

Mesa Salud Mental

2nda Temporada

Objetivos:

- Potenciar el ebook a través de feedback de los maestros y coordinadores de tutoría
- Escalar la solución digital e interactiva a toda la región de Huancaavelica



**Perú sin
Brechas**



Nuestro equipo



Romina La Madrid
Fundadora de PSB



Andrea Chiriboga
Líder de mesa



Macarena Kruger
Consultor voluntario



Nicole Busch
Consultor voluntario



Analucia Susaya
Consultor voluntario



Maria José Lisboa
Consultor voluntario

Relevamiento de información

Entrevistas a docentes, auxiliares, coordinadores de tutoría, y otros agentes clave en las instituciones educativas de Huancavelica

Instituciones educativas:

- Ricardo Palma Soriano
- Manuel Gonzales Prada
- I.E.T. Daniel Alcides Carrión
- Santa Isabel
- Francisca Diez Canseco de Castilla
- José María Arguedas
- Enrique Guzmán y Valle
- José Carlos Mariategui
- Occoro Viejo
- I.E.T. Micaela Bastidas Puyucahua
- I.E. Los Ángeles de Carahuasa
- I.E. Jose Galvez Egusquiza



BICENTENARIO
PERÚ 2021

Segunda Temporada

- 15 entrevistas vía WhatsApp (llamadas y notas de voz) y Google Forms
- No todas se pudieron realizar porque la mayoría de los docentes no había recibido el e-book

Guía de entrevista al docente

INTRODUCCIÓN

“Hola! soy (*nombre*) y formo parte del equipo de PSB. La maestra **Reyne, coordinadora de la UGEL en Huanavelica** nos dió tu número para que nos ayudes brevemente con tu experiencia sobre temas de ansiedad en la adolescencia. Nos podrías dar 5 minutos de tu tiempo por favor, te lo agradeceríamos un montón”.

PREGUNTAS

- ¿Nos podrías compartir alguna situación donde se presentan temas de ansiedad con sus alumnos?
- ¿Has utilizado el libro digital sobre temas de la ansiedad en adolescencia?

DOS POSIBLES RESPUESTAS

SÍ

- Si ¿cómo fue la experiencia? ¿En qué situaciones? ¿Te pareció fácil entender la información?
- ¿Qué parte te llama más la atención de la herramienta?
- ¿Qué consideras que le faltaría a la herramienta?
- ¿Qué cambiarías?
- ¿Qué recursos hacen falta? ¿Cómo podemos ayudar?
- Si tuvieras la oportunidad de recibir una capacitación sobre temas de ansiedad, ¿sobre qué tema te gustaría?

NO

Si no lo ha utilizado, presentar la herramienta a través de:

- [Link](#)
- Banner con link

Volver a llamar unos días después para el seguimiento



Hallazgos

- No muchos coordinadores de tutoría o maestros han utilizado la herramienta
- El estigma en cuanto a temas de salud mental está presente y en muchos casos es difícil para los docentes reconocer que hay casos de ansiedad



- Mejorar la estrategia de distribución
- Aprovechar que aún no la han utilizado, para realizar una capacitación sobre la herramienta para obtener un feedback más representativo y con eso poder hacer las mejoras a la herramienta.

- A los maestros o coordinadores que sí la han usado...



- Les gustan los ejercicios que pueden hacer en clase con los alumnos
- Buscan que sea más interactiva y didáctica (más videos)
- Involucrar a los padres de familia

Estrategia de distribución

- La manera más rápida y conveniente para los docentes es a través de WhatsApp mediante los grupos que mantienen con sus equipos.
- No revisan de manera continua sus mails y tener una versión en flipsnack - revista interactiva genera confusión.

www.perusinbrechas.com

GUÍA DIGITAL PARA EL DOCENTE

EDUCACIÓN EN SALUD MENTAL
COMBATIENDO LA ANSIEDAD

Guía psico-educativa desarrollada para la prevención y promoción de cuadros de ansiedad en alumnos de primaria y secundaria

PARA VER LA HERRAMIENTA:
[CLICK AQUÍ](#)

¿Quiénes somos?
SOMOS UNA ONG QUE IMAGINA
Y ACCIONA POR UN
PERÚ SIN BRECHAS

Capacitación de la herramienta

¿Por qué es importante hablar sobre salud mental?

La salud mental es igual de importante que nuestra salud física. Esto quiere decir que si estamos atravesando alguna dificultad, debemos pedir ayuda.

¿Por qué no se habla tanto de los problemas de la salud mental?

Históricamente, se creía que ir al psicólogo, acudir a un consejero, o simplemente pedir ayuda emocional era para "locos".

Sin embargo, está comprobado que **TODOS** podemos experimentar **desregulación emocional** y problemas psicológicos.

Todos necesitamos un espacio para compartir cómo nos sentimos y poder ser escuchados. **No** debemos **minimizar** los síntomas que una persona experimenta. Si detectamos alguna acción/situación que nos afecta...

Para evitar el efecto espejo infinito, no compartas la pantalla completa ni la ventana del navegador entera. Comparte una sola pestaña o una ventana diferente.

Dejar de presentar | Ignorar

Participants: Macarena K..., Sonia Ramos, Andrea Chirib..., nicole Bc, Margarita Palo..., Donato Aponte..., Maria Jose Lisb..., Analucia Melan..., Cancio Olarte..., Maruska Gorme..., 2 más, Tú

23:08 | Capacitación - Mesa Salud Mental

- Estigma salud mental
- Uso de mascarilla
- Rol de redes sociales
- Involucramiento con padres de familia

Se realizó una capacitación a 14 docentes de la institución Santa Isabel

GUÍA DIGITAL PARA EL DOCENTE
EDUCACIÓN EN SALUD MENTAL
COMBATIENDO LA ANSIEDAD

Una guía digital para docentes para la prevención y promoción de cuadros de ansiedad de estudiantes de primaria y secundaria.

PARA VER LA HERRAMIENTA: **CLICkea AQUÍ**

¿Quiénes somos?
SOMOS UN OSO QUE SE MUEVE Y PROCEDE POR SU PROPIA MANERA.

Participants: Macarena K..., Andrea Chirib..., J..., W..., M..., D..., A..., M...



Próximos pasos

- Entrevistas individuales a alumnxs de la institución
- Entrevistas individuales a docentes para recoger casos reales - salud mental
- Desarrollo de propuesta a Musa para diseñar una capacitación -microlearning vía WhatsApp
- Incluir videos interactivos - casos reales