GUÍA METODOLÓGICA

PRIMER ENCUENTRO FORMATIVO Y DE DESARROLLO DE CAPACIDADES AL EQUIPO DE DOCENTES Y DOCENTES ORIENTADORES

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Neira

Fecha: 05/05/2026

Responsable: Sandra Jimena Grajales Rios

CONTEXTO

En la institución educativa Aguacatal se desarrolla el primer encuentro formativo y de desarrollo de capacidades al equipo de docentes y docentes orientadores como parte de la implementación la política de salud mental en el contexto educativo.

MARCO DE REFERENCIA

Los docentes cumplen un rol esencial en la promoción de la salud mental de sus estudiantes, convirtiéndose muchas veces en los primeros referentes de apoyo emocional y orientación. Sin embargo, los estigmas asociados a los trastornos mentales, la sobrecarga laboral y la falta de herramientas para la escucha activa limitan la capacidad de respuesta y generan desgaste personal y profesional.
Por ello, se propone un espacio formativo que brinde conocimientos y recursos prácticos para el autocuidado docente y el fortalecimiento de la escucha activa.

OBJETIVOS

General: Fortalecer las capacidades del equipo de docentes y docentes orientadores mediante un espacio formativo promueve la comprensión de la salud mental y la reducción del estigma asociado, así como el desarrollo de prácticas de autocuidado y cuidado mutuo, incorporando además herramientas básicas de escucha activa.

Objetivos específicos: Sensibilizar a los docentes sobre la importancia de reducir el estigma frente a la salud mental.
Brindar estrategias de autocuidado y cuidado mutuo aplicables en el ámbito escolar y comunitario.

Desarrollar habilidades prácticas de escucha activa para una mejor interacción con estudiantes y familias.

CONTENIDOS

a. Salud mental y estigma: mitos, realidades y su impacto en la comunidad educativa.

b. Autocuidado y cuidado mutuo: estrategias prácticas para la gestión del bienestar docente.

c. Escucha activa: elementos y técnicas para fortalecer la comunicación empática.

PROCESO METODOLÓGICO

Momento de Desarrollo de la Actividad

Apertura
Dinámica rompehielos: “Círculo de confianza” (cada docente comparte una palabra que represente cómo llegó al encuentro).

Presentación de objetivos y temas del encuentro.

Desarrollo

Módulo 1: Salud mental y estigma Reflexión guiada y análisis de frases comunes relacionadas con mitos sobre salud mental.

Módulo 2: Autocuidado y cuidado mutuo Taller vivencial de identificación de prácticas personales y grupales de autocuidado.

Módulo 3: Escucha activa Ejercicios de técnicas de escucha y retroalimentación.

Actividad de Síntesis

Entrega de folleto informativo

Puntos Pendientes

• Profundizar en la implementación práctica de las rutas de atención en casos complejos.
• Primeros auxilios psicológicos

Evaluación / Sistematización

• **Evaluación rápida:** al cierre, cada docente comparte una idea clave aprendida y un compromiso personal para aplicar en su rol.

• **Sistematización:** Las facilitadoras consolidarán las reflexiones, compromisos y sugerencias de los docentes, para orientar futuras capacitaciones.



Firma del profesional responsable