



TALLER REFLEXIVO: "Del impacto a la responsabilidad colectiva"

De 1° a 4° Medio

AÑO 2026



EN LO QUE CREEMOS: La sinergia del cuidado



Estimado/a

Como PSinergia Consultoras, hoy no venimos a proponer una actividad más. Venimos a detenernos.

Lo ocurrido recientemente en nuestro país nos confronta como comunidad educativa y nos exige algo distinto: generar espacios intencionados donde los estudiantes puedan comprender lo que sienten, reflexionar sobre sus acciones y asumir un rol activo en la construcción de la convivencia.

En este contexto, la escuela no puede responder únicamente desde lo académico. Se vuelve urgente abordar de manera explícita el desarrollo socioemocional y el cuidado colectivo. Por ello, hemos diseñado una serie de experiencias formativas diferenciadas por nivel educativo — desde Educación Parvularia hasta Enseñanza Media— orientadas a transformar este momento en una oportunidad pedagógica significativa.

Estas instancias no abordan el hecho desde el juicio ni desde el detalle del evento, sino desde preguntas clave: ¿Qué sentimos?, ¿Qué estamos normalizando como curso?, ¿Cómo nos estamos relacionando? y ¿Qué podemos hacer distinto para cuidarnos mejor?

Nuestro foco está en el desarrollo de habilidades fundamentales como la autoconciencia, la autogestión de las emociones, la conciencia social, la Toma de decisiones responsable y las habilidades relacionales. A través de actividades concretas que promueven la reflexión, el análisis de la convivencia y la construcción de compromisos reales dentro del curso.

Ponemos a disposición estas planificaciones de manera gratuita, como una forma de aportar a las comunidades educativas en un momento que requiere respuestas pedagógicas claras, humanas y responsables.

En PSinergia, entendemos que transformar una institución comienza por cuidar a las personas. Hoy, ese cuidado debe ser intencionado.

Un abrazo,

Sandra Barraza

Paula Olivares

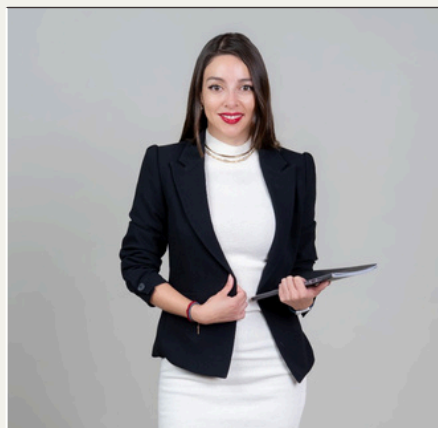
FUNDADORAS



Mg. Psicóloga
Sandra Barraza González

Psicóloga, Magíster en Dirección y Liderazgo para la gestión educativa, certificada en facilitación y agile coach, con formación en psicología organizacional y metodología AMAR (Modelo de Apego). Posee más de 15 años de experiencia en el sector educativo, destacándose en la gestión escolar. Ha trabajado a nivel comunal brindando acompañamiento y monitoreo de procesos de mejora escolar en establecimientos de enseñanza básica y media, además, ha desarrollado competencias profesionales en líderes educativos a través de redes de mejoramiento.


Psicóloga, Coach profesional, Magíster en Gestión y Liderazgo Educativo, y certificada en facilitación y agile coaching. Cuenta con formación en psicoterapia constructivista posracionalista, metodologías activo-participativas, neuropsicología, ambientes de Buen Trato y Diseño Universal para el Aprendizaje. Docente universitaria, con más de 11 años de experiencia en el ámbito de la gestión e inclusión educativa, donde implementa y monitorea estrategias orientadas a favorecer la igualdad de oportunidades en estudiantes de enseñanza básica y media.




Mg. Psicóloga
Paula Olivares Casanova

Contáctanos:

 Esríbenos a equipo.psinergiaconsultores@gmail.com

 Síguenos en Instagram @psinergia.consultoras

 Llámanos al +56 9 90610894

TEORÍA SOCIOEMOCIONAL DE CASEL

El MINEDUC ha fundamentado la propuesta curricular de Orientación en el desarrollo de las Competencias Socioemocionales, basándose en el trabajo del centro internacional que ha liderado el aprendizaje socioemocional desde 1994, conocido como Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL). Este enfoque se define como el proceso mediante el cual jóvenes y adultos adquieren y aplican conocimientos, habilidades y actitudes que les permiten:

- Desarrollar identidades saludables
- Manejar emociones
- Cumplir metas personales y colectivas
- Sentir y expresar empatía hacia los demás
- Establecer y mantener relaciones constructivas
- Tomar decisiones de manera responsable (CASEL, 2020).

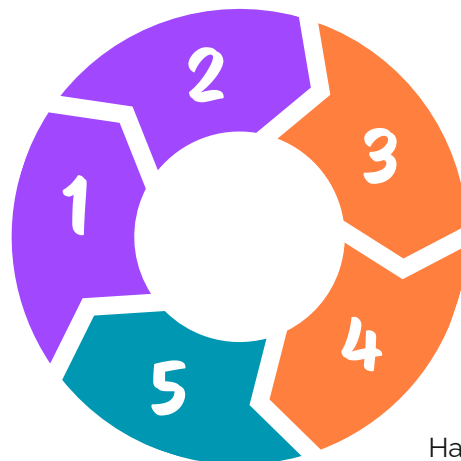
A continuación, se presenta el modelo que distingue cinco grandes áreas de competencias, agrupando habilidades que pueden desarrollarse de manera progresiva tanto en el ámbito escolar como en la vida adulta.

2. Autogestión

Habilidades para manejar las emociones, pensamientos y comportamientos de manera efectiva, para que apoyen el logro de metas personales y colectivas

1. Autoconciencia

Habilidades de reconocer y comprender las propias emociones y pensamientos, junto con la manera en que influyen en el comportamiento. También, la habilidad de reconocer fortalezas personales y de mostrar autoconfianza.



3. Conciencia Social

Habilidades para tomar diferentes perspectivas y sentir empatía por los demás. También, de apreciar la diversidad y comprender normas sociales y culturales.

4. Habilidades Relacionales

Habilidades para fomentar y mantener relaciones constructivas con los demás. Incluye habilidades de comunicación, trabajo en equipos, liderazgo y solución de conflictos interpersonales.

5. Toma de Decisiones Responsables

Habilidades para tomar decisiones constructivas a nivel individual y colectivo, considerando normas éticas y consecuencias de distintos cursos de acción.

ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA A IMPLEMENTAR

Metodología de Trabajo



La metodología activo-participativa en educación es un enfoque que busca involucrar a los estudiantes de manera activa en su proceso de aprendizaje. Esta metodología se basa en la premisa de que los estudiantes aprenden mejor cuando son protagonistas de su propio aprendizaje, en lugar de ser receptores pasivos de información. Es por esta razón que se hace necesario desarrollar los talleres de desarrollo personal con esta estrategia, de manera que cada estudiante logre un aprendizaje significativo que le permita a corto y mediano plazo, aplicar lo aprendido en su vida diaria.

Entre las características principales de esta metodología se encuentran:

PARTICIPACIÓN ACTIVA

Los estudiantes participan de forma activa en las actividades de aprendizaje, lo que les permite desarrollar habilidades críticas y de pensamiento independiente. Esto puede incluir discusiones, trabajos en grupo, proyectos colaborativos y actividades prácticas.

APRENDIZAJE COLABORATIVO

Se fomenta el trabajo en equipo, lo que permite a los estudiantes aprender unos de otros y desarrollar habilidades sociales y de comunicación. Esta colaboración enriquece el proceso educativo y promueve un ambiente de aprendizaje más dinámico.

CONTEXTUALIZACIÓN DEL APRENDIZAJE

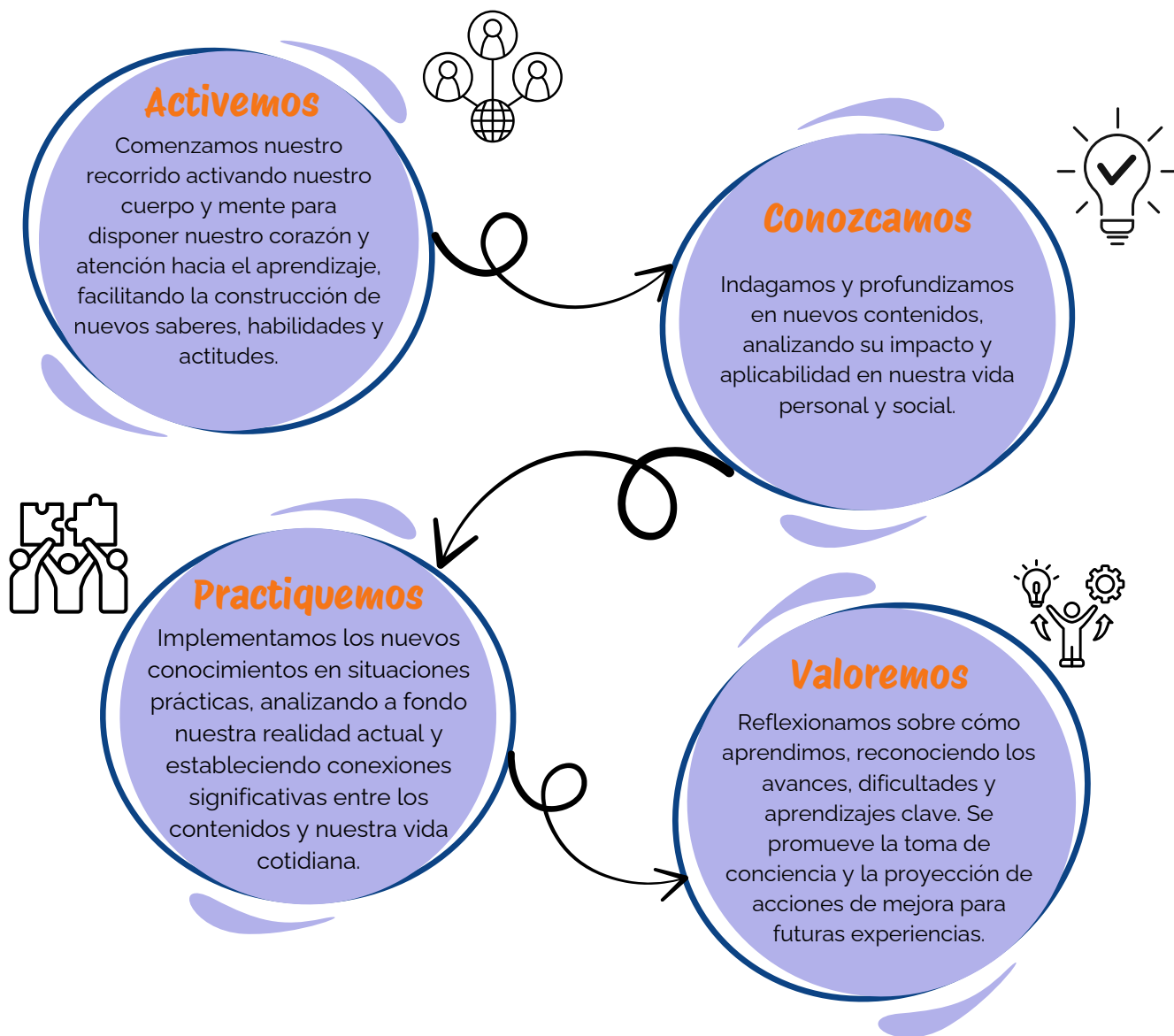
Se busca que los contenidos se relacionen con la realidad de los estudiantes, lo que facilita su comprensión y relevancia. Esto puede implicar el uso de proyectos que aborden problemáticas locales o temas de interés para los alumnos.

DESARROLLO DE COMPETENCIAS

La metodología activo-participativa permite a los estudiantes desarrollar competencias diversas, como la resolución de problemas, el pensamiento crítico, la creatividad y la capacidad de trabajar en equipo.

RUTA DE APRENDIZAJE

A continuación se presenta la secuencia en la que los aprendizajes se desarrollarán y consolidarán en cada taller:



4 PRINCIPIOS DE LA SESIÓN

Los principios del taller, son normas que permiten establecer la forma de relacionarse entre los estudiantes y con el profesor, permitiendo generar vínculos de confianza, respeto, en un ambiente de buen trato.

Estos principios deben siempre estar en la sala de clase de manera visible y deben ser recordados cada vez que sea necesario, puesto que los estudiantes sólo incorporarán esta nueva forma de relacionarse si los involucramos con **disciplina** y si el comportamiento del profesor es un ejemplo a seguir.

1

TODOS SOMOS VALIOSOS

Cada opinión, experiencia y percepción tiene su importancia y merece ser reconocida, ya que ofrece la oportunidad de crear en conjunto una idea y un sentimiento más profundo y enriquecedor. Este principio se relaciona con el **amor**.

La escucha activa es una habilidad invaluable que facilita la empatía, la comprensión y la integración de nuevas maneras de pensar y sentir. Está estrechamente relacionada con los valores del **respeto y el amor**.

2

ESCUCHAR CON ATENCIÓN

Cuando nos comunicamos, es fundamental tener una intención clara sobre lo que deseamos expresar. Esto permite **respetar los tiempos** de la clase y favorece la participación de todos los estudiantes.

3

HABLAR CON INTENCIÓN

Lo que decimos y hacemos tiene un impacto en los otros, por lo tanto, es necesario que se hable asertivamente, con **respeto** y haciéndonos **responsables** de cómo influimos en los otros.

4

REGULAR el IMPACTO



PLANIFICACIÓN PARA ENSEÑANZA MEDIA

De 1° a 4° Medio

PLANIFICACIÓN DE 1° A 4° MEDIO



CLASE

“Del impacto a la responsabilidad colectiva”

HABILIDAD A TRABAJAR

La habilidad socioemocional de CASEL que se trabajará en esta sesión es: **Autoconciencia - Habilidades Relacionales - Conciencia Social - Toma de Decisión Responsable**

OBJETIVO DE LA CLASE

- Reflexionar de manera profunda y colectiva sobre el impacto emocional y social de una situación de violencia ocurrida en el contexto escolar en Chile, promoviendo el desarrollo del cuidado mutuo, la responsabilidad compartida y la construcción de compromisos concretos para el bienestar del curso.

IDPS A TRABAJAR

- **Clima de convivencia escolar** promoción de un ambiente de respeto, organizado y seguro
- **Hábitos de vida saludable** actitudes y conductas que cuidan la salud física, mental y espiritual
- **Participación y formación ciudadana**, fomenta la participación, el compromiso y la vida democrática.



ACTIVEMOS



15 min

Invitamos a los estudiantes a activar su cuerpo y mente para disponerse con su corazón y atención hacia el aprendizaje, facilitando la construcción de nuevos saberes, habilidades y actitudes.

Actividad 1: “Reflexionando el impacto”

Materiales necesarios:

- Sin materiales.

Instrucciones:

1. El/la docente introduce: “hace una semana ocurrió en Chile una situación muy grave en un colegio. No vamos a hablar de los detalles, pero sí de lo importante: lo que esto nos hizo sentir y lo que nos está diciendo como sociedad” (1 minuto).

2. Cada estudiante responde en silencio: **(3 minutos)**

- ¿Qué sentí cuando supe esta noticia?
- ¿Qué pensé?
- ¿Me impactó o no? ¿Por qué?

3. En grupos de 4: **(5 minutos)**

Comparten voluntariamente, sin interrumpir, sin juzgar.

4. En plenario responden: **(5 minutos)**

- ¿Por qué creen que esta noticia impactó tanto?
- ¿Qué emociones creen que estaban presentes en esa situación?
- ¿Esto es algo lejano o nos interpela como estudiantes?

5. Cierre: "Esto no es solo una noticia. Es algo que nos mueve, nos incomoda... y nos hace preguntarnos por nosotros mismos como comunidad" **(1 minuto)**.



CONOZCAMOS



15 min

A continuación, presentamos un marco de comprensión para profundizar tus conocimientos acerca de crecimiento personal, bienestar y autocuidado. Estos conocimientos te permitirán analizar el impacto y aplicabilidad de las habilidades socioemocionales que sustentan la propuesta de la clase.

Comprender lo que ocurre: más allá del hecho

Situaciones como la ocurrida recientemente en el país no pueden entenderse únicamente como hechos aislados o individuales. Desde el enfoque de la educación socioemocional y la convivencia escolar, estos eventos reflejan procesos más amplios relacionados con la forma en que las personas gestionan sus emociones, se vinculan con otros y participan en comunidades.

Las Bases Curriculares de Orientación en Chile plantean que los estudiantes no solo se desarrollan como individuos, sino como miembros de una comunidad, donde sus acciones impactan directamente en los demás.

Autorregulación y funciones ejecutivas

Durante la adolescencia, la capacidad de regular impulsos y tomar decisiones no está completamente desarrollada, ya que depende de procesos cognitivos conocidos como funciones ejecutivas, entre ellas:

Inhibición conductual

Función ejecutiva que permite suprimir respuestas impulsivas, automáticas o emocionalmente dominantes cuando no resultan adecuadas al contexto. Facilita la regulación del comportamiento en función de metas, normas y demandas sociales.

Control atencional

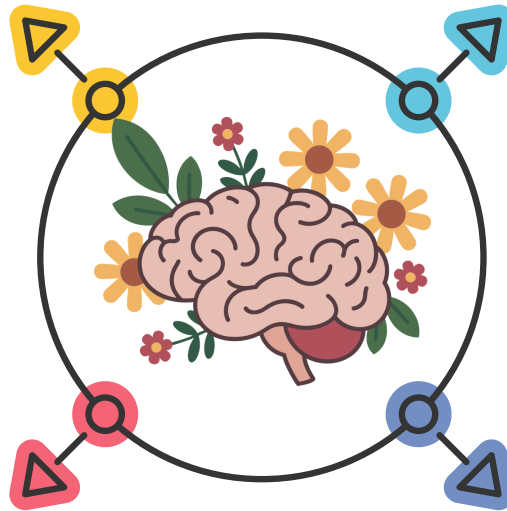
Habilidad para dirigir, mantener y regular voluntariamente la atención hacia estímulos relevantes, inhibiendo distracciones internas y externas. Integra procesos de atención sostenida, selectiva y alternante.

Flexibilidad cognitiva

Capacidad de modificar esquemas mentales, estrategias o perspectivas frente a cambios en la situación o ante nueva información relevante. Permite superar la rigidez cognitiva y adaptarse de manera eficaz a contextos variables.

Memoria de trabajo

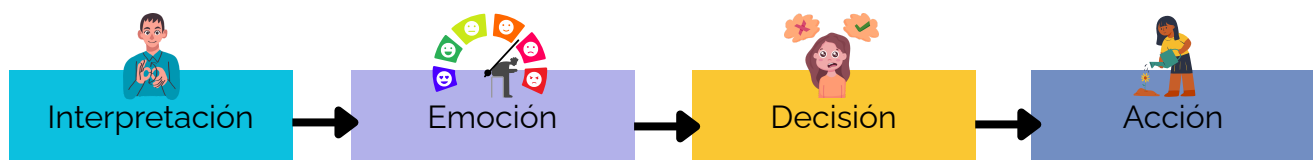
Sistema cognitivo que permite mantener y manipular temporalmente información necesaria para realizar tareas complejas como el razonamiento y la resolución de problemas. Funciona como un espacio mental activo que sostiene el procesamiento en curso.



Estas habilidades permiten detener una reacción impulsiva, reflexionar y elegir una respuesta más adecuada. Cuando estas habilidades no se activan, las emociones intensas pueden dominar la conducta.

Emoción, decisión y conducta

Desde la psicología contemporánea, se comprende que entre una situación y una acción existe un proceso intermedio:



Por lo tanto, no son las emociones en sí las que generan el problema, sino la dificultad para detenerse, comprenderlas y actuar de manera consciente.

Dimensión comunitaria

El desarrollo personal no ocurre de forma aislada. Tal como plantea el enfoque de Orientación: "Los estudiantes forman parte de una comunidad que se construye a partir de la participación y contribución de cada uno de sus miembros".

Esto implica que:



El bienestar no es solo individual

La convivencia es responsabilidad de todos

El cuidado también es colectivo

Idea fuerza: "Lo que pasa en una comunidad no depende de una sola persona. Depende de cómo nos cuidamos, o no, entre todos."



PRACTIQUEMOS



45 min

Luego de que los estudiantes conecten con la propia experiencia en el aquí y el ahora y conozcan algunos conceptos sobre el tema, te proponemos una actividad práctica para abordarlos durante la clase, generando conexiones significativas entre los contenidos y la vida cotidiana.

Actividad 2: "Mi curso, mi espacio".

Materiales necesarios:

- Hojas blancas
- Lápices

Instrucciones:

1. Cada estudiante escribe en una hoja (sin nombre): **(10 minutos)**
 - Algo que cree que afecta la convivencia del curso
 - Algo que siente que no se está cuidando
 - Algo que podría estar pasándole a algún compañero y no se veLas hojas se doblan y se reúnen.
2. En grupos de 4: (10 minutos)
 - Se reparten las hojas al azar
 - Se clasifican en tres categorías:
 - a) Convivencia
 - b) Emocional

c) Apoyo / cuidado

3. Cada grupo responde: **(10 minutos)**.

- ¿Qué situaciones se repiten?
- ¿Qué nos dice esto sobre nuestro curso?
- ¿Qué cosas estamos normalizando?
- ¿En qué estamos fallando como grupo?

4. El/la docente plantea: "Si esto pasa en nuestro curso... ¿qué diferencia hay con lo que vemos en la noticia?". Se reciben al menos 3 respuestas **(5 minutos)**.

5. Cada grupo responde en plenario: "¿Qué podríamos hacer distinto como curso?" **(10 minutos)**.



VALOREMOS



15 min

Este es un momento para detenernos y mirar nuestro propio proceso de aprendizaje. A través de una breve rutina de reflexión basada en el ciclo experiencial de Kolb, los estudiantes toman conciencia de cómo participaron, qué comprendieron, qué sentido le dieron a lo aprendido y cómo pueden aplicarlo en su vida cotidiana.

Actividad 3: "Acuerdos significativos".

Materiales necesarios:

- Sin materiales.

Instrucciones:

1. El/la docente retoma lo último del Practiquemos: "Hace un momento identificaron cosas importantes sobre el curso y respondieron una pregunta clave: ¿Qué podríamos hacer distinto para cuidarnos mejor?" **(3 minutos)**.

Se invita a volver a esas respuestas.

2. Construcción de acuerdos significativos **(5 minutos)**

- En los mismos grupos de 4 estudiantes:
- Revisan sus propuestas anteriores
- Seleccionan 1 o 2 acciones concretas y realistas
- Deben formularlas en formato de compromiso:

Ejemplos:

"Nos comprometemos a no dejar solo a alguien cuando lo veamos mal"

"Nos comprometemos a intervenir si vemos burlas o faltas de respeto"

4. Ritual simbólico: "Esto sí depende de nosotros" **(5 minutos)**

Cada grupo recibe una hoja y escribe su compromiso en limpio. Luego, el curso define (guiado por el docente) un lugar visible de la sala para dejar los compromisos (muro, cartelera, puerta, cuaderno de curso, etc.)


- Cada grupo pasa y deja su compromiso públicamente


5. Cierre **(2 minutos)**: "Hoy no vinimos solo a hablar de algo que pasó afuera. Vinimos a mirarnos como curso. Y lo importante no es lo que dijimos... sino lo que vamos a hacer a partir de ahora."



Contáctanos:

 Escribenos a equipo.psinergiaconsultores@gmail.com

 Síguenos en Instagram @psinergia.consultoras

 Llámanos al +56 9 90610894