INFORME DE IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA DE MENTORIAS

CONVENIO ESPECIAL BID SUSCRITO ENTRE EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL Y EL TECNOLÓGICO DE ANTIOQUIA.

VIGILADA MINEDUCACIÓN

DIRECCIÓN DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

COORDINACIÓN CAMPUS VITAL

MEDELLÍN

2025

Contenido

1. INTRODUCCIÓN 3
2. INFORME DE ACTIVIDADES DESARROLLADAS 3
3. LISTAS O REGISTROS DE ASISTENCIA 5
4. CERTIFICADOS DE PARTICIPACIÓN 5
5. REPORTE DE EVALUACIÓN DE LOS MENTORES FORMADOS. 5
4.1.1 Curso: Promotores del Bienestar Emocional – "Conecta con tus emociones" 5
4.1.2 Características del curso 6
4.1.3 Contenidos por módulos 6
4.1.4 Evaluación y constancia de participación 7
4.1.5 Conclusión 7
4.2 Curso "Equilibrando Esferas" 8
4.2.1Contenidos por módulo 9
4.2.2 Conclusión 10

VIGILADA MINEDUCACIÓN

1. INTRODUCCIÓN

Este informe constituye un entregable técnico del Proyecto Campus Vital, en el marco del Convenio MEN – Tecnológico de Antioquia I.U., correspondiente al resultado de la Actividad 1: “implementación de mentorías entre pares para el fortalecimiento socioemocional” específicamente en lo relacionado con el la implementación del programa de mentorías socioemocionales.

2. INFORME DE ACTIVIDADES DESARROLLADAS

Durante la ejecución de la estrategia de mentorías socioemocionales se llevaron a cabo diversas acciones orientadas al fortalecimiento de las habilidades emocionales y al acompañamiento integral de los estudiantes. El proceso inició con la inducción de bienvenida, en la cual participaron activamente los estudiantes seleccionados como mentores socioemocionales tras superar el proceso de convocatoria. Este espacio permitió presentar los objetivos del programa, sus responsabilidades y el rol fundamental que asumirían dentro del territorio.

Como parte del seguimiento institucional, se desarrollaron reuniones periódicas entre el equipo psicosocial y los mentores, tanto de manera grupal como individual. Estos encuentros tuvieron como propósito identificar avances, brindar retroalimentación y ofrecer estrategias que facilitaran la mejora continua de los procesos de acompañamiento. De manera complementaria, los mentores participaron en el curso virtual “Promotores del Bienestar Emocional”, una formación que les permitió fortalecer habilidades relacionadas con el reconocimiento y la gestión de las emociones en diferentes contextos.

En la primera reunión de encuadre, los mentores recibieron orientaciones específicas para el inicio de la estrategia. En este espacio se socializaron

VIGILADA MINEDUCACIÓN

lineamientos para la captación de estudiantes interesados en recibir acompañamiento, así como criterios y directrices sobre las estrategias de intervención a implementar durante los encuentros. De manera simultánea, los mentores participaron en el curso de Primeros Auxilios Psicológicos “Equilibrando Esferas”, en el cual adquirieron herramientas teóricas y prácticas para acompañar adecuadamente situaciones relacionadas con el estrés u otras problemáticas emocionales. En esta formación también se enfatizó en el protocolo de remisión al servicio de psicología para aquellos casos que sobrepasaran su rol.

Posteriormente, se dio inicio a la estrategia de mentorías socioemocionales. Los mentores comenzaron la captación de estudiantes, motivando su participación con el objetivo de fortalecer sus habilidades socioemocionales, promover el bienestar integral y contribuir a la permanencia estudiantil. Para ello, implementaron estrategias de acompañamiento grupal y presencial en sus territorios asignados.

Como parte del proceso evaluativo, se aplicó el Pre-Test de la Escala de Inteligencia Emocional de Schutte, inicialmente a los mentores y posteriormente a los estudiantes vinculados, con el fin de contar con una estrategia de diagnóstico que permite reconocer las necesidades y focalizar las acciones sugeridas a los mentores. Paralelamente, los mentores recibieron capacitación en la aplicación del tamizaje de salud mental, una herramienta clave para identificar indicadores de riesgo psicosocial asociados a ideación suicida, consumo de alcohol y bienestar psicológico. Una vez adquiridas las competencias necesarias, llevaron a cabo una prueba piloto del instrumento y posteriormente lo aplicaron a los estudiantes acompañados.

La estrategia también incluyó la participación en charlas y encuentros con las familias, con el fin de fortalecer el vínculo familia–estudiante y promover

VIGILADA MINEDUCACIÓN

espacios de reconocimiento emocional. Asimismo, algunas mentoras brindaron apoyo en el stand de Campus Vital durante dos semanas consecutivas, donde ofrecieron información a la comunidad académica sobre los servicios y estrategias del proyecto dirigidos a los estudiantes del territorio.

En cuanto al seguimiento administrativo y operativo, los mentores fueron responsables de la consolidación de bases de datos de los estudiantes activos en la estrategia. También completaron el formulario de registro de atenciones individuales y grupales, asegurando un adecuado control de los procesos desarrollados. Finalmente, los mentores de las sedes Itagüí y Robledo participaron en un encuentro presencial con familias y cuidadores, cuyo propósito fue fortalecer el liderazgo y el vínculo de apoyo dentro del entorno familiar de los estudiantes.

3. LISTAS O REGISTROS DE ASISTENCIA

Link: 1. Registro de asistencia jornada de formación de mentores.xlsx

4. CERTIFICADOS DE PARTICIPACIÓN

Link: certificados de participación

5. REPORTE DE EVALUACIÓN DE LOS MENTORES FORMADOS.

4.1.1 Curso: Promotores del Bienestar Emocional – “Conecta con tus emociones”

La promoción del bienestar emocional se ha convertido en una necesidad fundamental en los diferentes entornos sociales y educativos. En este sentido, la formación de promotores del bienestar emocional se consolida como una estrategia clave para el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales de los mentores.

VIGILADA MINEDUCACIÓN

El curso “Promotores del Bienestar Emocional – Conecta con tus Emociones”, desarrollado por la Secretaría Distrital de Salud de Bogotá, ofrece un espacio formativo virtual que permite reconocer, gestionar y comprender las emociones, potenciando la salud mental y el cuidado propio y de los demás. Su importancia radica en que brinda herramientas prácticas y conocimientos esenciales para comprender el papel de las emociones en la vida cotidiana y desarrollar hábitos saludables que fortalezcan el bienestar integral.

4.1.2 Características del curso

- **Modalidad:** E-learning (aprendizaje virtual a través de la plataforma Moodle).
- **Duración estimada:** 10 horas
- **Entidad:** Secretaría Distrital de Salud – Alcaldía Mayor de Bogotá.
-

4.1.3 Contenidos por módulos

Módulo 1. Emociones y cuidado

Objetivo: Adquirir habilidades para gestionar de manera adecuada las emociones e implementar rutinas que fortalezcan el bienestar propio y el de quienes nos rodean.

Contenido:

1. Conoce tus emociones.
2. ¿Qué son las emociones y cómo reconocerlas?
3. Las emociones en el cuerpo.
4. Hábitos para gestionar tus emociones.
5. Gestión emocional a través de la respiración.
6. ¿Qué pasa mientras duermes?

Módulo 2. Salud Mental

VIGILADA MINEDUCACIÓN

Objetivo: Brindar herramientas para el cuidado de la salud mental, reconociendo los trastornos más comunes y sus características.

Contenido:

1. ¿Qué es la salud mental?
2. Mitos de la salud mental.
3. Desestigmatización de la salud mental.
4. Análisis de casos: estrés, ansiedad y depresión.

Modulo 3. Bienestar emocional en los entornos

Objetivo: Aprender a cuidar y cuidarse en los entornos cotidianos (hogar, estudio, trabajo y espacios digitales) mediante recomendaciones de profesionales en bienestar emocional.

Contenido:

1. El diálogo te conecta.
2. Entornos libres de violencias.
3. Entorno educativo.
4. Entorno hogar.
5. Entorno laboral.
6. Entorno digital.

4.1.4 Evaluación y constancia de participación

Para recibir la constancia del curso, se debe:

- Revisar el 100% del material disponible en Moodle.
- Presentar la prueba inicial y final de cada módulo.
- Obtener un mínimo del 60% en las pruebas finales (con un segundo intento disponible si se requiere).
- Enviar la encuesta de experiencia del usuario

4.1.5 Conclusión

La participación en el curso “Promotores del Bienestar Emocional – Conecta con tus Emociones” permitió que 56 mentores socioemocionales formados fortalecieran de

VIGILADA MINEDUCACIÓN

manera significativa sus competencias personales y de acompañamiento. A través de los contenidos abordados en los módulos relacionados con el reconocimiento de las emociones, la comprensión de la salud mental, la gestión emocional y el cuidado en los diferentes entornos. El mentor adquirió herramientas prácticas para identificar, regular y orientar procesos emocionales tanto propios como de los estudiantes a su cargo.

Este aprendizaje le permitió desarrollar una mirada más consciente y sensible frente a las dinámicas socioemocionales que acompañan la vida académica, comprendiendo la importancia del autocuidado, la escucha activa y la promoción de entornos seguros.

En conjunto, la formación recibida fortaleció su rol como agente de bienestar dentro de la institución, ampliando su capacidad para brindar acompañamiento oportuno, generar vínculos saludables y contribuir a la prevención y promoción de la salud mental en su contexto educativo.

4.2 Curso “Equilibrando Esferas”

Modalidad: Virtual

Duración estimada: 10 horas

El curso “*Equilibrando Esferas”* está dirigido a estudiantes mentores y líderes en formación que participan en programas de acompañamiento entre pares y espacios de bienestar universitario. Su propósito es fortalecer las habilidades personales y socioemocionales necesarias para desempeñar un rol activo como agentes de bienestar dentro de la comunidad académica.

A través de una metodología teórico–práctica, los mentores socioemocionales desarrollaron competencias relacionadas con el autoconocimiento, la regulación emocional, la comunicación asertiva, la empatía y el liderazgo positivo. Estas herramientas les permiten a los mentores no solo fortalecer su propio bienestar, sino también apoyar de manera asertiva y empática a sus pares.

VIGILADA MINEDUCACIÓN

4.2.1Contenidos por módulo

Módulo 1: Esfera del Autoconocimiento (Dimensión Intrapersonal)
Este módulo se centrará en la exploración de la dimensión intrapersonal, promoviendo el autoconocimiento y la autopercepción. A través de actividades de reflexión, los participantes identificaran sus emociones, valores y patrones de pensamiento, facilitando un entendimiento profundo de sí mismos. Aprenderán a reconocer el impacto de su bienestar personal en su vida diaria y a construir una base sólida para la gestión de sus emociones.

Módulo 2: Esfera de la Gestión Emocional (Dimensión Emocional)
Enfocado en la dimensión emocional, este módulo les proporcionará estrategias y técnicas prácticas para regular sus emociones y responder a situaciones estresantes. Aprendieron sobre la importancia de identificar y expresar emociones de forma saludable, utilizando técnicas de respiración, relajación y mindfulness. Esto les permitirá desarrollar una estabilidad emocional que impacte positivamente en su entorno y sus relaciones.

Módulo 3: Esfera del Entorno Social (Dimensión Interpersonal y Social)
Este módulo abordará las habilidades sociales, la comunicación efectiva, la empatía y la resolución de problemas en el contexto de las relaciones con los demás. A través de ejercicios de reflexión y dinámicas de grupo, los participantes fortalecieron sus habilidades de escucha activa, empatía y colaboración. También aprendieron a resolver conflictos de manera constructiva, promoviendo un ambiente de respeto y apoyo mutuo en sus relaciones.

Módulo 4: Esfera del Cuidado y Primeros Auxilios Psicológicos (Dimensión de Acompañamiento y Apoyo entre Pares)
Este módulo incorpora los fundamentos de los primeros auxilios psicológicos (PAP) como herramienta básica para brindar apoyo emocional en situaciones de crisis o malestar. Los participantes aprenderán a reconocer señales de alerta, aplicar una escucha activa y empática, contener emocionalmente a la persona afectada y orientar hacia los canales de ayuda profesional disponibles en la institución. Este

VIGILADA MINEDUCACIÓN

espacio refuerza su rol como mentores, promoviendo una cultura de cuidado y acompañamiento responsable.

Módulo 5: Esfera del Equilibrio y Bienestar Integral (Dimensión Física y de Autocuidado)

El módulo final busca integrar todas las dimensiones trabajadas, promoviendo prácticas de autocuidado, equilibrio entre responsabilidades y descanso, y una adecuada gestión del tiempo. Se enfatiza cómo las rutinas saludables y el bienestar físico impactan en la salud mental y la productividad. Los participantes diseñaron un plan personal de bienestar que articule lo aprendido durante el curso y fomente la sostenibilidad de los hábitos adquiridos.

4.2.2 Conclusión

El curso “Equilibrando Esferas” constituye una oportunidad valiosa para que los mentores socioemocionales fortalezcan su bienestar personal, emocional y social. A través de herramientas prácticas orientadas al autoconocimiento, la regulación emocional para que las implementen en el acompañamiento entre pares, este proceso formativo no solo aporta al desarrollo de comunidades universitarias más empáticas, colaborativas y saludables sino que tambien promueve una cultura institucional de autocuidado y liderazgo positivo, permitiendo que los mentores reconozcan su papel como agentes activos en la construcción del bienestar de los estudiantes de Terroritorio.

Se espera que después de participar en este curso, los 59 mentores socioemocionales formados hayan fortalecido sus habilidades para reconocer, comprender y regular sus emociones, y que hayan desarrollado actitudes proactivas frente a los desafíos emocionales.

Asimismo, se proyecta una mejora en las relaciones entre pares mediante una comunicación asertiva, el fomento de la empatía y la práctica de la escucha activa,

VIGILADA MINEDUCACIÓN

elementos fundamentales para brindar un acompañamiento emocional efectivo a los estudiantes desde su rol como mentores.

VIGILADA MINEDUCACIÓN