



Ministerio
del Poder Popular
para la **Educación**

Cada Familia Una Escuela

PLAN DE ATENCIÓN

***Familia, manejo socioemocional
en época de cuarentena.***

DOCUMENTO



FAMILIA, MANEJO SOCIOEMOCIONAL EN ÉPOCA DE CUARENTENA

La familia venezolana y el mundo se enfrentan actualmente ante un nuevo y desafiante reto: afrontar con fortaleza, eficiencia y responsabilidad el ataque del COVID-19. Se ha establecido la obligatoriedad de cumplir el aislamiento como medida de protección para toda la población. A este período inédito en la historia social del mundo y del venezolano se le ha llamado cuarentena y ha implicado que cada familia con todos sus miembros deban permanecer resguardados en sus viviendas y hogares, evitando el contacto físico con otras personas ajenas a este.

El Gobierno Bolivariano del Presidente Nicolás Maduro desde su VISIÓN HUMANISTA SOCIAL, plantea como centro de toda política al ser humano y se dispone a seguir protegiendo a la ciudadanía venezolana y cumpliendo con los derechos fundamentales, como lo son la Vida, la Salud y la Educación, entre otros.





La Educación en la República Bolivariana de Venezuela es un derecho humano y un deber social, tal cual lo expresa la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999) y la Ley Orgánica de Educación (2009). Este marco legal define la responsabilidad del Ministerio del Poder Popular para la Educación quien en estos momentos difíciles debe contribuir a facilitar la sana convivencia de la familia venezolana durante este particular periodo que puede alargarse dependiendo de la evolución mundial y nacional de la pandemia.

En la actualidad la Educación en Venezuela se encuentra iniciando el tercer momento pedagógico del año escolar 2019-2020. En medio de esta coyuntura mundial y nacional se propone garantizar tres elementos imprescindibles: la continuidad del año escolar 2019-2020: garantizando la permanencia y la prosecución de la población estudiantil, a través de la estrategia de la Educación a distancia, mantener el Programa de Alimentación Escolar (PAE) y contribuir a la nueva organización del Sistema Familiar y su atención socioemocional.



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación

**Cada Familia
Una Escuela**



**EDUCACIÓN
A DISTANCIA**



**PROGRAMA DE
ALIMENTACIÓN
ESCOLAR**



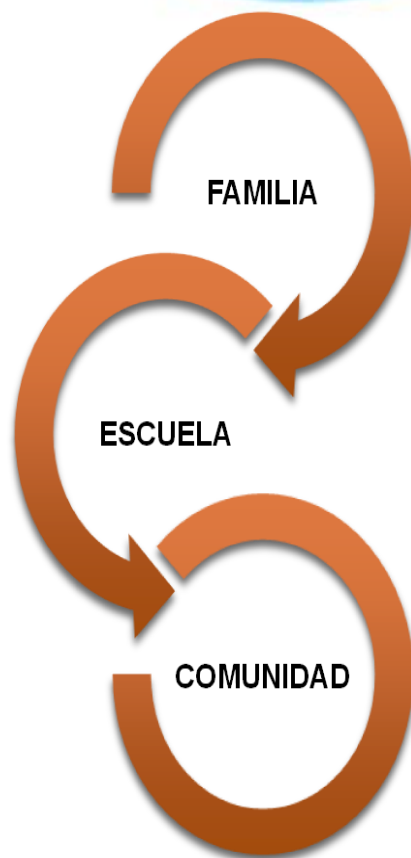
**ATENCIÓN
SOCIOEMOCIONAL
A LA FAMILIA**



Cada Familia Una Escuela



Para ello, el MPPE fortalece la vinculación plena entre la triada FAMILIA – ESCUELA– COMUNIDAD, como motor de transformación, con un poder comunal corresponsable del hecho educativo, todo ello encaminado hacia la consolidación de la comunalización de la educación y se plantea el aislamiento como una medida efectiva de protección de la familia, asumiéndolo como AISLAMIENTO FÍSICO, no social, entendiendo que hoy más que ayer debemos estar interconectados por todos los medios posibles, fortalecer el VÍNCULO y la UNIÓN SOCIAL, en donde el Poder Popular cumple un papel estelar en lo organizativo para fortalecer lo preventivo y garantizar la protección social a nuestro Pueblo.



**COMUNALIZACIÓN
DE LA EDUCACIÓN**



**Poder Popular
UNIÓN SOCIAL**



**Protección Social
del Pueblo**





Cada Familia Una Escuela



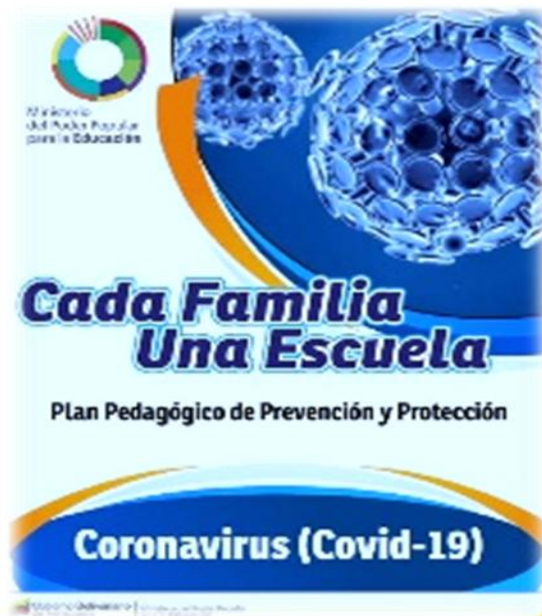
Para el abordaje del primer elemento se ha avanzado en acciones que se construyen en la práctica, logrando abarcar todo el territorio nacional a través del PROGRAMA “CADA FAMILIA UNA ESCUELA”, siendo este un Plan Pedagógico de Prevención y Protección a la población estudiantil venezolana del sector oficial y privado y a su familia para la prevención del COVID-19. Se plantea la EDUCACIÓN A DISTANCIA a través del uso de todas las plataformas de comunicación disponibles, entendiendo las dificultades de conectividad y energética de cada estado:

- La televisión
- La radio
- Internet
- Whatsapp
- Correos electrónicos
- Telegram
- Redes sociales



EDUCACIÓN A DISTANCIA

Por otra parte, se establece la comunicación bidireccional entre la familia y la escuela, en donde el maestro juega un papel importante, para orientar y formar a la familia, en los contenidos, estrategias, recursos, adaptaciones curriculares, convivencia, entre otros.





PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Un segundo elemento, el Programa de Alimentación Escolar (PAE) a través de los Comités Escolares de Abastecimiento y Producción (CEAP) en articulación con el Poder Popular y sus organizaciones sociales, como lo son las Comunas y el Partido Socialista Unido de Venezuela (PSUV), entre otras. Los Comités Escolares de Abastecimiento y Producción (CEAP) conformados por: 2 Docentes, 2 Movimiento Bolivariano de Familia (MBF), 2 Cocineras de la Patria, 2 Movimiento Estudiantil, 2 Consejos Comunales y 2 Milicia Bolivariana.



Este esfuerzo por proteger nuestra población estudiantil nos permite abarcar en la actualidad a 5 Millones 300 mil estudiantes en 24 mil escuelas de todos los niveles y modalidades educativas del territorio nacional, así como también el fortalecimiento de este Programa como instrumento de RESISTENCIA, BATALLA y VICTORIA.



FAMILIA: MANEJO SOCIOEMOCIONAL EN ÉPOCA DE CUARENTENA

Para el logro del tercer elemento es imprescindible abordar un asunto de alta complejidad, como lo es el regular y determinar la calidad de las relaciones humanas, donde diferentes ciencias (educación, psicología y sociología entre otras) hacen progresivamente aportes para explicar y establecer mejoras en el comportamiento de las personas en sus diferentes entornos.

El sistema familiar es una organización donde confluyen intensamente afectos, emociones y donde afloran regularmente las características de cada persona. La intimidad de las relaciones familiares facilita que las personas expresen sus mejores fortalezas, pero también sus más grandes debilidades. Surge entonces la necesidad de generar información eficaz y oportuna para acompañar a las familias durante la cuarentena.

Esta información debe brindar educación relativa a la salud mental, las relaciones humanas, el sano manejo de las emociones y la conservación de la dinámica familiar dentro de parámetros que garanticen el pleno desarrollo de cada uno de sus miembros desde el respeto por sus diferencias individuales y fortaleciendo la cooperación en colectivo.

Por ello, como un primer aspecto que aporta la psicología a la educación familiar que urge en este momento, está el conocer lo relativo a la salud mental como un elemento fundamental de la salud general. La O.M.S. define salud como un estado de completo bienestar que implica tanto lo físico como lo mental y lo social, enfatizando que no se trata meramente de ausencia de afecciones o enfermedades. Entre tanto, la salud mental alude a un estado de bienestar en el que la persona está consciente de sus propias capacidades y puede afrontar las tensiones normales de la vida, así como trabajar de una forma productiva y fructífera siendo capaz de hacer contribuciones a su comunidad.



Cada Familia Una Escuela



Dado estos primeros elementos que guían el afrontamiento de la cuarentena desde lo constructivo, es necesario entonces conocer que permanecer en aislamiento físico, amerita del uso de mecanismos de adaptación a la nueva situación. La adaptación a esta cuarentena, implica para las personas y las familias un intenso esfuerzo emocional.

Es por ello, que se trata de establecer la necesidad de aprender a ser más tolerante, más solidario, más responsable, más cooperador y en general sacar todas las fortalezas del ser y los valores en las relaciones humanas y familiares: amor, fe, respeto, solidaridad y compañerismo entre otros. En función de evitar: violencia intrafamiliar, situaciones de estrés, incertidumbre, temores, ansiedad, aburrimiento, tensión o cansancio, los cuales se pueden percibir en formas de actuar como falta de apetito, sueño, inquietud, hiperactividad, tristeza, berrinches, entre otros.

Es imprescindible cuidar los vínculos afectivos en la familia. Cada uno de sus miembros puede contribuir a la tranquilidad, armonía y construcción en familia. Sostenerse unos a otros en tiempos de dificultades es un rasgo positivo de unidad y fortaleza. No obstante, siendo una tarea de permanente resistencia emocional, se deben generar alternativas orientadoras para que este objetivo de la cuarentena no incida negativamente en la salud mental de las y los venezolanos.





No es de extrañar que en los momentos iniciales de la cuarentena y aún a todo lo largo de la misma, se incremente el riesgo y manifestación de ansiedad, irritabilidad, depresión, agresividad y desasosiego entre personas sin muestras anteriores de problemática psiquiátrica o psicológica. Se trata de reacciones adaptativas ineficientes que si no son atendidas y corregidas oportunamente generarán malestar no solo en la persona que lo manifieste sino también en el resto del grupo familiar que comparte el espacio físico para la cuarentena.

En este momento histórico, es necesario afrontarlo como momento para:

- El encuentro con la FAMILIA, el HOGAR y nuestras raíces ancestrales. (abuelas y abuelas)
- Favorecer la COMUNICACIÓN entre padres, hermanos, primos, tías, tíos, nietos, nietas, hijas e hijos, amigos y amigas, vecinas y vecinos.
- Implementar medidas de PROTECCIÓN e INFORMACIÓN.





- Convivir en SOLIDARIDAD y el BIEN COMÚN.
- Practicar la NUEVA ORGANIZACIÓN FAMILIAR: la rutina, disciplina, orientación, paciencia, flexibilidad, adaptabilidad, comprensión, compartir, respeto a la diversidad, atención en dependencia de las potencialidades y necesidades de cada miembro de la familia, la lectura y el estudio. Definición de espacios y creación de condiciones.
- Fortalecer la ORGANIZACIÓN COMUNITARIA, afinando el vínculo con el Poder Popular e ir construyendo y practicando la comunalización de la educación.
- Aprender de la ESCUELA A DISTANCIA en comunicación directa del director y el o la maestra con la familia y con sus estudiantes.
- La CONEXIÓN A DISTANCIA, con otros familiares, amigos a través de llamadas, internet y otros





PARA EL GRUPO FAMILIAR

A los fines de hacer desde la psicología y la educación, prevención de alteraciones severas de la dinámica familiar, se aportan algunos elementos que podrían mantener el control y la armonía en casa y que a su vez pueden ser desarrollados a lo largo de una campaña informativa para las familias

1-Organización flexible de rutinas y horarios que faciliten la atención de las necesidades propias de cada miembro de la familia de acuerdo a su edad, necesidades y características individuales. Dentro de ellas algunas tareas pendientes o que requieran ser atendidas en el momento.

2-Búsqueda del equilibrio entre tiempo compartido en familia y tiempo individual para actividades particulares. Es importante el encuentro consigo mismo y con la familia.



3-Desarrollo de las tareas del hogar entre los miembros de la familia, en forma equitativa y justa de acuerdo a las fortalezas y debilidades de cada persona. Importante reconocer las características individuales especialmente de niños y personas de la tercera edad.



4-Propiciar la tolerancia entre todos los miembros de la familia, jugar con las invitaciones cordiales para la participación, sin que esto resulte en imposiciones desagradables. Hacer cosas que le gusten a todos y que generen el contacto con emociones como la alegría, el amor, el respeto, compartir recuerdos y juegos.

5-Rescate de hábitos como la lectura compartida, combinando con el uso responsable de internet, redes sociales, televisión y radio.

6- Generar percepciones optimistas de la realidad, (teoría del vaso medio lleno o medio vacío)

7- Reconocer los beneficios de la práctica del agradecimiento como generadora del crecimiento espiritual y emocional de cada persona. Aprender a reconocer todos los factores protectores y positivos de las situaciones y las personas de la familia a la que se pertenece.

8- Reconfigurar durante la cuarentena, la manera de dar y recibir afecto. Propiciar interacciones nutritivas que fortalezcan el ser para el pleno desarrollo de las potencialidades de cada persona.





9- Aprender a identificar y controlar las emociones difíciles como lo son el miedo, la rabia, la tristeza y la incertidumbre. Comprender que se puede experimentar cada emoción para trascender situaciones y crecer emocionalmente. Prestar atención a las emociones del otro y de ti mismo, hablar de lo que se siente.

10- Evitar la sobre información, no leer todo lo que envían, ni creer todo lo que dicen. Prestar atención a la información oficial. Identificar las noticias falsas (fake news). Aprender a desechar mensajes que generen angustias, miedos, incertidumbre.

11.-El humor es una de las mejores estrategias, úsenla.





12.-Ubicar un buen espacio para realizar relajación o meditación es una excelente herramienta, se puede practicar diariamente.

13.-Buscar temas de conversación de interés para la familia, para distraer el tema del coronavirus.

14.-Consolidar y ratificar la responsabilidad colectiva que tiene cada miembro de la familia desde su individualidad, cuando se acata la cuarentena y se contribuye de esta forma a un bien mayor en colectivo y que atañe a todos: Superar con éxito, salud y vida el ataque del COVID-19 en nuestro país.

Estos aspectos desarrollados en este primer papel de trabajo, representan la etapa inicial de un plan de atención psicológica a la familia venezolana en tiempos de cuarentena.



PARA LAS NIÑAS Y NIÑOS

1. Presta atención al comportamiento de los niños y las niñas en la casa, pueden aparecer dudas, emociones, angustias y emociones diferente o incrementar algunas conductas que ya se manifestaban.
2. Responde a sus dudas sin generar miedos o angustias, explica de forma sencilla lo que ocurre y las medidas de prevención.
3. Los niños y las niñas deben distraerse, divertirse, ocuparse de sus tareas, hacer otras actividades lejos del tema del virus.
4. Protégelos amorosamente, dale seguridad, tranquilidad y confianza.





PARA LOS ADOLESCENTES

1. Diseñar su propia rutina diaria coordinada con el resto de la familia.
2. Participar de las conversaciones familiares.
3. Ubicar películas de su interés, música y juegos.
4. Avanzar en sus estudios, buscar información por internet, realizar tareas pendientes, repasar conocimientos.
5. Compartir con amistades a través de la vía telefónica o por internet por tiempos acordados.
6. Conversar, escucharlos, indagar sus emociones.
7. Apoyar en los quehaceres de su hogar.
8. Estar pendiente de los adultos mayores, compartir por ratos con ellos y preguntar su historia familiar.



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación

**Cada Familia
Una Escuela**



PLAN DE ATENCIÓN

FAMILIA, MANEJO SOCIOEMOCIONAL EN ÉPOCA DE CUARENTENA





PROPUESTAS

1. CREACIÓN ESPONTÁNEA DE CÁPSULAS INFORMATIVAS:

Las propuestas anteriores dan pie para la conformación de temas que permitan crear algunas cápsulas determinadas y otras de forma casera con sus teléfonos celulares y mostrando la realidad cotidiana con mensajes sencillos, claros, agradables, informativos y formativos dirigidos a la Salud Mental de la familia venezolana, en forma de tips que puedan estar en la programación de televisión, radio, redes sociales:

TEMAS:

- Organización flexible de rutinas y horarios.
- Búsqueda del equilibrio: Invitar a compartir las emociones, evitar peleas y conflictos.
- Actividades concertadas en familia: encuentros recreativos, tareas del hogar entre todos los miembros de la familia.
- Demostrar seguridad, confianza y flexibilidad.
- Crear un ambiente participativo y democrático.





Cada Familia Una Escuela



- Agradecer los aspectos positivos de la convivencia familiar, percepciones optimistas de la realidad.



- Responder cualquier incertidumbre sobre la pandemia, la enfermedad y la muerte.

- Tolerancia. Respeto por la diversidad.

- Buen trato a las personas con necesidades educativas especiales discapacidad.



- Hábitos como la lectura compartida, combinando con el uso de internet, redes sociales, televisión y radio.

- Reconocer todos los factores protectores: evitar la sobre información

- Dar y recibir afecto.

- El humor es una de las mejores estrategias.

- Relajación o meditación.

- Responsabilidad colectiva.

- Otras.





2. ANECDOTARIO EN CUARENTENA:

•Publicar diferentes experiencias positivas de la cuarentena. Se creará un BLOG GRATUITO (en la plataforma wordpress) el cual será alimentado diariamente, con las narraciones recibidas vía redes sociales desde los hogares venezolanos.

Se propone la conexión diaria por redes sociales. Se publica la campaña por las redes oficiales del MPPE y se envía nota de prensa a los medios de comunicación anunciando el inicio de la misma.

3. ACTIVAR UN ESPACIO DIGITAL para cargar materiales creativos de lectura, videos con cuentos, poemas y otras manifestaciones culturales referidas a la cuarentena en la República Bolivariana de Venezuela. (PÁGINA WEB MPPE)



4. CONFORMACIÓN DE GRUPOS DE APOYO

Se trata de la organización de equipos técnicos para conformar grupos de apoyo dirigidos a la atención de las emociones de la familia en cuarentena:

PASOS:

1. Selección de los equipos por cada entidad federal.
2. Inducción de los equipos seleccionados a través de un Taller Virtual. (24 participantes)
3. Un primer encuentro para identificar y compartir experiencias, intereses, necesidades comunes, intercambiar información y organizar la atención a la familia en cada Estado.

CONTENIDOS DEL TALLER: Fases para afrontar pérdidas, rol de consejero, actitudes parentales, aceptación y afectos, hostilidad, indiferencia, perfeccionismo, sobreprotección compensadora, mecanismos defensivos, manejo de los grupos, entre otros.

FINALIDAD: Organizar un grupo para apoyar a la familia venezolana que presenten situaciones de alarma en el período de cuarentena.



24 ZONAS EDUCATIVAS

- Al referirse al aislamiento se debe asumir como aislamiento físico, no social, estamos en momentos de fortalecer los vínculos y la unión, con valores de solidaridad, hermandad y bien común.
- Continuar ejecutando planes tales como: Préstame tu cuaderno y otros, sin olvidar las medidas preventivas.
- Hacer seguimiento a las orientaciones del PLAN DE ATENCIÓN: FAMILIA, MANEJO SOCIOEMOCIONAL EN ÉPOCA DE CUARENTENA (MPPE)
- Se propone ORGANIZACIÓN NACIONAL para la expansión en todo el territorio y que llegue a cada casa de nuestra población estudiantil.
- Generar acciones que contribuyan a la creación de un clima de paz y serenidad para mantener el equilibrio socioemocional.
- Al informar o comunicar se debe usar un lenguaje claro, sencillo, comprensivo, inclusivo, integrador, participativo y optimista.
- Mantener comunicación permanente con las y los Directores y el personal de las instituciones educativas.
- Crear mecanismos de detección y atención de situaciones emocionales en los hogares de la población estudiantil que pudieran generar alertas difíciles de manejar.
- Evitar la sobre información al personal directivo y docente de las instituciones educativas.
- Seleccionar el responsable de organizar el Grupo de Apoyo e su estado. (Psicólogos, trabajadores sociales)



MATERIALES CONSULTADOS

Arismendi. Dulce Alegría, 2020. “Manejo del estrés o emociones de la familia en tiempo de cuaresma”.

Colectivo Psicólogos por el Socialismo, 2020. “Cuarentena Social: Cómo manejar las emociones”. Material mimioográfico dirigido a los Consejos Comunales.

Colectivo Psicólogos por el Socialismo, 2020. “Propuestas para masificar aspectos psicológicos.

Domínguez, Aimara, 2020. “La familia venezolana afrontando la cuarentena desde el compromiso con los suyos y con la patria”.

Domínguez, Aimara, 2020. Fundamentación de los grupos de apoyo a las familias, como estrategias de afrontamiento socioemocional durante el período de cuarentena por el COVID-19.

Ministerio del Poder Popular para la Educación. “Informe Psicosocial Nacional” Compendio de las 24 Zonas Educativas.

Ministerio del Poder Popular para la Educación. CEAP

MPPE: Plan Psicosocial de Distrito Capital, Bolívar, Anzoátegui y el Zulia.

MPPE: Aportes “Psicosocial de las 24 Zonas Educativas”. (Compendio)