

Orientaciones técnicas

**Unidad de Bienestar Estudiantil**

Preuniversitario José Carrasco Tapia

# Introducción

El Preuniversitario José Carrasco Tapia tiene por objetivo entregar preparación académica a las, los y les estudiantes que aspiran a ingresar a la educación superior chilena y que no cuentan con los recursos para financiar un preuniversitario pagado. A raíz de lo anterior, la implementación de la Unidad de Bienestar Estudiantil busca complementar de manera sistemática los diversos procesos que convergen al momento de acceder a dicha educación superior.

La UBE surge en respuesta a la identificación de mecanismos de discriminación y segregación anexos a la desigualdad económica, que afectan fuertemente el bienestar de las personas que preparan una prueba estandarizada en una situación de desventaja sistémica. Las Orientaciones Técnicas presentadas a continuación definen el marco de trabajo correspondiente a la Unidad de Bienestar Estudiantil (UBE) del Preuniversitario José Carrasco Tapia (PreuJCT).

El objetivo de este documento es delinear la dirección del proyecto, estableciendo los límites de acción de sus participantes y generando propuestas de intervención para la comunidad estudiantil del PreuJCT. El documento está estructurado de la siguiente manera: El primer capítulo, *‘Objetivos de la Unidad de Bienestar’*, detalla los ejes principales que guían el quehacer de la unidad y desde los cuales se destilan las distintas actividades, capacitaciones e intervenciones realizadas por ésta.

En el siguiente capítulo, *‘Integración de voluntaries’*, se presenta un listado de instrucciones a seguir cuando se lleve a cabo el proceso de reclutamiento de voluntaries para ser parte de la UBE, el apartado incluye tanto requisitos para postular, como también el procedimiento que se debe llevar durante las entrevistas a realizar con los postulantes. Además de una indicación para las nuevas personas que se integren a la unidad.

En *‘Capacitación y formación continua’* se describe la forma en que las distintas personas que componen el proyecto, las cuales provienen de diferentes disciplinas y enfoques, aportarán desde su formación y experiencia al enriquecimiento del equipo, la generación e implementación de actividades, la actualización de orientaciones técnicas, capacitaciones entre pares, entre otros. Este sistema de formación continua busca generar un espacio de formación práctica y teórica a quienes compongan la UBE. Además, se detallan las temáticas de formación que dan paso a la realización de actividades posteriores.

En el apartado *‘Temáticas’*, se presentan y detallan en un listado las temáticas a abordar en las actividades que realice la UBE para la comunidad estudiantil, estas se encuentran ordenadas respecto a la prioridad que se le dará a cada una.

En el apartado posterior, *‘Propuestas de Actividades’*, se detallan los materiales necesarios y las tareas a realizar por cada uno de los integrantes de la Unidad para llevar a cabo las diferentes actividades que se vaya a realizar respectivamente para cada temática mencionada en el capítulo anterior.

En el capítulo de *‘Metodología de vinculación y acompañamiento’* se detallan las líneas de acción de la UBE, el tipo de actividades que se realizarán, las funciones de la Unidad y sus focos de atención.

De manera anexa a las orientaciones técnicas, debido a las condiciones socioeconómicas de los estudiantes del PreuJCT, existe la posibilidad de que surjan o se detecten situaciones

complejas de vulneración, conductas riesgosas o maltrato. Para lidiar con estas situaciones responsablemente, es decir, respetando el derecho a la privacidad de la persona afectada, evitando la revictimización de ésta y manteniendo el autocuidado de las personas de la UBE, se define el *'Protocolo de acción frente a situaciones complejas'*.

# I. **Objetivos de la Unidad de Bienestar Estudiantil**

## **Objetivo general:**

Facilitar educación psico-emocional y socio-educativa a estudiantes del preuniversitario José Carrasco Tapia (PreuJCT) a través de la creación de una comunidad estudiantil guiada por profesionales y estudiantes de las ciencias sociales y de la educación, en la Facultad de Ciencias Físicas y Matemáticas de la Universidad de Chile o de manera virtual, según contingencia.

## **Objetivos específicos:**

Generar mecanismo de traspaso de información relacionada al ámbito vocacional tales como: procesos de rendición de la Prueba de Admisión a la Educación Superior, financiamiento y beneficios estudiantiles, y orientación vocacional, realizadas por medio de encuentros grupales presenciales en la FCFM, o virtuales según contingencia.

Generar instancias y fomentar capacidades psicoeducativas relacionadas a la salud mental en el contexto escolar, generadas por medio de encuentros grupales presenciales en la FCFM, o virtuales según contingencia.

Proponer y promover diversas técnicas y métodos de estudio en pos de favorecer a los estudiantes del Preu JCT en su proceso de estudio para la preparación de la PAES, esto realizado por medio de encuentros presenciales en la FCFM, o virtuales según contingencia.

Entregar, en conjunto con Comisión de Convivencia y Género, soporte y ayuda en torno a las distintas situaciones complejas que se puedan desarrollar en el contexto del Preuniversitario JCT.

Abordar las situaciones complejas, de índole de salud mental, que surjan en el contexto educacional del preuniversitario, mediante el uso del protocolo que se encuentra anexo a las “Orientaciones Técnicas” que posee la Unidad de Bienestar Estudiantil.

## II. Integración de Voluntaries para la UBE

### Equipo de Trabajo

La Unidad de Bienestar Estudiantil busca estar conformada por un **equipo multidisciplinario**, integrado por estudiantes y profesionales de las carreras de Trabajo Social, Psicología, Sociología, Psicopedagogía, Educación Diferencial y Terapia Ocupacional. El propósito de esto es compartir los conocimientos respectivos de cada disciplina, para enriquecer a la Unidad, y que los aportes que se puedan realizar desde la UBE sean con información recabada desde distintas áreas de especializaciones, relacionadas a las ciencias sociales y la educación. Para generar una convocatoria, se buscarán personas interesadas, a través de los distintos medios de comunicación oficiales del preuniversitario y redes personales de les voluntaries del momento. Otro requisito relevante para ingresar, es ser **mayor de 18 años**.

### Proceso de Selección

Como proceso de postulación se utilizará el mismo formulario al que postulan les voluntaries docentes. Para el proceso de selección de las personas interesadas en ser voluntaries, se realizarán entrevistas única y exclusivamente **presenciales**, realizadas por integrantes de la Unidad de Bienestar Estudiantil. La modalidad empleada será una entrevista grupal, conformada por una dupla de entrevistadores, integrantes de la UBE y dos postulantes. La pauta de entrevista que se utilizará está basada en la pauta de entrevista realizada a postulantes docentes, con adecuaciones relacionadas al trabajo realizado por la Unidad, la cual se encuentra anexada a este documento. Las entrevistas se socializarán entre les integrantes, y se decidirá quienes se incorporarán a la UBE.

### Integración de Voluntaries

Para cada persona que ingrese a la Unidad de Bienestar Estudiantil, se dará la indicación de que la lectura de las “Orientaciones Técnicas” de la UBE es de carácter **obligatorio**. Para ello, es imprescindible que aquellas personas que integren la unidad se comprometan a enviar el documento, a través de correo electrónico y chat de whatsapp, a las nuevas personas que sean parte de la Unidad. En la misma línea, se sugiere en que la primera reunión de la UBE, se converse sobre los documentos que establecen la línea de acción de la unidad, con el objetivo de poder esclarecer una línea de trabajo en conjunto, con la base de las “Orientaciones Técnicas”.

Uno de los puntos fundamentales de la Unidad de Bienestar, es el trabajo en equipo y en sintonía con los objetivos propuestos, cuidando siempre que estos beneficien a les estudiantes. Para esto, es necesario conservar un buen ambiente de trabajo dentro de la Unidad, por lo que es importante cuidar que las relaciones se basen en **respeto y comunicación**, propiciando una buena **escucha y empatía** entre todes les integrantes. En este sentido, ante posibles conflictos, se espera que sean solucionados con estos mismos valores, en base a lo propuesto por la UBE.

### **III. Capacitación y Formación Continua**

La Unidad de Bienestar Estudiantil del Preuniversitario José Carrasco Tapia está conformada por estudiantes y profesionales pertenecientes a distintas áreas y disciplinas, como Trabajo Social, Psicología, Sociología, Psicopedagogía, Educación Diferencial y Terapia Ocupacional. Es de vital importancia que los distintos conocimientos, experiencias y formaciones confluyan hacia la educación y soporte de la comunidad JCT. Para lograr lo anterior, es necesario un mecanismo que permita la capacitación interna entre los integrantes de la comunidad PreuJCT para una formación continua.

Para ello, se realizan reuniones de tipo seminario, o en formatos que la Unidad estime convenientes, donde se proponen temas de interés para el equipo, ya sea para la formación de la Unidad, y/o para preparar sesiones de trabajo grupal con estudiantes del Preuniversitario. Por el carácter de voluntariado que define el trabajo en el PreuJCT, la capacitación se desarrolla a través del autoestudio y la autogestión de los integrantes de la Unidad, así como también de manera colectiva, compartiendo los conocimientos de cada estudiante o profesional respecto a su disciplina.

#### **Temáticas de formación**

- Proceso de selección universitaria.
- Regulación emocional, reconocimiento de emociones, y salud mental en contextos educativos.
- Aspectos relacionales, tales como formas de abordar conflictos, mejorar la convivencia escolar, o herramientas para apoyar a los voluntarios docentes en casos particulares.
- Educación Diferencial.
- Necesidades especiales.
- Neuro-divergencias.
- Discapacidad e inclusión.
- Sumado a cualquier otra temática que se considere atinente según contingencia.

## IV. Temáticas

Las temáticas que se abordarán estarán basadas en una propuesta inicial por parte del equipo de la UBE, y estas mismas serán enriquecidas y priorizadas según los recursos humanos que se encuentren disponibles durante el año académico, para garantizar la eficacia y la buena realización de las actividades. Se dará prioridad a los siguientes temas en el orden indicado:

- a. **Ámbito vocacional y admisión universitaria:** Se realizarán diversas jornadas de información expositiva y talleres de orientación socioeducativa. Esto implica la coordinación de voluntarios para autocapacitarse y generar mecanismos de información centralizados, teniendo en cuenta los intereses, habilidades y expectativas de cada estudiante. En estas actividades, se revisarán diversos temas relacionados a admisión universitaria y ámbito vocacional, tales como orientación vocacional, financiamiento, acceso a becas, solicitud de adecuaciones para la PAES, entre otros.
- b. **Salud mental en contextos educativos:** Se llevará a cabo una recopilación de información sobre manejo del estrés y educación emocional, idealmente junto a una capacitación al equipo frente a estos temas. Se realizarán actividades para educar sobre las emociones y sentires, desde la autorregulación y la generación de herramientas de contención a nivel personal y social, además de técnicas de relajación. Se busca crear espacios de diálogo y reflexión donde los estudiantes puedan expresar sus emociones de manera abierta y recibir apoyo tanto de sus pares como de profesionales especializados y quienes impartan las actividades.
- c. **Estudio y aprendizaje:** Esta temática requiere de la recopilación de información sobre métodos de estudios y estrategias de aprendizaje. Se desarrollarán talleres prácticos sobre técnicas de estudio efectivas, como la organización del tiempo, la toma de apuntes y la elaboración de resúmenes. Adicionalmente, se realizará una recopilación de lugares adecuados para el estudio dentro de distintas comunas de Santiago, tales como bibliotecas municipales u otros.

## V. Propuestas de Actividades

### Ámbito vocacional y admisión universitaria

**Materiales** (Información necesaria para llevar a cabo las actividades):

- Información detallada sobre la Prueba de Admisión a la Educación Superior (PAES) y proceso de admisión universitaria.
- Financiamientos, Becas del Estado, y cómo acceder.
- Información sobre el Registro Social de Hogares (RSH).
- Información vocacional para orientar la elección de carreras.

**Tareas** (Formación sobre los materiales entre los integrantes de la UBE):

- Creación de base de datos con toda la información necesaria sobre la PAES y sobre el proceso de admisión.
- Investigación sobre el proceso de postulación al Formulario Único de Acreditación Socioeconómica (FUAS).
- Investigación y educación sobre el Registro Social de Hogares (RSH).
- Orientación vocacional.

**Actividades:**

Talleres expositivos con actividades prácticas:

- *Taller Prueba de Admisión:*
  - Presentación con puntos más importantes (portal inscripción PAES, fechas)
  - Actividad para aprender a calcular el puntaje (sugerir utilizar “Puntaje Nacional”).
  - Fechas importantes: Inscripción de la PAES, solicitud de adecuaciones (situación de discapacidad y/o que presentan alguna necesidad educativa especial).
- *Taller Financiamiento y Acceso a Becas:*
  - Presentación de Becas del Estado.
  - Presentación del FUAS.
  - Promoción de investigación de becas internas, puntajes de corte, páginas oficiales de las universidades/institutos.
  - Asesoramiento para completar el FUAS (en caso de tener la preparación y conocimientos necesarios).
- *Taller vocacional:* la idea es que este taller pueda realizarse de manera transversal en conjunto con voluntarios de distintas áreas del preuniversitario.
  - Stands con personas de distintas carreras.

### Salud mental en contextos educativos

**Materiales:**

- Información sobre Regulación emocional y Reconocimiento de emociones (sentimientos de ansiedad, angustia, desmotivación, estrés, incertidumbre relacionados a la rendición de la PAES).



- Información sobre la realización de objetos antiestrés y su utilización.
- Recopilación de herramientas que permitan gestionar los malestares físicos de las emociones.

**Tareas:**

- Investigación y creación de documentos con información sobre Regulación emocional y Reconocimiento de emociones.
- Investigación sobre las diferentes actividades lúdicas que se pueden realizar y prácticas relacionadas a la regulación emocional y el reconocimiento de emociones.
- Investigación y recopilación de estrategias y herramientas para gestionar malestares físicos y emocionales.

**Actividades:**

Realización de talleres expositivos, con actividades prácticas.

- *Taller Reconocimiento de emociones:*
  - Realización y exposición de PPT.
  - Actividad práctica “Reconocimiento de emociones en el cuerpo”.
- *Conversatorio entre estudiantes y voluntaries:*
  - Emociones y sentimientos relacionados a la PAES.
  - Proyecciones a futuro (luego de la PAES, vida universitaria, etc.).
- *Actividades de ejercicios de “relajación”* o similares para trabajar malestares emocionales.
- *Actividades lúdicas* (evento deportivo, artístico, etc.).

## Estudio y aprendizaje

**Materiales:**

- Información sobre Métodos de Estudio, tanto desde conocimientos teóricos como desde la experiencia.
- Información sobre técnicas de lectura.
- Sugerencias de lugares adecuados gratuitos para estudiar que se encuentren en Santiago (bibliotecas, universidades, espacios de estudio, etc.).

**Tareas:**

- Investigar sobre Métodos de Estudio (Pomodoro, creación de mapas conceptuales, leer en voz alta, etc.).
- Investigar sobre técnicas de lectura.
- Generar material con tips para lograr estudiar de forma más eficiente.

**Actividades:**

- *Taller Métodos de Estudio:*
  - Presentar métodos de estudio.
  - Presentar página “Puntaje Nacional”.
  - Técnicas de lectura.
  - Presentar sugerencias para estudiar y lugares donde estudiar.

## VI. Metodología de Vinculación y Acompañamiento.

### Plan de Acción de la Unidad de Bienestar Estudiantil

- a. **Actividades para la comunidad:** En acuerdo con los objetivos planteados para la UBE, su función principal se centra en la preparación, coordinación e implementación de actividades grupales para la comunidad del Preuniversitario José Carrasco Tapia. Estas actividades estarán enfocadas en tratar temas de salud mental, ámbito vocacional y métodos de estudio y aprendizaje, entre otros temas para los cuales se detecte necesidad o solicitud por parte de uno o más integrantes del Preu JCT.
- b. **Asignación de voluntaries UBE por sección:** Exclusivamente en el caso de llegar a tener una Unidad conformada por 12 o más voluntaries, se asignará una dupla por cada sección del Preu JCT (Biología, Física, Química, Técnico Profesional, Historia e Historia). Cada dupla estará encargada de comunicarse con les voluntaries docentes de la sección, conocer a les estudiantes y organizarse para asistir a algunos bloques de clase. Esta implementación tiene el objetivo de generar un vínculo y una aproximación más cercana a les estudiantes, así como también poder ser un apoyo a quien esté haciendo la clase. Para este caso, existe un protocolo para UBE por sección, que es importante leer si se llevarán a cabo las asignaciones.
- c. **Capacitaciones:** La Unidad debe realizar jornadas de capacitación entre y para voluntaries de la UBE, donde puedan aprender los conocimientos necesarios para abordar cada temática anteriormente señalada, también formarse en primeros auxilios psicológicos, a su vez obtener herramientas para enfrentar situaciones complejas, y cualquier formación que requiera el trabajo de la Unidad en las distintas situaciones que sucedan dentro de la comunidad.
- d. **Autocuidado:** Para un buen funcionamiento de la Unidad de Bienestar Estudiantil, se requiere de autocuidado por parte de sus integrantes, para esto es importante poder reconocer los límites personales y colectivos. En este sentido, se generarán instancias de distensión y reflexión entre integrantes de la UBE, para poder interiorizar de manera íntegra cada actividad, taller u orientación realizada dentro de la comunidad, y poder mejorar su ejecución y llegada a les estudiantes. De la misma manera, se espera que se generen instancias para poder identificar problemáticas que puedan llegar a tener integrantes de la Unidad, con el fin de prevenir conflictos internos.
- e. **Situaciones Complejas:** Debido al perfil socioeconómico que presentan las personas que componen el cuerpo estudiantil del PreuJCT, existe la posibilidad de que durante el año académico, ya sea en actividades lectivas o extracurriculares, se

presenten situaciones con distintos niveles de complejidad.

La Unidad debe estar constantemente observando indicios o señales de problemáticas complejas, frente a las cuales deberá actuar, activando redes, respetando la voluntad y confidencialidad de la persona y cuidando que no haya revictimización durante la derivación de su caso.

La Unidad **no puede prestar atención clínica ni seguimiento de una situación compleja, su función será estrictamente de derivación y el seguimiento se realizará sobre ésta.** En casos donde la situación compleja suceda en el preuniversitario y/o involucre a dos o más integrantes de éste, la problemática se deberá tratar en conjunto con la Comisión de Convivencia y Género (convivencia@preujct.cl)

## Focos de atención

Para efectos de la selección de temáticas para capacitaciones, así como la detección de situaciones complejas, se definen los siguientes focos de atención a monitorear durante el desarrollo del año lectivo:

- 1) Estrés.
- 2) Presión -interna o externa-.
- 3) Abuso -en cualquier aspecto y magnitud-.
- 4) Sospecha de estado depresivo, ansioso o mixto.
- 5) Incertidumbre.
- 6) Frustración.
- 7) Antecedentes familiares.
- 8) Antecedentes de Salud.
- 9) Otros factores que determine la UBE como relevantes.

En el caso en que se presenten o detecten situaciones críticas relativas a éstos u otros ejes, se define un protocolo de acción anexo a este documento, el cual obligatoriamente debe ser leído por todos los integrantes de la Unidad y revisado anualmente para su actualización según las necesidades que se presenten del momento.

Redactado por: Franchesca Mondaca Manque, Constanza Cano Jordán, Ignacio Pacheco Hevia, Alejandro Lobos C. y Gonzalo Bilbao Bahamondes.

Revisado por: Nikoll Uribe Valdivia.

Fecha documento final: Mayo 2024.