciones que no se refieren a las actividades académicas, estarían señalando si existen o no ciertos factores protectores en el niño o niña, que debiesen de fortalecerlo a la hora de enfrentar dificultades como las de la contingencia del coronavirus. Por ejemplo, si el cuestionario de una niña refleja que ha tenido muchos problemas en su trabajo escolar, pero que sus emociones se han mantenido más bien positivas y que cuenta con adultos la acompañen a procesar la contingencia, esa estudiante tiene más factores protectores que otra que también haya tenido dificultades en su trabajo escolar, pero que además reporte emociones negativas, una gran carga de trabajo en el hogar o la ausencia de adultos que la acompañen a procesar esas emociones.

De ser posible, le recomendamos que evalúe los casos de niños y niñas que le parezcan especialmente negativos con el equipo psicosocial del colegio, de manera en que puedan elaborar en conjunto un plan de apoyo para esos niños y niñas. Esto podría ser a través del trabajo con sus familias, compañeros, personal del colegio o la derivación a servicios locales externos al establecimiento.

Cuestionario para apoderados

Estas preguntas entregan un mapa de las dificultades y fortalezas de la familia para afrontar la pandemia y para apoyar el trabajo escolar de cada niño o niña. Cuente cuántos padres marcaron “No ha pasado” en las preguntas (Excepto en las preguntas 8, 9 y 10). Si estas suman más de 15 respuestas, le recomendamos dar orientación a los padres para incrementar sus habilidades parentales para apoyar el desarrollo de sus hijos, en el sitio web “¿Qué pasa en la casa?” encontrará material para enviar a los apoderados (<https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/home>). También le sugerimos reforzar en sus alumnos el desarrollo de hábitos y técnicas de estudio durante la cuarentena.

En caso que responda “Muchas veces” a las preguntas 8, 9 y/o 10, es posible que el menor esté expuesto a malos tratos, lo que requiere una entrevista individual con los padres y derivarlos a una agencia que esté encargada de tratar la violencia doméstica en su comuna. También dar aviso al director y al equipo psicosocial del establecimiento, y monitorizar que se sigan las indicaciones.



CUESTIONARIO PARA ALUMNOS

de 8º a II Medio

I. IDENTIFICACIÓN

Nombre: _____

Curso: _____

II. MIS EMOCIONES DURANTE LA CUARENTENA

Instrucción: A continuación marca con una X la opción que más representa como te has sentido durante la cuarentena. No hay respuestas correctas o incorrectas.

Emoción:	Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
Alegre			
Aburrido			
Preocupado			
Triste			
Enojado			
Cansado			
Nervioso			
Molesto			
Asustado			
Ansioso			

Instrucción: Lee atentamente y completa las siguientes frases:

Esta cuarentena la he pasado con:

He echado de menos a:

Las tres mejores cosas que me han pasado son:

Lo más difícil de esta cuarentena ha sido:

Lo más aburrido que he tenido que hacer es:

Lo que más me está preocupando es:

Lo que más me gustaría que se mantuviera cuando se acabe la cuarentena es:

III. MI TRABAJO ESCOLAR

Instrucción: Responde estas preguntas en base a tu trabajo escolar en casa durante el período sin clases presenciales. Para cada consulta, marca, según te ocurre: “muchas veces”, “algunas veces”, o “no me ha pasado”.

Ejemplo: En la frase dice “Se me olvida tomar desayuno”, si casi todos los días se te olvida tomar desayuno, marca “muchas veces.” Si sólo unas pocas veces se te ha olvidado tomar desayuno, marca “algunas veces.” Si nunca se te olvida tomar desayuno, marca “No me ha pasado.”

1º Parte

Preguntas:	Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
Me he sentido confundido/a sobre qué tareas y guías tengo que hacer y para cuándo son.			
Puedo hacer las guías que me mandan rápido y sin problema.			
No entiendo la materia que explica el profesor o la profesora online (si no has tenido clases online, no respondas).			
Termino el día con todos mis objetivos y tareas cumplidos.			
Se me olvidan las fechas de las tareas, las clases, o las pruebas.			
Planifico mi trabajo escolar del día o de la semana, y sigo mi plan.			
Me cuesta concentrarme en mi trabajo escolar.			
No sé cómo organizarme para hacer todas mis tareas y guías.			
Sé muy bien qué tengo que hacer y para cuándo es cada cosa.			
No me alcanza el tiempo para hacer todo lo que me mandan del colegio.			
Las guías que me mandan son muy difíciles.			
Puedo trabajar y estudiar sin distraerme.			
Me preocupo por no estar entendiendo las guías, las lecturas, o las clases.			
Tengo un buen sistema para planificar mi trabajo escolar.			
Necesito que mis compañeros o padres me recuerden lo que tengo que hacer.			

2º Parte

¿Cuáles de estas situaciones te han causado problemas durante el tiempo en que no has podido ir al colegio? Marca todas las que sean un problema para ti.

Preguntas:	Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
Somos muchas personas en mi casa.			
Nadie en mi casa tiene mucho tiempo para ayudarme con las tareas del colegio.			
No tengo muy buena internet o dónde conectarme.			
Me cuesta hablar de mis preocupaciones con mi familia.			
Me tengo que quedar solo/sola muchas horas.			
Me cuesta organizar mi tiempo de estudios.			
Me acuesto demasiado tarde o me cuesta dormirme.			
No he podido hacer actividad física.			
No he podido ver a mis amigos o amigas.			
Mi alimentación (comes mucha comida chatarra o comes mucho o muy poco).			
Otras (escribe en el espacio) <hr/> <hr/> <hr/>			

IV. MI VIDA SOCIAL

Instrucción: Primero, responde a las siguientes dos preguntas sobre la frecuencia con la que te has contactado con tus amigos/as. Si lo que se pregunta ha ocurrido frecuentemente, marca una "x" en "muchas veces", si ha ocurrido pero pocas veces, marca una "x" en "algunas veces", y si no ha ocurrido, marca una "x" en "no ha pasado". Luego responde a la tercera pregunta marcando una "x" a la derecha de las frases que mejor describan cómo te sientes.

Pregunta:	Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
¿Con qué frecuencia te has comunicado con un amigo o amiga durante la cuarentena para conversar cosas personales (no del colegio)?			
¿Con qué frecuencia te has reunido virtualmente con un grupo de amigos o amigas durante la cuarentena con fines recreativos (no por temas del colegio)?			

¿Cuál de estas frases describe mejor cómo te has sentido respecto de tus amigos y amigas durante el cierre de los colegios? Marca con una "x" a la derecha de todas las frases que describen cómo te sientes.

Ha sido muy difícil para mí no poder ver a mis amigos o amigas presencialmente.	
Me he comunicado regularmente con mis amigos/as, pero no es lo mismo que vernos de manera presencial.	
Me he comunicado mucho con mis amigos/as, así que la cuarentena no ha afectado a nuestra amistad.	
Ha sido un alivio no tener que ver ni hablar con nadie durante este tiempo.	
Me he sentido excluido/a porque pienso que chatean y se juntan virtualmente sin mí.	

V. MIS RESPONSABILIDADES

Instrucción: Lee la pregunta y marca con una “x” tu respuesta

Pregunta:	Tú	Otra persona
1. Durante el período sin clases presenciales ¿Quién fue el o la principal responsable de cuidar a los niños pequeños que viven en tu casa? (el principal responsable es el que se queda solo con los niños, cuida que no se hagan daño, los entretiene y les da la comida)		
	Sí	No
2. Si el principal responsable de cuidar a los niños pequeños fue otra persona, ¿Tú le ayudabas a esa persona?		
	Tú	Otra persona
3. Durante el período sin clases presenciales ¿Quién fue el o la principal responsable de limpiar la casa?		
	Sí	No
4. Si el principal responsable de limpiar la casa fue otra persona, ¿Tú le ayudabas a esa persona?		
	Tú	Otra persona
5. Durante el período sin clases presenciales ¿Quién fue el o la principal responsable de cocinar?		
	Sí	No
6. Si el principal responsable de cocinar fue otra persona, ¿Tú le ayudabas a esa persona?		

	Tú	Otra persona
7. Durante el período sin clases presenciales ¿Quién fue el o la principal responsable de cuidar a los ancianos que viven en tu casa?		

	Sí	No
8. Si el principal responsable de cuidar a los ancianos fue otra persona, ¿Tú le ayudabas a esa persona?		

VI. PREGUNTAS ABIERTAS

Instrucción: Para las siguientes preguntas marca con una "x" la opción que más te represente o escribe tu respuesta si no te dan opciones.

	Sí	No
1. ¿Te ha gustado recibir educación a distancia (guías, clases, videos, trabajar por tu cuenta)?		
Si marcaste "sí", ¿por qué te gustó aprender desde tu casa?		

	Sí	No
2. Cuando los colegios vuelvan a abrir, ¿te gustaría seguir recibiendo educación en tu casa?		

3. ¿Cómo te imaginas que tu colegio podría seguir apoyando tu educación en la casa?

4. Cuando te toque volver al colegio presencialmente, ¿qué te gustaría que hicieran tus profesores?

5. Cuando te toque volver al colegio presencialmente, ¿qué te gustaría hacer en el colegio los primeros días?

(CADA ESTABLECIMIENTO DEBE COMPLETAR CON LOS TELÉFONOS RELEVANTES)

800 200 818
Fono infancia

Servicio gratuito, confidencial y de cobertura nacional, atendido por especialistas en temas de infancia y familia. Busca dar apoyo en temas de crianza a las familias. Funciona de lunes a viernes entre 8:30 y 21:00.

1515
Línea Libre
Fundación para la
Confianza

Teléfono gratuito al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar de lunes a sábado entre las 10 y 22 horas, y ser atendidos por un psicólogo o psicóloga que les dará orientación sobre sus preocupaciones.

147
Fono Niño
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar a cualquier hora del día o de la noche para hacer preguntas, denunciar abusos y pedir apoyo o auxilio.

149
Fono Familia
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche para pedir orientación, ayuda o denunciar.

134
Policía de
Investigaciones
(PDI)

Teléfono al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche.

600 400 0101
Denuncia seguro

Teléfono gratuito al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche y en el que no se solicitan los datos de la persona que llama ni se graban las conversaciones, por lo que es 100% anónimo, y se pueden denunciar cualquier tipo de delitos.

+56224979600
Defensoría
de la niñez

Teléfono gratuito al que se puede llamar de lunes a jueves entre las 9 y 17 horas, y los viernes entre las 9 y 16 horas para recibir orientaciones sobre cómo realizar denuncias.

**En casa,
¿qué pasa?**

<https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/>
Sitio web que entrega herramientas de salud mental, autocuidado y toma de decisiones responsables en períodos de cuarentena. Tiene contenido para niñas, niños y adolescentes, adultos y personas mayores.

CUESTIONARIO PARA APODERADOS

de 8º a II Medio

I. IDENTIFICACIÓN

Nombre de apoderado/a: _____

Nombre del alumno/a: _____

Fecha de nacimiento del apoderado: _____

Sexo del apoderado: _____

Marque con una cruz en la opción que corresponda a su relación con el alumno:

Padre o Madre

Abuelo o Abuela

Tío o Tía

Hermano o Hermana

Otro (Por favor especifique): _____

II. CUESTIONARIO

Instrucción: Por favor marque para cada afirmación si ésta ha ocurrido “Muchas veces”, “Algunas veces” o “No me ha pasado”.

Por ejemplo, en la frase dice “En mi familia todos cooperamos con los quehaceres domésticos”, si casi todos los días ocurre, marca “Muchas veces.” Si sólo unas pocas veces ha ocurrido, marca “Algunas veces.” Si nunca ocurre, marca “No me ha pasado.”

Descriptor:	Muchas veces	Algunas veces	No me ha pasado
1 Ayudo a mis hijos a organizar y seguir una rutina diaria.			
2 Mis hijos tienen una hora definida para levantarse y otra para acostarse.			
3 En mi familia todos cooperamos con los quehaceres domésticos.			
4 Hemos organizado nuestras actividades para compartir al menos los tiempos de comidas (almuerzo, once/cena).			
5 Mi familia ha experimentado importantes cambios con la pandemia de COVID19. (Por ejemplo, ha fallecido un familiar o han disminuido los ingresos)			
6 Tengo el suficiente apoyo para sacar adelante a mi familia durante esta pandemia.			
7 Tengo miedo a perder mi trabajo producto de la pandemia.			
8 Estoy sobrepasado/a intentando balancear el teletrabajo con las labores del hogar.			
9 En situaciones conflictivas siento que no puedo controlarme y tengo el impulso de agredir a mis hijos (física o psicológicamente).			
10 He agredido (física o psicológicamente) a mis hijos.			
11 Dedico un tiempo a diario para relajarme y descansar de mis deberes.			
12 Dedico un espacio del día para hablar con mis hijos.			
13 Tengo tiempo suficiente para compartir con mis hijos.			
14 Fomento la expresión de emociones y opiniones en mi familia.			
15 Felicito a mis hijos cada vez que hacen algo bien.			
16 Mantengo contacto frecuente con el colegio para informarme de recursos para las familias durante este periodo de aislamiento social (entrega de guías, reparto de alimentación, plataformas digitales de aprendizaje...)			
17 Conozco los contenidos de aprendizaje y las tareas escolares de mis hijos.			
18 Establezco en conjunto con el profesor los objetivos de aprendizaje de mis hijos durante este tiempo de educación a distancia.			

Descriptor:	Muchas veces	Algunas veces	No me ha pasado
19 Le pregunto al profesor por la evolución de mis hijos en este periodo de aislamiento.			
20 Siento que puedo plantear mis inquietudes y dificultades al personal de la escuela (profesores, equipo directivo...)			
21 Participo regularmente de reuniones virtuales y otras instancias propuestas por la comunidad escolar.			
22 Ayudo a mis hijos a construir una rutina de estudio.			
23 Mis hijos tienen un espacio tranquilo en que puedan hacer sus tareas escolares.			
24 Cuento con los materiales (computador, internet, artículos de oficina...) necesarios para que mis hijos hagan sus tareas escolares.			
25 Me siento capaz de apoyar a mis hijos en sus tareas escolares.			
26 Me hago un tiempo para ayudar a mis hijos a hacer sus tareas escolares.			
27 En mi hogar hay otras personas que puedan ayudar a mis hijos a hacer sus tareas escolares.			
28 La cantidad de tareas escolares que reciben mis hijos a diario me parece adecuada.			
29 Les ayudo a mis hijos a organizar sus actividades escolares cuando ellos lo requieren.			
30 Pese a la cuarentena he intentado que mis hijos mantengan sus vínculos más cercanos (mediante redes sociales, llamados telefónicos, videollamadas, etc.)			
31 Refuerzo en mi familia las reglas, normas y expectativas de conducta para fomentar un clima de convivencia agradable.			
32 Conozco e intento potenciar los intereses, talentos y habilidades de mis hijos durante el aislamiento.			
33 Veo con mis hijos series y programas de televisión o escuchamos podcast o música y los comentamos después.			

(CADA ESTABLECIMIENTO DEBE COPIAR LOS CENTROS DE AYUDA PARA LAS FAMILIAS LOCALES)

800 200 818
Fono infancia

Servicio gratuito, confidencial y de cobertura nacional, atendido por especialistas en temas de infancia y familia. Busca dar apoyo en temas de crianza a las familias. Funciona de lunes a viernes entre 8:30 y 21:00.

1515
Línea Libre
Fundación para la
Confianza

Teléfono gratuito al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar de lunes a sábado entre las 10 y 22 horas, y ser atendidos por un psicólogo o psicóloga que les dará orientación sobre sus preocupaciones.

147
Fono Niño
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar a cualquier hora del día o de la noche para hacer preguntas, denunciar abusos y pedir apoyo o auxilio.

149
Fono Familia
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche para pedir orientación, ayuda o denunciar.

134
Policía de
Investigaciones
(PDI)

Teléfono al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche.

600 400 0101
Denuncia seguro

Teléfono gratuito al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche y en el que no se solicitan los datos de la persona que llama ni se graban las conversaciones, por lo que es 100% anónimo, y se pueden denunciar cualquier tipo de delitos.

+56224979600
Defensoría
de la niñez

Teléfono gratuito al que se puede llamar de lunes a jueves entre las 9 y 17 horas, y los viernes entre las 9 y 16 horas para recibir orientaciones sobre cómo realizar denuncias.

**En casa,
¿qué pasa?**

<https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/>
Sitio web que entrega herramientas de salud mental, autocuidado y toma de decisiones responsables en períodos de cuarentena. Tiene contenido para niñas, niños y adolescentes, adultos y personas mayores.



ORIENTACIONES PARA DOCENTES

de 8º A II Medio

Orientaciones sobre las respuestas de los alumnos al cuestionario

El objetivo de este cuestionario es entregarle información útil sobre cómo están viviendo sus alumnos el período de cuarentena por el coronavirus, de manera tal que Usted pueda hacer uso de dicha información en la planificación de las actividades escolares que envía al hogar, como también para una posterior planificación del retorno a los establecimientos educacionales, y también en el caso de una eventual nueva suspensión de clases presenciales.

Proponemos dos formas para el uso de la información obtenida mediante el cuestionario:

1. La primera es realizar una interpretación de la información de manera tal que le permita formarse una idea general de las experiencias, recursos personales y estados de ánimo del grupo de alumnos de su curso. Esto lo puede lograr agrupando los resultados de sus alumnos para cada sección del cuestionario. Por ejemplo, en la primera parte de la sección “Mis emociones”, puede sumar el número de alumnos que indicó que no se ha sentido contento en todo el período en que han estado cerrados los establecimientos, o, en la sección de preguntas para apoderados, puede sumar el número de apoderados que marcó que se ha sentido sobrepasado muchas veces. En el caso de que no disponga de suficiente tiempo, le recomendamos elegir las variables que le parezcan más relevantes sobre su curso, y computar solo esas.
2. La segunda forma de usar la información de este cuestionario es para obtener una idea precisa de la experiencia que pueda estar viviendo algún estudiante en particular, para lo que le recomendamos leer sus respuestas al cuestionario completo, incluyendo la sección dirigida al apoderado, de manera en que pueda armarse una idea más integral de lo que pueda estar ocurriendo con su alumno. En este contexto, si no dispone de mucho tiempo, le recomendamos priorizar la lectura de aquellos cuestionarios respondidos por alumnos cuyo historial y escenario de potenciales dificultades es conocido por Ud. anticipadamente. Agregue a esta segunda orientación la lectura de aquellos cuestionarios respondidos por aquellos alumnos que han bajado su rendimiento a partir del cierre de los establecimientos educacionales.

Recomendaciones específicas

A continuación se presentan algunas recomendaciones más específicas a cada sección del cuestionario. Es importante que al momento de considerar estas recomendaciones realice un proceso de adaptación a su propia realidad, a la de sus alumnos y a los recursos disponibles. Por ejemplo, cuando se sugiere implementar un plenario con sus alumnos para buscar mejores estrategias para lidiar con los deberes escolares, considere los alumnos que no tienen conexión a internet. Como adaptación, podría diseñar e implementar una encuesta específica a ese tema y enviarla con las guías impresas, o cualquier otro método que a Usted le parezca viable. Por último, si no le es posible implementar las recomendaciones de forma alguna mientras estén cerrados los establecimientos, puede implementarlas cuando se retorne a las clases presenciales.

Para tener una idea general del curso

Sección “Mis emociones”

Esta pregunta entrega información sobre el estado de ánimo general de sus estudiantes, y sobre niños y niñas que podrían estar en riesgo de sufrir un trastorno del ánimo. Identifique las emociones negativas que fueron marcadas en la categoría “Muchas veces” por un número importante de sus alumnos. Por ejemplo, si más de la mitad del curso marcó “Muchas veces” en emociones como “Enojado o Molesto”, “Triste”, o “Cansado o sin energías”, sería conveniente dedicar más tiempo y esfuerzo a ofrecer oportunidades grupales para experimentar alegría (ejemplo más juegos); esperanza (ej. enfocarse en cosas positivas que se pueden extraer de la experiencia de la cuarentena); y conexión con otros (ej. trabajo en parejas o pequeños grupos compartiendo experiencias). Lo mismo aplica si más de la mitad del curso marcó “Algunas veces” o “No ha pasado” en emociones positivas.

Si pocos estudiantes marcaron “Muchas veces” en las emociones negativas, tome nota de los que muestran esos patrones, para un trabajo más individualizado.

Sección “Mi trabajo escolar”

Estas preguntas entregan un mapa de las dificultades y fortalezas que cada estudiante percibe en su propio trabajo escolar, y cómo esa percepción podría afectar su autoestima. Le sugerimos la siguiente forma de trabajar: primero, cuente cuántos estudiantes marcaron “Muchas veces” en las preguntas negativas. Las preguntas negativas son nueve. Luego cuente cuántos niños marcaron la opción “Muchas veces” en las preguntas positivas. Las preguntas positivas son cuatro. En este ejercicio, requerirán de su atención las preguntas negativas en las que más de la mitad del curso haya marcado “Muchas veces” y las preguntas positivas en las que más de la mitad del curso haya marcado “No ha pasado”.

De ser posible, le sugerimos que primero indague con el curso por qué los estudiantes creen que experimentaron estos problemas, en un plenario. Para que los niños y niñas se sientan inclinados a compartir, cuénteles que muchos otros compañeros también tuvieron el mismo problema, y pida que expliquen por qué se sentían confundidos con las fechas, por ejemplo. Reformule las dificultades en términos de habilidades modificables y estrategias que se pueden aprender, no de capacidades estables. Por ejemplo, si un estudiante dice “es que tengo mala memoria” reformule diciendo “muchas personas exitosas tienen ‘mala memoria’, y lo solucionan anotando, haciendo un calendario, o llevando una agenda.”

Explore junto a los estudiantes los recursos que puedan usar para prevenir que se repita el problema en el futuro. De ser posible, organícelos en grupos pequeños para que generen estrategias orientadas a los problemas específicos que experimentaron. En ello, evite que se centren en problemas generales como "soy desordenado", sino que en experiencias específicas como: "se me perdió el libro de inglés y no pude hacer los ejercicios".

Recuerde que las experiencias repetidas de fracaso en el trabajo autónomo en el hogar pueden afectar el autoconcepto y autoeficacia de sus estudiantes. El objetivo debe ser restablecer el sentido de control que sus estudiantes perciban sobre su propio trabajo escolar, recordarles que es natural experimentar problemas con una modalidad nueva, y que es posible mejorar. Trabajar en generar las estrategias transmite el mensaje de que es posible mejorar.

Sección "Mi hogar"

Esta parte tiene por objetivo entregar una imagen global de las situaciones problemáticas que sus estudiantes podrían estar experimentando en su hogar durante la cuarentena, y que podrían afectar a su estado de ánimo, bienestar y aprendizaje. Para el trabajo con el grupo curso, simplemente identifique las tres o cuatro que más se repiten. ¿casi todos los estudiantes marcaron que se acuestan demasiado tarde? ¿Más de la mitad marcó que no hizo ejercicio? Considere cómo esto puede afectar el regreso a la escuela. Por ejemplo, con el tema del sueño, recuérdelos la importancia del sueño a su edad, comparta estrategias para recuperar los hábitos de sueño.

Sección "Mi vida social"

Esta sección busca entregarle una idea sobre la vida social que puedan estar teniendo sus alumnos durante la pandemia. En el análisis de las respuestas será relevante tomar en cuenta las posibilidades de sus alumnos de mantener algún tipo de contacto con personas de fuera de su hogar. Por ejemplo, si sus alumnos no tienen conexión a internet, será más difícil para ellos comunicarse con sus pares.

A nivel de grupo le recomendamos que cuente el número de alumnos que marcaron "no me ha pasado" en ambas preguntas y, si corresponde a más de un tercio de los alumnos, podría buscar formas de incentivar la vida social entre ellos, considerando los medios disponibles. En caso de no contar con los recursos para que los alumnos se contacten de manera virtual, se podría aprovechar la logística de la entrega de guías impresas o cajas JUNAEB para montar un sistema de cartas entre ellos.

Esta área del cuestionario es especialmente relevante porque los vínculos que sus alumnos establezcan entre ellos y con Usted, pueden funcionar como factores protectores para aquellos niños y niñas con mayores probabilidades de desertar el colegio.

Sección “Mis responsabilidades”

Esta sección busca reunir información sobre factores en el hogar de sus alumnos que pudieran estar causándoles estrés u ocupando parte importante de su tiempo. Le recomendamos contar el número de alumnos que indica ser el responsable del cuidado de hermanos pequeños o ancianos. En el caso de que fueran más de la mitad de sus alumnos, podría adaptar las actividades de aprendizaje a estas circunstancias. Por ejemplo, podría enviarle a sus alumnos cuentos o juegos a leer o realizar con los hermanos o ancianos a su cargo.

A su vez, si el número de alumnos a cargo de limpiar o cocinar en el hogar supera a la mitad, le recomendamos también tomar en cuenta esas actividades, ya sea reevaluando la carga académica enviada o incorporando actividades de aprendizaje relacionadas a esas labores, como podrían ser recetas que incorporen los alimentos en las cajas JUNAEB y en las que el alumno deba tomar medidas, por ejemplo.

Sección “Otras preguntas”

El objetivo de esta sección es ayudarle a preparar mejor el retorno de su comunidad escolar a los establecimientos, informándose sobre la apreciación que tienen sus alumnos de la educación a distancia, en relación a la presencial y a las expectativas que tienen sobre el retorno. Si la gran mayoría de sus alumnos marca que sí le ha gustado recibir educación a distancia, le recomendamos darse el tiempo de leer por qué, ya que esa información podría ser valiosa para reevaluar las metodologías de aprendizaje que usaba en el modelo presencial.

Para identificar y trabajar con estudiantes de riesgo

La información del cuestionario también debería servirle para identificar a los estudiantes que requieren de mayor atención o de atención urgente. Aquí es importante considerar el cuestionario de manera integral, evaluando las relaciones que pueden existir entre los diferentes tipos de secciones. En general, las secciones que no se refieren a las actividades académicas, estarían señalando si existen o no ciertos factores protectores en el estudiante, que debiesen fortalecerlo a la hora de enfrentar dificultades como las de la contingencia del coronavirus. Por ejemplo, si el cuestionario de un estudiante refleja que ha tenido muchos problemas en su trabajo escolar, pero que sus emociones se han mantenido más bien positivas y que cuenta con adultos la acompañen a procesar la contingencia, esa estudiante tiene más factores protectores que otra que también haya tenido dificultades en su trabajo escolar, pero que además reporte emociones negativas, una gran carga de trabajo en el hogar o la ausencia de adultos que la acompañen a procesar esas emociones.

De ser posible, le recomendamos que evalúe los casos de niños y niñas que le parezcan especialmente negativos con el equipo psicosocial del colegio, de manera en que puedan elaborar en conjunto un plan de apoyo para esos niños y niñas. Esto podría ser a través del trabajo con sus familias, compañeros, personal del colegio o la derivación a servicios locales externos al establecimiento.

Orientaciones sobre las respuestas de los apoderados

Estas preguntas entregan un mapa de las dificultades y fortalezas de la familia para afrontar la pandemia y para apoyar el trabajo escolar de cada niño o niña. Cuente cuántos padres marcaron NO ME HA PASADO en las preguntas (Excepto en las preguntas 7, 8, 9 y 10). Si estas suman más de 15 respuestas nunca, su sugiere dar orientación a los padres para incrementar sus habilidades parentales para apoyar el desarrollo de sus hijos. En el sitio web “¿Qué pasa en la casa?” encontrará material que puede enviar a las familias (<https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/home>) También le sugerimos reforzar en sus alumnos el desarrollo de hábitos y técnicas de estudio durante la cuarentena.

En caso que responda MUCHAS VECES a las preguntas 8, 9 y/o 10, es posible que el menor esté expuesto a malos tratos, lo que requiere una entrevista individual con los padres y derivarlos a una agencia que esté encargada de tratar la violencia doméstica en su comuna. También dar aviso al director y al equipo psicosocial del establecimiento, y monitorizar que se sigan las indicaciones.

Se sugiere que los padres vean el canal “*En casa qué pasa*”, que tiene recomendaciones para abordar de buena manera el confinamiento de los niños y jóvenes.

**(CADA ESTABLECIMIENTO DEBE COMPLETAR CON
LOS TELÉFONOS RELEVANTES)**

CUESTIONARIO PARA ALUMNOS

de III y IV Medio

I. IDENTIFICACIÓN

Nombre: _____

Curso: _____

II. MIS EMOCIONES DURANTE LA CUARENTENA

Instrucción:

1. A continuación, marca con una X la opción que más representa como te has sentido durante la cuarentena. No hay respuestas correctas o incorrectas.

Emoción:	Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
Alegre			
Aburrido			
Preocupado			
Triste			
Enojado			
Solo			
Entusiasmado			
Cansado			
Nervioso			
Molesto			
Asustado			
Ansioso			

Instrucción:

2. Lee atentamente y completa las siguientes frases:

Esta cuarentena la he pasado con:

He echado de menos a:

Las tres mejores cosas que me han pasado son:

Lo más difícil de esta cuarentena ha sido:

Lo más aburrido que he tenido que hacer es:

Lo que más me está preocupando es:

Lo que más me gustaría que se mantuviera cuando se acabe la cuarentena es:

III. MI TRABAJO ESCOLAR

Instrucción: Responde estas preguntas en base a tu trabajo escolar en casa durante el período sin clases presenciales. Para cada consulta, marca, según te ocurre: “Muchas veces”, “Algunas veces”, o “No me ha pasado”.

Ejemplo: En la frase dice “Se me olvida tomar desayuno”, si casi todos los días se te olvida tomar desayuno, marca “Muchas veces.” Si sólo unas pocas veces se te ha olvidado tomar desayuno, marca “Algunas veces.” Si nunca se te olvida tomar desayuno, marca “No me ha pasado.”

1º Parte

Preguntas:	Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
Me he sentido confundido/a sobre qué tareas y guías tengo que hacer o para cuándo son.			
Puedo hacer las guías que me mandan rápido y sin problema.			
No entiendo la materia que explica el profesor o la profesora online (si no has tenido clases online, no respondas).			
Termino el día con todos mis objetivos y tareas cumplidos.			
Se me olvidan las fechas de las tareas, las clases, o las pruebas.			
Planifico mi trabajo escolar del día o de la semana, y sigo mi plan.			
Me cuesta concentrarme en mi trabajo escolar.			
No sé cómo organizarme para hacer todas mis tareas y guías.			
Sé muy bien qué tengo que hacer y para cuándo es cada cosa.			
No me alcanza el tiempo para hacer todo lo que me mandan del colegio.			
Las guías que me mandan son muy difíciles.			
Puedo trabajar y estudiar sin distraerme.			
Me preocupo por no estar entendiendo las guías, las lecturas, o las clases.			
Tengo un buen sistema para planificar mi trabajo escolar.			
Necesito que mis compañeros o padres me recuerden lo que tengo que hacer.			

2º Parte

¿Cuáles de estas situaciones te han causado problemas durante el tiempo en que no has podido ir al colegio? Marca todas las que sean un problema para ti.

Preguntas:	Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
Somos muchas personas en mi casa.			
Nadie en mi casa tiene mucho tiempo para ayudarme con las tareas del colegio.			
No tengo muy buena internet o dónde conectarme.			
Me cuesta hablar de mis preocupaciones con mi familia.			
Me tengo que quedar solo/sola muchas horas.			
Me cuesta organizar mi tiempo de estudios.			
Me acuesto demasiado tarde o me cuesta dormirme.			
No he podido hacer actividad física.			
No he podido ver a mis amigos o amigas.			
Mi alimentación (comes mucha comida chatarra o comes mucho o muy poco).			
Otras (escribe en el espacio) <hr/> <hr/> <hr/>			

IV. MI VIDA SOCIAL

Instrucción: Primero, responde a las siguientes dos preguntas sobre la frecuencia con la que te has contactado con tus amigos/as. Si lo que se pregunta ha ocurrido frecuentemente, marca una "x" en "muchas veces", si ha ocurrido pero pocas veces, marca una "x" en "algunas veces", y si no ha ocurrido, marca una "x" en "no ha pasado". Luego responde a la tercera pregunta marcando una "x" a la derecha de las frases que mejor describan cómo te sientes.

Pregunta:	Muchas Veces	Algunas veces	No me ha pasado
¿Con qué frecuencia te has comunicado con un amigo o amiga durante la cuarentena para conversar cosas personales (no del colegio)?			
¿Con qué frecuencia te has reunido virtualmente con un grupo de amigos o amigas durante la cuarentena con fines recreativos (no por temas del colegio)?			

¿Cuál de estas frases describe mejor cómo te has sentido respecto de tus amigos y amigas durante el cierre de los colegios? Marca con una "x" a la derecha de todas las frases que describen cómo te sientes.

Ha sido muy difícil para mí no poder ver a mis amigos o amigas presencialmente.	
Me he comunicado regularmente con mis amigos/as, pero no es lo mismo que vernos de manera presencial.	
Me he comunicado mucho con mis amigos/as, así que la cuarentena no ha afectado a nuestra amistad.	
Ha sido un alivio no tener que ver ni hablar con nadie durante este tiempo.	
Me he sentido excluido/a porque pienso que chatean y se juntan virtualmente sin mí.	

V. MIS RESPONSABILIDADES

Instrucción: Lee la pregunta y marca con una “x” tu respuesta

Pregunta:	Tú	Otra persona
1. Durante el período sin clases presenciales ¿Quién fue el o la principal responsable de cuidar a los niños pequeños que viven en tu casa? (el principal responsable es el que se queda solo con los niños, cuida que no se hagan daño, los entretiene y les da la comida)		
	Sí	No
2. Si el principal responsable de cuidar a los niños pequeños fue otra persona, ¿Tú le ayudabas a esa persona?		
	Sí	No
	Tú	Otra persona
3. Durante el período sin clases presenciales ¿Quién fue el o la principal responsable de limpiar la casa?		
	Sí	No
4. Si el principal responsable de limpiar la casa fue otra persona, ¿Tú le ayudabas a esa persona?		
	Sí	No
	Tú	Otra persona
5. Durante el período sin clases presenciales ¿Quién fue el o la principal responsable de cocinar?		
	Sí	No
6. Si el principal responsable de cocinar fue otra persona, ¿Tú le ayudabas a esa persona?		

	Tú	Otra persona
7. Durante el período sin clases presenciales ¿Quién fue el o la principal responsable de cuidar a los ancianos que viven en tu casa?		

	Sí	No
8. Si el principal responsable de cuidar a los ancianos fue otra persona, ¿Tú le ayudabas a esa persona?		

VI. PREGUNTAS ABIERTAS

	Sí	No
1. ¿Te ha gustado recibir educación a distancia (guías, clases a través de video, trabajar por tu cuenta)?		
Si marcaste "sí", ¿por qué te gustó aprender desde tu casa?		

	Sí	No
2. Cuando los colegios vuelvan a abrir, ¿te gustaría seguir recibiendo educación en tu casa?		

3. ¿Cómo te imaginas que tu colegio podría seguir apoyando tu educación en la casa?

4. Cuando te toque volver al colegio presencialmente, ¿qué te gustaría que hicieran tus profesores?

5. Cuando te toque volver al colegio presencialmente, ¿qué te gustaría hacer en el colegio los primeros días?

VII. SOBRE MI FUTURO

Por favor responde o marca la respuesta que más te represente a las siguientes preguntas:

¿Qué opción representa más el plan que tienes para cuando egreses de IV Medio?

- Trabajar
- Rendir la prueba de ingreso a la universidad y postular a estudios superiores
- Postular a estudios superiores que no requieran de la prueba de ingreso a la universidad
- No lo sé todavía
- Otro, especifique: _____

¿Cómo crees tú que tu colegio te puede ayudar a concretar estos planes?

800 200 818
Fono infancia

Servicio gratuito, confidencial y de cobertura nacional, atendido por especialistas en temas de infancia y familia. Busca dar apoyo en temas de crianza a las familias. Funciona de lunes a viernes entre 8:30 y 21:00.

1515
Línea Libre
Fundación para la
Confianza

Teléfono gratuito al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar de lunes a sábado entre las 10 y 22 horas, y ser atendidos por un psicólogo o psicóloga que les dará orientación sobre sus preocupaciones.

147
Fono Niño
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar a cualquier hora del día o de la noche para hacer preguntas, denunciar abusos y pedir apoyo o auxilio.

149
Fono Familia
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche para pedir orientación, ayuda o denunciar.

134
Policía de
Investigaciones
(PDI)

Teléfono al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche.

600 400 0101
Denuncia seguro

Teléfono gratuito al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche y en el que no se solicitan los datos de la persona que llama ni se graban las conversaciones, por lo que es 100% anónimo, y se pueden denunciar cualquier tipo de delitos.

+56224979600
Defensoría
de la niñez

Teléfono gratuito al que se puede llamar de lunes a jueves entre las 9 y 17 horas, y los viernes entre las 9 y 16 horas para recibir orientaciones sobre cómo realizar denuncias.

**En casa,
¿qué pasa?**

<https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/>
Sitio web que entrega herramientas de salud mental, autocuidado y toma de decisiones responsables en períodos de cuarentena. Tiene contenido para niñas, niños y adolescentes, adultos y personas mayores.

CUESTIONARIO PARA APODERADOS

de III y IV Medio

I. IDENTIFICACIÓN

Nombre de apoderado/a: _____

Nombre del alumno/a: _____

Fecha de nacimiento del apoderado/a: _____

Sexo del apoderado/a: _____

Marque con una cruz en la opción que corresponda a su relación con el alumno:

Padre o Madre

Abuelo o Abuela

Tío o Tía

Hermano o Hermana

Otro (Por favor especifique): _____

II. CUESTIONARIO

Instrucción: Por favor marque para cada afirmación si ésta ha ocurrido “Muchas veces”, “Algunas veces” o “No me ha pasado”.

Por ejemplo, en la frase dice “En mi familia todos cooperamos con los quehaceres domésticos”, si casi todos los días ocurre, marca “Muchas veces.” Si sólo unas pocas veces ha ocurrido, marca “Algunas veces.” Si nunca ocurre, marca “No me ha pasado.”

Descriptor:	Muchas veces	Algunas veces	No me ha pasado
1 Ayudo a mis hijos a organizar y seguir una rutina diaria.			
2 Mis hijos tienen una hora definida para levantarse y otra para acostarse.			
3 En mi familia todos cooperamos con los quehaceres domésticos.			
4 Hemos organizado nuestras actividades para compartir al menos los tiempos de comidas (almuerzo, once/cena).			
5 Mi familia ha experimentado importantes cambios con la pandemia de COVID19. (Por ejemplo, ha fallecido un familiar o han disminuido los ingresos).			
6 Tengo el suficiente apoyo para sacar adelante a mi familia durante esta pandemia.			
7 Tengo miedo a perder mi trabajo producto de la pandemia.			
8 Estoy sobrepasado/a intentando balancear el teletrabajo con las labores del hogar.			
9 En situaciones conflictivas siento que no puedo controlarme y tengo el impulso de agredir a mis hijos (física o psicológicamente).			
10 He agredido (física o psicológicamente) a mis hijos.			
11 Dedico un tiempo a diario para relajarme y descansar de mis deberes.			
12 Dedico un espacio del día para hablar con mis hijos.			
13 Tengo tiempo suficiente para compartir con mis hijos.			
14 Fomento la expresión de emociones y opiniones en mi familia.			
15 Felicito a mis hijos cada vez que hacen algo bien.			
16 Mantengo contacto frecuente con el colegio para informarme de recursos para las familias durante este periodo de aislamiento social (entrega de guías, reparto de alimentación, plataformas digitales de aprendizaje...)			
17 Conozco los contenidos de aprendizaje y las tareas escolares de mis hijos.			
18 Establezco en conjunto con el profesor los objetivos de aprendizaje de mis hijos durante este tiempo de educación a distancia.			

Descriptor:		Muchas veces	Algunas veces	No me ha pasado
19	Le pregunto al profesor por la evolución de mis hijos en este periodo de aislamiento.			
20	Siento que puedo plantear mis inquietudes y dificultades al personal de la escuela (profesores, equipo directivo...)			
21	Participo regularmente de reuniones virtuales y otras instancias propuestas por la comunidad escolar.			
22	Ayudo a mis hijos a construir una rutina de estudio.			
23	Mis hijos tienen un espacio tranquilo en que puedan hacer sus tareas escolares.			
24	Cuento con los materiales (computador, internet, artículos de oficina...) necesarios para que mis hijos hagan sus tareas escolares.			
25	Me siento capaz de apoyar a mis hijos en sus tareas escolares.			
26	Me hago un tiempo para ayudar a mis hijos a hacer sus tareas escolares.			
27	En mi hogar hay otras personas que puedan ayudar a mis hijos a hacer sus tareas escolares.			
28	La cantidad de tareas escolares que reciben mis hijos a diario me parece adecuada.			
29	Les ayudo a mis hijos a organizar sus actividades escolares cuando ellos lo requieren.			
30	Pese a la cuarentena he intentado que mis hijos mantengan sus vínculos más cercanos (mediante redes sociales, llamados telefónicos, videollamadas, etc.)			
31	Refuerzo en mi familia las reglas, normas y expectativas de conducta para fomentar un clima de convivencia agradable.			
32	Conozco e intento potenciar los intereses, talentos y habilidades de mis hijos durante el aislamiento.			
33	Veó con mis hijos series y programas de televisión o escuchamos podcast o música y los comentamos después.			

(CADA ESTABLECIMIENTO DEBE COPIAR LOS CENTROS DE AYUDA PARA LAS FAMILIAS LOCALES)

800 200 818
Fono infancia

Servicio gratuito, confidencial y de cobertura nacional, atendido por especialistas en temas de infancia y familia. Busca dar apoyo en temas de crianza a las familias. Funciona de lunes a viernes entre 8:30 y 21:00.

1515
Línea Libre
Fundación para la
Confianza

Teléfono gratuito al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar de lunes a sábado entre las 10 y 22 horas, y ser atendidos por un psicólogo o psicóloga que les dará orientación sobre sus preocupaciones.

147
Fono Niño
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que niños, niñas y adolescentes pueden llamar a cualquier hora del día o de la noche para hacer preguntas, denunciar abusos y pedir apoyo o auxilio.

149
Fono Familia
de Carabineros

Teléfono gratuito y confidencial al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche para pedir orientación, ayuda o denunciar.

134
Policía de
Investigaciones
(PDI)

Teléfono al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche.

600 400 0101
Denuncia seguro

Teléfono gratuito al que se puede llamar a cualquier hora del día o de la noche y en el que no se solicitan los datos de la persona que llama ni se graban las conversaciones, por lo que es 100% anónimo, y se pueden denunciar cualquier tipo de delitos.

+56224979600
Defensoría
de la niñez

Teléfono gratuito al que se puede llamar de lunes a jueves entre las 9 y 17 horas, y los viernes entre las 9 y 16 horas para recibir orientaciones sobre cómo realizar denuncias.

**En casa,
¿qué pasa?**

<https://sites.google.com/view/en-casa-que-pasa/>
Sitio web que entrega herramientas de salud mental, autocuidado y toma de decisiones responsables en períodos de cuarentena. Tiene contenido para niñas, niños y adolescentes, adultos y personas mayores.



ORIENTACIONES PARA DOCENTES

de III y IV Medio

Orientaciones sobre las respuestas de los alumnos al cuestionario

El objetivo de este cuestionario es entregarle información útil sobre cómo están viviendo sus alumnos el período de cuarentena por el coronavirus, de manera tal que Usted pueda hacer uso de dicha información en la planificación de las actividades escolares que envía al hogar, como también para una posterior planificación del retorno a los establecimientos educacionales, y en el caso de una eventual nueva suspensión de clases presenciales.

Proponemos dos formas para el uso de la información obtenida mediante el cuestionario:

1. La primera es realizar una interpretación de la información de manera tal que le permita formarse una idea general de las experiencias, recursos personales y estados de ánimo del grupo de alumnos de su curso. Esto lo puede lograr agrupando los resultados de sus alumnos para cada sección del cuestionario. Por ejemplo, en la primera parte de la sección “Mis emociones”, puede sumar el número de alumnos que indicó que no se ha sentido contento en todo el período en que han estado cerrados los establecimientos, o, en la sección de preguntas para apoderados, puede sumar el número de apoderados que marcó que se ha sentido sobrepasado muchas veces. En el caso de que no disponga de suficiente tiempo, le recomendamos elegir las variables que le parezcan más relevantes sobre su curso, y computar solo esas.
2. La segunda forma de usar la información de este cuestionario es para obtener una idea precisa de la experiencia que pueda estar viviendo algún estudiante en particular, para lo que le recomendamos leer sus respuestas al cuestionario completo, incluyendo la sección dirigida al apoderado, de manera en que pueda armarse una idea más integral de lo que pueda estar ocurriendo con su alumno. En este contexto, si no dispone de mucho tiempo, le recomendamos priorizar la lectura de aquellos cuestionarios respondidos por alumnos cuyo historial y escenario de potenciales dificultades es conocido por Ud. anticipadamente. Agregue a esta segunda orientación la lectura de aquellos cuestionarios respondidos por aquellos alumnos que han bajado su rendimiento a partir del cierre de los establecimientos educacionales.

Recomendaciones específicas

A continuación se presentan algunas recomendaciones más específicas a cada sección del cuestionario. Es importante que al momento de considerar estas recomendaciones realice un proceso de adaptación a su propia realidad, a la de sus alumnos y a los recursos disponibles. Por ejemplo, cuando se sugiere implementar un plenario con sus alumnos para buscar mejores estrategias para lidiar con los deberes escolares, considere los alumnos que no tienen conexión a internet. Como adaptación, podría diseñar e implementar una encuesta específica a ese tema y enviarla con las guías impresas, o cualquier otro método que a Usted le parezca viable. Por último, si no le es posible implementar las recomendaciones de forma alguna mientras estén cerrados los establecimientos, puede implementarlas cuando se retorne a las clases presenciales.

Para tener una idea general del curso

Sección “Mis emociones”

Esta pregunta entrega información sobre el estado de ánimo general de sus estudiantes, y sobre niños y niñas que podrían estar en riesgo de sufrir un trastorno del ánimo. Identifique las emociones negativas que fueron marcadas en la categoría “Muchas veces” por un número importante de sus alumnos. Por ejemplo, si más de la mitad del curso marcó “Muchas veces” en emociones como “Enojado o Molesto”, “Triste”, o “Cansado o sin energías”, sería conveniente dedicar más tiempo y esfuerzo a ofrecer oportunidades grupales para experimentar alegría (ejemplo más juegos); esperanza (ej. enfocarse en cosas positivas que se pueden extraer de la experiencia de la cuarentena); y conexión con otros (ej. trabajo en parejas o pequeños grupos compartiendo experiencias). Lo mismo aplica si más de la mitad del curso marcó “Algunas veces” o “No ha pasado” en emociones positivas.

Si pocos estudiantes marcaron “Muchas veces” en las emociones negativas, tome nota de los que muestran esos patrones, para un trabajo más individualizado.

Sección “Mi trabajo escolar”

Estas preguntas entregan un mapa de las dificultades y fortalezas que cada estudiante percibe en su propio trabajo escolar, y cómo esa percepción podría afectar su autoestima. Le sugerimos la siguiente forma de trabajar: primero, cuente cuántos estudiantes marcaron “Muchas veces” en las preguntas negativas. Las preguntas negativas son nueve. Luego cuente cuántos niños marcaron la opción “Muchas veces” en las preguntas positivas. Las preguntas positivas son cuatro. En este ejercicio, requerirán de su atención las preguntas negativas en las que más de la mitad del curso haya marcado “Muchas veces” y las preguntas positivas en las que más de la mitad del curso haya marcado “No ha pasado”.

De ser posible, le sugerimos que primero indague con el curso por qué los estudiantes creen que experimentaron estos problemas en un plenario. Para que los estudiantes se sientan inclinados a compartir, cuénteles que muchos otros compañeros también tuvieron el mismo problema, y pida que expliquen por qué se sentían confundidos con las fechas, por ejemplo. Reformule las dificultades en términos de habilidades modificables y estrategias que se pueden aprender, no de capacidades estables. Por ejemplo, si un estudiante dice “es que tengo mala memoria” reformule diciendo “muchas personas exitosas tienen ‘mala memoria’, y lo solucionan anotando, haciendo un calendario, o llevando una agenda.”

Explore junto a los estudiantes los recursos que puedan usar para prevenir que se repita el problema en el futuro. De ser posible, organícelos en grupos pequeños para que generen estrategias orientadas a los problemas específicos que experimentaron. En ello, evite que se centren en problemas generales como “soy desordenado”, sino que en experiencias específicas como: “se me perdió el libro de inglés y no pude hacer los ejercicios”.

Recuerde que las experiencias repetidas de fracaso en el trabajo autónomo en el hogar pueden afectar el autoconcepto y autoeficacia de sus estudiantes. El objetivo debe ser restablecer el sentido de control que sus estudiantes perciban sobre su propio trabajo escolar, recordarles que es natural experimentar problemas con una modalidad nueva, y que es posible mejorar. Trabajar en generar las estrategias transmite el mensaje de que es posible mejorar.

Sección “Mi hogar”

Esta parte tiene por objetivo entregar una imagen global de las situaciones problemáticas que sus estudiantes podrían estar experimentando en su hogar durante la cuarentena, y que podrían afectar a su estado de ánimo, bienestar y aprendizaje. Para el trabajo con el grupo curso, simplemente identifique las tres o cuatro que más se repiten. ¿Casi todos los estudiantes marcaron que se acuestan demasiado tarde? ¿Más de la mitad marcó que no hizo ejercicio? Considere cómo esto puede afectar el regreso a la escuela. Por ejemplo, con el tema del sueño, recuérdelos la importancia del sueño a su edad, comparta estrategias para recuperar los hábitos de sueño.

Sección “Mi vida social”

Esta sección busca entregarle una idea sobre la vida social que puedan estar teniendo sus alumnos durante la pandemia. En el análisis de las respuestas será relevante tomar en cuenta las posibilidades de sus alumnos de mantener algún tipo de contacto con personas de fuera de su hogar. Por ejemplo, si sus alumnos no tienen conexión a internet, será más difícil para ellos comunicarse con sus pares.

A nivel de grupo le recomendamos que cuente el número de alumnos que marcaron “no me ha pasado” en ambas preguntas y, si corresponde a más de un tercio de los alumnos, podría buscar formas de incentivar la vida social entre ellos, considerando los medios disponibles. En caso de no contar con los recursos para que los alumnos se contacten de manera virtual, se podría aprovechar la logística de la entrega de guías impresas o cajas JUNAEB para montar un sistema de cartas entre ellos.

Esta área del cuestionario es especialmente relevante porque los vínculos que sus alumnos establezcan entre ellos y con usted, pueden funcionar como factores protectores para aquellos niños y niñas con mayores probabilidades de desertar el colegio.

Sección “Mis responsabilidades”

Esta sección busca reunir información sobre factores en el hogar de sus alumnos que pudieran estar causándoles estrés u ocupando parte importante de su tiempo. Le recomendamos contar el número de alumnos que indica ser el responsable del cuidado de hermanos pequeños o ancianos. En el caso de que fueran más de la mitad de sus alumnos, podría adaptar las actividades de aprendizaje a estas circunstancias. Por ejemplo, podría enviarle a sus alumnos cuentos o juegos a leer o realizar con los hermanos o ancianos a su cargo.

A su vez, si el número de alumnos a cargo de limpiar o cocinar en el hogar supera a la mitad, le recomendamos también tomar en cuenta esas actividades, ya sea reevaluando la carga académica enviada o incorporando actividades de aprendizaje relacionadas a esas labores, como podrían ser recetas que incorporen los alimentos en las cajas JUNAEB y en las que el alumno deba tomar medidas, por ejemplo.

Sección “Preguntas abiertas”

El objetivo de esta sección es ayudarlo a preparar mejor el retorno de su comunidad escolar a los establecimientos, informándose sobre la apreciación que tienen sus alumnos de la educación a distancia, en relación a la presencial, y a las expectativas que tienen sobre el retorno. Si la gran mayoría de sus alumnos marca que sí le ha gustado recibir educación a distancia, le recomendamos darse el tiempo de leer por qué, ya que esa información podría ser valiosa para reevaluar las metodologías de aprendizaje que usaba en el modelo presencial.

Sección “Sobre mi futuro”

Los resultados de esta sección le permitirán conocer los planes de sus alumnos para los siguientes años, y evaluar que tipo de apoyo puede darles en su concreción.

Para identificar y trabajar con estudiantes de riesgo

La información del cuestionario también debería servirle para identificar a los estudiantes que requieren de mayor atención o de atención urgente. Aquí es importante considerar el cuestionario de manera integral, evaluando las relaciones que pueden existir entre los diferentes tipos de secciones. En general, las secciones que no se refieren a las actividades académicas, estarían señalando si existen o no ciertos factores protectores en el estudiante, que debiesen fortalecerlo a la hora de enfrentar dificultades como las de la contingencia del coronavirus. Por ejemplo, si el cuestionario de un estudiante refleja que ha tenido muchos problemas en su trabajo escolar, pero que sus emociones se han mantenido más bien positivas y que cuenta con adultos la acompañen a

procesar la contingencia, esa estudiante tiene más factores protectores que otra que también haya tenido dificultades en su trabajo escolar, pero que además reporte emociones negativas, una gran carga de trabajo en el hogar o la ausencia de adultos que la acompañen a procesar esas emociones.

De ser posible, le recomendamos que evalúe los casos de niños y niñas que le parezcan especialmente negativos con el equipo psicosocial del colegio, de manera en que puedan elaborar en conjunto un plan de apoyo para esos niños y niñas. Esto podría ser a través del trabajo con sus familias, compañeros, personal del colegio o la derivación a servicios locales externos al establecimiento.

Orientaciones sobre las respuestas de los apoderados

Estas preguntas entregan un mapa de las dificultades y fortalezas de la familia para afrontar la pandemia y para apoyar el trabajo escolar de cada niño o niña. Cuenten cuántos padres marcaron NO ME HA PASADO en las preguntas (Excepto en las preguntas 7,8,9 y 10). Si estas suman más de 15 respuestas nunca, se sugiere dar orientación a los padres para incrementar sus habilidades parentales para apoyar el desarrollo de sus hijos. También se sugiere reforzar en sus alumnos el desarrollo de hábitos y técnicas de estudio durante la cuarentena.

En caso que responda MUCHAS VECES a las preguntas 8, 9 y/o 10, es posible que el menor esté expuesto a malos tratos, lo que requiere una entrevista individual con los padres y derivarlos a una agencia que esté encargada de tratar la violencia doméstica en su comuna. También dar aviso al director y al equipo psicosocial del establecimiento, y monitorizar que se sigan las indicaciones.

Se sugiere que los padres vean el canal *“En casa qué pasa”*, que tiene recomendaciones para abordar de buena manera el confinamiento de los niños y jóvenes.

**(CADA ESTABLECIMIENTO DEBE COMPLETAR CON
LOS TELÉFONOS RELEVANTES)**