

Caja de Herramientas  
**Zonas Libres de Violencia**  
Proyecto Artivismo y Equidad

5. Bienestar





**Caja de Herramientas - Zonas Libres de Violencia.  
Proyecto Artivismo y Equidad**

Humberto Salazar

**Director Ejecutivo de Fundación Esquel**

Anabel Bilbao García

**Coordinadora Área de Gestión de Aprendizaje y Calidad**

**Equipo técnico Proyecto Artivismo y Equidad:**

Paulina Boada

Pedro Chanabá

Liliana Orozco

Carlos Gallegos

Rodrigo Iturriza

**Elaboración y edición de contenidos:**

La Comunidad para el Desarrollo Humano

**Diseño y diagramación:**

Sara Castillo

**Colección editorial:**

Más allá del aula: herramientas

y metodologías para la innovación educativa.

Quito, 2021

**© Fundación Esquel**

Av. Colón E4-175, entre Amazonas y Foch

Ed. Torres de la Colón, Mezzanine, ofic. 12

Quito, Ecuador

Teléfono: (5932) 252-0001

[www.esquel.org.ec](http://www.esquel.org.ec)

**Comentarios sobre la edición y el contenido de esta  
publicación a:** [fundacion@esquel.org.ec](mailto:fundacion@esquel.org.ec)

Una publicación de Fundación Esquel con el apoyo de:



UNDEF



ESQUEL



La Comunidad  
para el desarrollo humano



## Índice

Introducción .....	5
¿Qué es la caja de herramientas .....	6
Objetivos .....	6
Público objetivo .....	6
Metodología.....	7

<b>Bienestar .....</b>	<b>12</b>
------------------------	-----------

<b>Infraestructura .....</b>	<b>13</b>
------------------------------	-----------

<b>Herramienta 1: Herramienta de identificación y mejoramiento de espacios proclives a violencia .....</b>	<b>13</b>
--	-----------

Contexto .....	13
----------------	----

Objetivo General .....	14
------------------------	----

Dirigido a .....	14
------------------	----

Descripción de la herramienta .....	15
-------------------------------------	----

Uso de la herramienta .....	15
-----------------------------	----

Desarrollo de la herramienta .....	16
------------------------------------	----

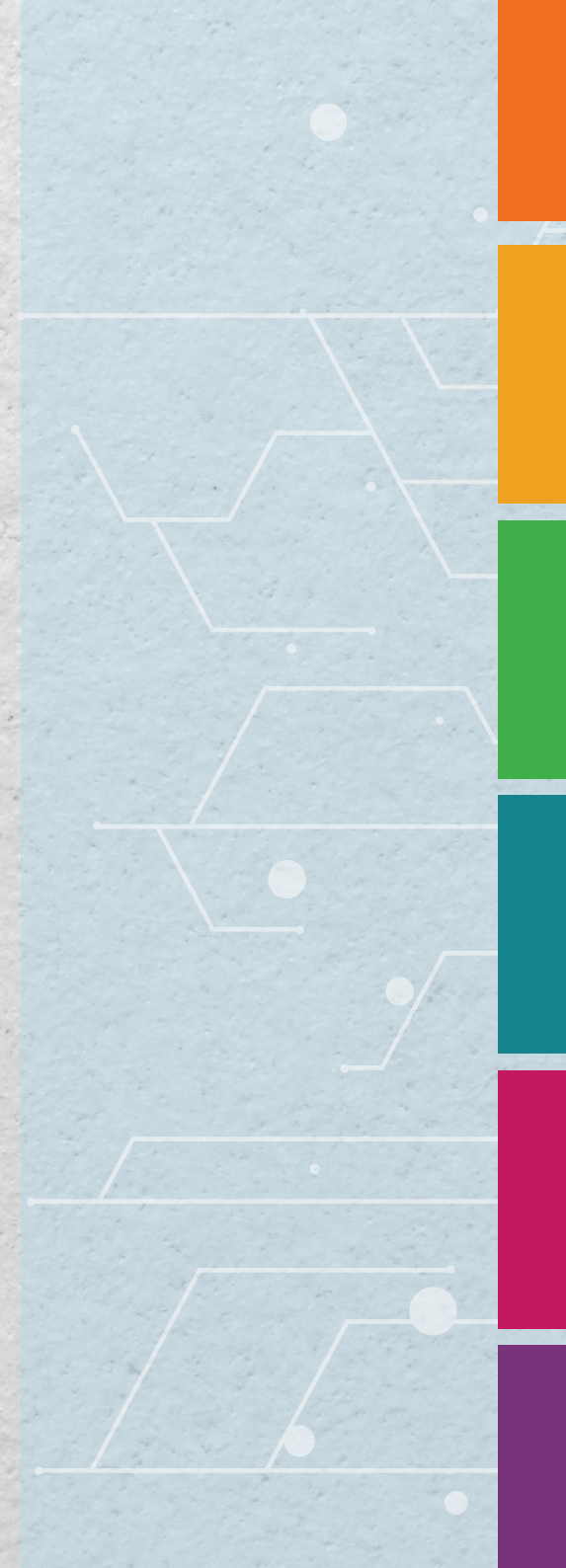
1ra etapa: Organización de asambleas participativas .....	16
---	----

2da etapa: Desarrollo de las asambleas participativas y ficha modelo de mapeo de espacios proclives a violencia .....	18
--	----

3ra etapa: Implementación de propuestas .....	21
---	----



<b>Psicológico</b> .....	<b>24</b>
<b>Herramienta 1: Encuesta diagnóstica sobre las condiciones de bienestar en el ambiente educativo</b> .....	<b>24</b>
Contexto .....	24
Objetivo General .....	25
Dirigido a .....	25
Descripción de la herramienta .....	26
Uso de la herramienta .....	26
Desarrollo de la herramienta .....	27
Encuesta diagnóstica .....	27
Recursos de apoyo .....	36





## Introducción:

La peligrosa naturalización de la violencia y sin sentido que individuos y colectivos experimentan día a día, está mostrando la imperiosa necesidad de transformar el rumbo que lleva la civilización mundial actual.

Para intentar ese gran cambio, es necesario apoyarse en lo positivo, es decir todo aquello que construye una comunidad solidaria, organizaciones solidarias y proyectos de vida personales solidarios. Es imprescindible valorar personas, redes y organizaciones positivas y apuntar a que la suma de todo ello se convierta en un conjunto poderoso, para concretar el cambio deseado.

La aspiración, es construir espacios libres de violencia, participativos y coherentes, donde el ser humano sea el valor central y donde cada individuo pueda reconectarse con el verdadero sentido de su vida y vivir conforme a él.

Fundación Esquel con el Apoyo de UNDEF, a partir de febrero 2019, ponen en marcha el proyecto “Artivismo y Equidad”. Promoción de la Igualdad de Género en el Ecuador a través del Artivismo Juvenil. Como una actividad central al proyecto se propone el desarrollo de un Modelo de Zonas Libres de Violencia para instituciones educativas del Distrito Metropolitano de Quito.

Para la elaboración de este modelo, se contrata a la Fundación La Comunidad para el Desarrollo Humano, organización que es parte del Movimiento Humanista Internacional y cuenta con una larga trayectoria en el desarrollo de iniciativas de No Violencia.

En correspondencia con lo anterior la construcción de Zonas Libres de Violencia al interior de las instituciones educativas, que posteriormente puedan replicarse en otros espacios sociales, se convierte en una importante alternativa para enfrentar las distintas formas de violencia en general y violencia basada en género en particular.

En el mismo sentido y como apoyo al proceso, se identifica la necesidad de contar con una Caja de Herramientas, que incorpore una batería de recursos prácticos de apoyo en la desactivación de la violencia al interior de las IE y que incluya elementos técnicos que aporten en el avance progresivo de los planes de mejora definidos por las instituciones participantes en el proyecto.



## ¿Qué es la caja de herramientas?

La Caja de Herramientas es un conjunto de instrumentos de trabajo pedagógico, práctico y lúdico que apuntan a facilitar la implementación de acciones para desactivar la violencia naturalizada en los distintos ámbitos del quehacer institucional. Este material brinda elementos metodológicos para trabajar en tres niveles: el pensar, el sentir y el actuar. Contiene lineamientos conceptuales, imprescindibles en áreas como planificación, pedagogía y didáctica y finalmente provee insumos técnicos para mejorar la eficacia de la institución en el cumplimiento de sus objetivos.

Cada componente de la Caja de Herramientas, aporta con un enfoque de derechos, equidad e inclusión a la gestión de las IE, garantizando procesos que promuevan la No Violencia, la no discriminación, el respeto a las diversidades, la inclusión a personas en situación de movilidad humana y discapacidad.

### Objetivos:

- Aportar con instrumentos pedagógicos y lúdicos para la desactivación de la violencia personal, institucional y social en la comunidad educativa.
- Acompañar a las instituciones educativas con herramientas técnicas y metodológicas que impulsen acciones tendientes a concretar sus planes de mejora.
- Fortalecer la implementación de Zonas Libres de Violencia, a través de insumos organizativos y de formación.

### Público objetivo:

La Caja de Herramientas brinda insumos para concretar acciones, con y para los actores de la comunidad educativa, en dirección de construir una institución solidaria, que promueva la convergencia, de personas e instituciones positivas, para la formación de redes y para que constituyan una comunidad educativa integral y libre de violencia.



## Metodología:

La Caja de Herramientas, propone la No Violencia Activa, como metodología general de acción, para enfrentar la violencia naturalizada. Esta metodología está pensada para fortalecer los tres planos en los que se requiere actuar: personal, institucional y social. La propuesta de acción simultánea en los tres planos, constituye la estrategia de cambio para convertir esta cultura violenta, individualista y competitiva en una cultura No Violenta, activa y solidaria.

Implementar propuestas de cambio, implica trabajar en el pensar, sentir y actuar como ejes transversales de un modo integral de aprendizaje. Por ello a la hora de diseñar y elaborar los contenidos, se propone como parte del enfoque, reemplazar las reglas competitivas o de imposición por las de cooperación en todos los campos, esto como medio para sustituir el enfoque violento del cambio, por un enfoque No Violento y activo que enfatiza en el diálogo y la colaboración atendiendo a lo positivo para que crezca, en lugar de atender a lo negativo para eliminarlo. La Metodología de la No Violencia Activa, consiste en atender a lo positivo y hacerlo crecer, construyendo nuevas formas de relación basadas en la empatía, el respeto y la comunicación asertiva y no violenta.

La caja incluye además, insumos que aportan a la concreción de los planes de mejora planteados por la IE en el contexto de construcción progresiva de Instituciones Educativas No Violentas.

Para un mejor manejo de la Caja de Herramientas, se la ha dividido en cinco dimensiones que tienen correspondencia con las áreas de evaluación usadas para el proceso previo de autodiagnóstico aplicado a las instituciones educativas.

Al interior de cada dimensión y subdimensión, se encuentran las herramientas solicitadas por las IE, bajo el criterio de necesidad prioritaria.

La Caja es un conjunto de instrumentos de trabajo pedagógico, práctico y lúdico que facilita la implementación de acciones para desactivar la violencia naturalizada, por tanto está pensada para que cada una de sus herramientas, pueda ser usada de modo individual y sin ningún orden específico o como parte de un proceso de cambio. Es de interés que cada institución acuda a ella, tanto para generar procesos planificados de desactivación de violencia, como para tomar un insumo necesario en una situación específica.

A continuación, el detalle de las dimensiones, subdimensiones y herramientas, consideradas para la estructuración de esta Caja de Herramientas:



## Planificación

La dimensión Planificación, identifica aspectos relativos a la organización del esquema de trabajo en las instituciones educativas en dirección de constituirse en zonas libres de violencia.

Propone las siguientes subdimensiones y herramientas:

PLANIFICACIÓN	Planificación Estratégica	Programa de actualización en Cultura de Paz y No Violencia.
		Guía para la transversalización del enfoque de género en los Proyectos Educativos Institucionales (PEI) y en la actualización del Código de Convivencia Institucional (CC).
	Gestión Educativa	Guía metodológica para la construcción de planes de formación en cultura de paz y No Violencia.

## Pedagogía y Didáctica

La dimensión Pedagogía y Didáctica, hace alusión a la eficacia y actualización de los instrumentos pedagógicos usados en el aprendizaje, así como a las herramientas cotidianas que facilitan el acceso al conocimiento, construyendo de este modo, una educación integral libre de violencia.

Propone las siguientes subdimensiones y herramientas:

PEDAGOGÍA Y DIDÁCTICA	Trabajo en el Aula	El autocuidado docente: condición fundamental para la promoción de No Violencia en el aula. TIC: <a href="https://n9.cl/ujk6z">https://n9.cl/ujk6z</a>
		Herramienta de Desarrollo de Habilidades para la Vida. TIC: <a href="https://n9.cl/6xeck">https://n9.cl/6xeck</a>



## Convivencia

La dimensión Convivencia, identifica aspectos relativos a las prácticas institucionales en todos los espacios donde se producen relaciones entre los miembros de la comunidad educativa, promoviendo nuevos modelos armónicos y no violentos.

Propone las siguientes subdimensiones y herramientas:

CONVIVENCIA	Inclusión	Manual para la implementación de Zonas Libres de Violencia
		Herramienta para la prevención de violencia a grupos vulnerables: <ul style="list-style-type: none"><li>• Taller de diversidad sexo-genérica.</li><li>• Club de Defensa de los Derechos de la Mujer. TIC: <a href="https://n9.cl/i70cz">https://n9.cl/i70cz</a></li><li>• Calendario de actividades para la inclusión de personas en situación de movilidad humana.</li><li>• Protocolo de inducción a estudiantes nuevos y con discapacidad.</li></ul>



## Participación

La dimensión Participación, identifica prácticas institucionales que faciliten la cooperación y el aporte de los miembros de la comunidad educativa, creando espacios relacionales no violentos y con sentido.

Propone las siguientes subdimensiones y herramientas:

PARTICIPACIÓN	Prácticas Democráticas	Mecanismos democráticos alternativos: <ul style="list-style-type: none"><li>• Clubes de participación.</li><li>• Buzón de retroalimentación.</li><li>• Asambleas estudiantiles.</li><li>• Formación ciudadana y derechos humanos.</li></ul>
	Redes	Redes de intercambio para prevención de violencia.
		Herramienta de corresponsabilidad parental. TIC: <a href="https://n9.cl/z2q15">https://n9.cl/z2q15</a>



## Bienestar

La dimensión Bienestar identifica mecanismos para mejorar la vivencia cotidiana en las instituciones educativas. Adicionalmente, atiende aspectos relativos al bienestar interno de sus miembros.

Propone las siguientes subdimensiones y herramientas:

BIENESTAR	Infraestructura	Herramienta de identificación y mejoramiento de espacios proclives a violencia
	Psicológico	Encuesta diagnóstica sobre las condiciones de bienestar en el ambiente educativo TIC:: <a href="https://n9.cl/ywxi">https://n9.cl/ywxi</a>



# 5. Bienestar





## Infraestructura

### Herramienta

# 1

### Herramienta de identificación y mejoramiento de espacios proclives a violencia



#### Contexto:

Uno de los aspectos que habitualmente no se tiene en cuenta en la organización institucional, es la infraestructura, por esta razón con el paso del tiempo hay espacios que suelen quedar sin atención, convirtiéndose en lugares poco seguros, que pueden permitir o facilitar el desarrollo de situaciones violentas. Por otro lado, el desgaste de la infraestructura provoca que algunas áreas dejen de cumplir con sus funciones e imposibiliten una experiencia educativa óptima de algunos miembros de la IE. Atendiendo a esta dificultad, se presenta una herramienta, donde de forma participativa, los miembros de la comunidad educativa puedan evaluar los distintos espacios físicos de la institución, para determinar su correcto funcionamiento y rehabilitar aquellos que son proclives a la violencia, convirtiéndolos en espacios seguros de arte, creatividad, lectura, uso del tiempo libre, entre otros.



[Volver al índice](#)

## Objetivo General:

Evaluar la infraestructura de las instituciones educativas a través de un mapeo colaborativo con el fin de dar mantenimiento, transformar o eliminar espacios que pueden ser proclives a actos violentos o que no permiten que los miembros de la comunidad educativa tengan una experiencia educativa plena.

## Objetivos específicos:

- ✓ Generar asambleas que integren a toda la comunidad educativa en una evaluación de espacios físicos.
- ✓ Construir propuestas conjuntas en el caso de que la institución educativa requiera transformación o reparación de espacios físicos.

## Objetivos pedagógicos:

- ✓ Presentar un modelo de organización y participación para la construcción de asambleas participativas, equitativas y no violentas.
- ✓ Sistematizar las propuestas de reparación y transformación de infraestructura en fichas descriptivas que le permitan a la institución realizar un seguimiento constante

## Dirigido a:

Estudiantes  
Padres de familia  
Docentes, autoridades y personal administrativo





[Volver al índice](#)

## Descripción de la herramienta:

Esta herramienta es participativa e involucra a todos los actores. Se ha pensado en rehabilitar los espacios proclives a violencia, a partir de la creatividad de estudiantes, padres y docentes, usando recursos humanos, técnicos, tecnológicos, etc. que los distintos actores puedan aportar, sin afectar su economía. En cuanto a mobiliario y materiales, se sugiere reusar, reubicar y reciclar aquellos que ya se tienen en las instituciones y los que estudiantes y padres puedan aportar.

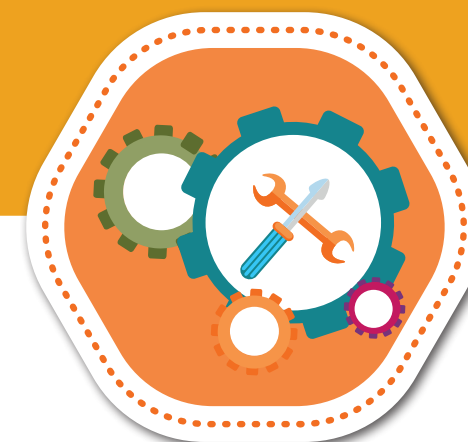
La idea fundamental es transformar escaleras oscuras, rincones abandonados, espacios en mal estado, en lugares de lectura, de encuentro, de expresión artística, etc.

Para el proceso de intervención, esta herramienta consta de tres partes. La primera es la organización de asambleas participativas para realizar una evaluación conjunta, la segunda es el desarrollo de las mismas que incluye una ficha modelo del mapeo de espacios proclives a violencia, donde las y los participantes puedan organizar la información planteada en la asamblea y la tercera es la implementación de la propuesta.

## Uso de la herramienta:

Para implementar esta herramienta deben considerarse todos los pasos que se plantean, pues esto garantizará la realización de un proceso participativo donde se escuche la voz de todos y todas de forma ordenada.

El proceso se ha organizado por etapas y se ha considerado que la herramienta se adapte al número de estudiantes de cada institución.





[Volver al índice](#)

## Desarrollo de la herramienta:

Para rehabilitar los espacios proclives a violencia, de forma participativa, como se mencionó anteriormente, esta herramienta propone tres etapas en el proceso. La primera es la organización de asambleas participativas, la segunda es una ficha de mapeo y la tercera es la implementación de la propuesta.

### 1ra etapa

#### Organización de asambleas participativas.

Para iniciar el proceso es necesario que el personal del DECE socialice y/o comparta este documento con los tutores de cada curso.

Las asambleas participativas, se desarrollan con el siguiente ordenamiento:

- 1.** Una asamblea conformada por padres de familia y representantes de los estudiantes. Los tutores se encargarán de convocar a los actores, facilitar el desarrollo de la asamblea y seguir la ruta propuesta.
  - a.** Uno o dos representantes estudiantiles de cada curso. Hombre y mujer.
  - b.** Uno o dos padres de familia de cada curso. Hombre y mujer
  - c.** Los pasos de implementación se encuentran en la segunda etapa de este documento.
  - d.** Al término de esta asamblea se seleccionarán cuatro estudiantes (dos hombres, dos mujeres) y un representante de los padres de familia (priorizar mujer), para compartir los resultados de ésta en la asamblea general.
- 2.** Una asamblea conformada por autoridades, docentes, personal administrativo y demás trabajadores de la IE (observar equidad de género). El personal del DECE se encargará de convocar a estos actores, facilitar el desarrollo de la asamblea y seguir la ruta propuesta.
  - a.** Los pasos de implementación se encuentran en la segunda etapa de este documento.
  - b.** Al término de esta asamblea se seleccionarán un representante de maestros, uno de autoridades y otro de personal administrativo (observar equidad de género), para compartir los resultados de ésta en la asamblea general.



[Volver al índice](#)

- 3.** Una Asamblea General organizada por el personal del DECE, quienes se encargarán de convocar a estos actores, coordinar el desarrollo de la asamblea y seguir la ruta propuesta.

Este encuentro, tiene el objetivo de presentar y sistematizar las propuestas de los dos anteriores y establecer las líneas de acción.

- a.** Cuatro representantes estudiantiles ya seleccionados al final de la primera asamblea.
- b.** Un representante de padres/madres de familia ya seleccionado al final de la primera asamblea.
- c.** Un representante de autoridades ya seleccionado al final de la segunda asamblea.
- d.** Un representante de docentes ya seleccionado al final de la segunda asamblea.
- e.** Un representante del personal administrativo ya seleccionado al final de la segunda asamblea.
- f.** Dos estudiantes con discapacidad, seleccionados de forma aleatoria por parte del DECE.



[Volver al índice](#)

## Desarrollo de la herramienta:

### 2da etapa

#### Desarrollo de las asambleas participativas y ficha modelo de mapeo de espacios proclives a violencia.

Todas las asambleas, tienen la misma dinámica:

##### **Roles:**

Coordinador/a Asamblea: (personal del DECE)

- Dirige el intercambio.
- Otorga la palabra a todos los asistentes.
- Vela por el buen trato al momento de la exposición de los puntos de vista.
- Se preocupa de la participación de todos y todas.
- Organiza la designación del representante para las siguientes asambleas.

##### **Sistematizador: (Tutor)**

- Toma nota de las ideas.
- Marca en el mapa los lugares designados.
- Llena la ficha con las opiniones.
- En el caso de las primeras asambleas, es el encargado de guardar las fichas para presentarlas en la asamblea general.
- Ordena las fichas y realiza la sistematización global del proceso.



[Volver al índice](#)

### Materiales:

- Impresión en un papelote del mapa de la institución educativa.
- Impresión en papelotes de la ficha presentada a continuación: <https://n9.cl/62jn>
- Varios papelotes en blanco.

### Dinámica:

Al iniciar la asamblea el tutor pegará los dos materiales impresos en el pizarrón del aula para que esté a la vista de todos los participantes. Posteriormente el coordinador, explica la dinámica del encuentro:

- El objetivo de la asamblea es evaluar la infraestructura de la institución educativa e identificar estos dos tipos de espacios:
  - Lugares que están abandonados, descuidados, ocultos u oscuros; y que por lo tanto pueden ser proclives al desarrollo de actos de violencia física, sexual, acoso o bullying.
  - Lugares que no son de fácil acceso o que podrían provocar accidentes a personas con discapacidad, se deben considerar todas las discapacidades: motora, visual, auditiva, intelectual, etc.
- Se abre la plenaria, se recepta la lluvia de ideas y se inicia el proceso de sistematización.
- El facilitador dará la palabra a todas las personas presentes para que planteen los lugares que han identificado.
- El sistematizador toma apuntes y marca los lugares en el mapa de la institución.
- El sistematizador recopilará todos los datos en la ficha de mapeo de espacios proclives a violencia y los participantes de la asamblea aprobarán la información sistematizada.



[Volver al índice](#)

- Es importante mencionar que es posible que en ciertos cursos no existan estudiantes con discapacidad, sin embargo, los facilitadores deben incentivar a los participantes a realizar un ejercicio de empatía e identificar espacios que consideren de difícil acceso para personas con discapacidad.
- En plenaria y una vez que la información se encuentre en la ficha de mapeo, se plantearán las propuestas de cambio. Estas propuestas se consignarán en la columna respectiva y se construirá una propuesta común de manera consensuada.
- En el caso de la Asamblea General, se utilizarán como insumo, las dos fichas construidas previamente.
- Las personas que conforman la Asamblea General, tendrán la labor de realizar el seguimiento a la implementación de las propuestas, hasta que se concrete la reparación o transformación de los espacios proclives al desarrollo de violencia o que no permiten tener una experiencia educativa óptima.



[Volver al índice](#)

## Desarrollo de la herramienta:

### 3ra etapa

#### Implementación de propuestas

1. Cuando la asamblea general cuente con la sistematización de espacios que necesitan de transformación o reparación, empezará la fase de implementación de las propuestas. Para ello la IE, debe poner énfasis en que las soluciones surjan de la creatividad de los estudiantes, para de esta manera transformar la institución de una manera auto-sustentable y ecológicamente amigable.
2. La distribución de espacios que requieren intervención, se hará en función del número de cursos y paralelos que existan en cada IE.
3. Pensando en las ideas más creativas de implementación de los espacios a transformar y tomando en cuenta que probablemente más de un curso deba llevar adelante cada iniciativa, puede ser de interés promover un concurso para elegir la propuesta más alternativa, creativa, eco-amigable y autosustentable. Este concurso se llevará a cabo entre los cursos que tengan a cargo la modificación de cada espacio y la propuesta ganadora, será implementada por todos.

Las propuestas que sean desarrolladas por los distintos grupos, deben tomar en cuenta las siguientes características:

- a. Que el espacio deje de ser una zona proclive a la violencia.
- b. Que su transformación no requiera fondos.
- c. Que se utilice los materiales que ya existen en el IE.
- d. Los materiales usados deben ser reciclados y no generar contaminación.
- e. Debe ser una propuesta que genere permanencia en el tiempo a través del mantenimiento constante.



[Volver al índice](#)

4. Cuando los cursos seleccionados por actividades hayan presentado sus propuestas, el grupo de personas de la asamblea general, definirá cuál es la propuesta que más se adapta a los requisitos anteriormente mencionados y anunciará al paralelo ganador para que puedan iniciar con la implementación. Además serán los encargados de velar por el mantenimiento constante.
5. Para la implementación de propuestas, proponemos un formato, que incluye la descripción de espacios a transformar, responsables de cada actividad, plazo para presentación de propuestas creativas en cada caso, elección de la mejor alternativa y tiempo de implementación de la iniciativa.

Para ejemplificar la planificación de las propuestas a implementar, se propone el siguiente formato:

Distribución de propuestas					
No. De propuesta	Espacio a transformar	Responsables	Plazo para presentar las propuestas	Mejor propuesta	Tiempo para implementación de propuestas
1	Gradas	8vo A 8vo B	1 mes	8vo B	3 semanas
2	Terraza	8vo C 8vo D	1 mes	8vo C	1 mes
3	Patio trasero	9no A 9no B	1 mes	9no B	2 meses
4	Aula desocupada	9no C 9no D	1 mes	9no D	2 semanas
5	Rampa en la sala de cómputo	10mo A 10mo B	1 mes	10mo A	1 mes
6	Pasillos descompuestos	10mo C 10mo D	1 mes	10mo D	1 mes y dos semanas



[Volver al índice](#)

- Finalmente, para la implementación de las propuestas de transformación, se deberá preparar un cronograma de trabajo con el detalle de las tareas requeridas, los tiempos que éstas requieren, los responsables de ejecución de cada una de ellas, más los materiales a conseguir.

Espacio a intervenir: Gradas										
Tareas	Responsable	Recursos	Cronograma por Semanas							
Colocar baranda	Margarita	- Tubos de pupitres viejos - Padre soldador	x	x						
Pintar baranda	Pedro	- Pintura sobrante de los hogares		x						



# Psicológico

## Herramienta

# 1

### Encuesta diagnóstica sobre las condiciones de bienestar en el ambiente educativo



## Contexto:

En la actualidad puede resultar complejo mantener un equilibrio psicológico sano, debido a la diversidad de agentes estresantes a los que estamos expuestos cotidianamente. La salud mental es una parte determinante en el desarrollo del ser humano, pues gracias a esta, se adquiere la capacidad de interactuar de manera adecuada en los diferentes ámbitos relacionales de los que forma parte cada individuo.

Un funcionamiento psicológico adecuado, contribuye a su bienestar integral y su desenvolvimiento armónico y eficaz en espacios como la familia, la escuela, los amigos y en general las relaciones interpersonales.

Al respecto, Morales (1999) señala que “Un individuo sano es aquel que presenta un buen equilibrio entre su cuerpo y su mente, y se halla bien ajustado a su entorno físico y social; controla plenamente sus facultades físicas y mentales, puede adaptarse a los cambios ambientales (siempre que no excedan a los límites normales) y contribuye al bienestar de la sociedad según su capacidad”.

Cuando el ser humano cuenta con una buena salud psicológica, potencia sus capacidades y habilidades, que se ven reflejadas en su rendimiento académico y en su convivencia en general.

En este contexto, la necesidad de una herramienta que permita recopilar información de ámbitos y situaciones de bienestar y no bienestar por la que atraviesan los y las estudiantes, brinda la posibilidad de un acompañamiento integral adecuado que facilite el aprendizaje y potencie las capacidades de los y las jóvenes al interior de la institución educativa.



[Volver al índice](#)

## Objetivo General:

Brindar una herramienta, que permita dar seguimiento al estado de bienestar psicológico de los/as estudiantes en los diferentes ámbitos de su vida, con el fin de intervenir positivamente en su desarrollo académico e integral.

## Objetivos específicos:

- ✓ Identificar posibles áreas de riesgo al bienestar de los/as estudiantes, para brindar acompañamiento, contención y herramientas de resolución pacífica de conflictos en caso de requerirlas.
- ✓ Obtener información que permita brindar un correcto acompañamiento y seguimiento al bienestar psicológico, biológico y social de los/as estudiantes.

## Objetivos pedagógicos:

- ✓ Contar con un instrumento que permita identificar el estado psicológico emocional y social del estudiante.
- ✓ Promover la importancia de realizar un monitoreo constante que permita velar por el bienestar integral de los y las estudiantes.

## Dirigido a:

Estudiantes  
Padres de familia  
Docentes, autoridades y personal administrativo





[Volver al índice](#)

## Descripción de la herramienta:

Se ha pensado en un conjunto de preguntas específicas, dirigidas a recopilar información sobre el estado de bienestar individual del estudiante en tres áreas fundamentales para el desarrollo óptimo: biológico, psicológico y social.

Este cuestionario busca conocer y dar un seguimiento al bienestar de los estudiantes. Se sugiere implementarlo al inicio de cada quimestre, para tener un diagnóstico general e individual, que permita evaluar las condiciones en las que se encuentran los estudiantes en las distintas áreas de su vida, permitiendo intervenir en las posibles problemáticas.

En el caso de identificar situaciones conflictivas y que algún estudiante requiera acompañamiento particular, el DECE deberá llamarlo individualmente y continuar con el proceso de ayuda según sus protocolos.

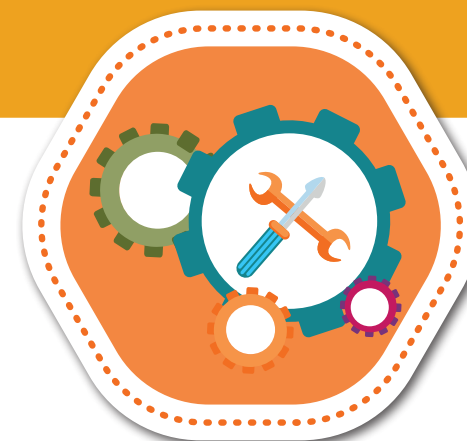
En casos de dificultades menores o generalizadas, se recomienda trabajarlos en conjunto con grupos de estudiantes, a través de instrumentos formativos y de sensibilización, como charlas, talleres, conversatorios, etc. Esto ayudará a procesar las dificultades a quienes las tengan y el conjunto estará sensibilizado para contener y acompañar de mejor manera estas situaciones.

## Uso de la herramienta:

Este cuestionario es de índole confidencial y no obligatoria, es decir que únicamente será aplicado a las personas que previamente hayan dado su consentimiento.

El cuestionario será aplicado por el personal del DECE, para ello debe solicitar 30 minutos con los estudiantes de cada curso con el fin de socializar el cuestionario, explicar su importancia y determinar el consentimiento de los estudiantes.

Una vez que el personal del DECE haya receptado los cuestionarios, debe analizar de manera confidencial e individual todos los casos, para de esta manera determinar las rutas de acción que sean necesarias en cada caso.





 Volver al índice

## Desarrollo de la herramienta:

### Encuesta diagnóstica

#### Instrucciones:

Se solicita leer cuidadosamente las preguntas antes de responder. Se debe seguir las indicaciones señaladas al inicio de cada pregunta. En el caso de existir preguntas de A o B, únicamente se debe marcar encerrando con un círculo la respuesta deseada. En preguntas de respuesta abierta existirá un máximo de 5 líneas para contestar la pregunta.

Para completar el cuestionario se debe utilizar lápiz y borrador, en caso de necesitar modificar una respuesta, borre cuidadosamente la incorrecta y vuelva a marcar visiblemente la nueva. El tiempo para completar el cuestionario es de 5 a 10 minutos como límite.

#### DATOS GENERALES

Fecha: .....

Nombres Completos: .....

Fecha de Nacimiento: .....

Edad: .....

Sexo: .....

#### ANTECEDENTES MÉDICOS

1. ¿Presentas actualmente alguna enfermedad crónica? En caso de ser negativo, escribe “no”, en caso de ser afirmativo, señala cual.

.....  
.....  
.....



 Volver al índice

2. ¿En tu entorno familiar existe antecedentes de alguna enfermedad que pueda considerarse de carácter hereditario? En caso de ser negativo, escriba “no”, en caso de ser afirmativo, señale cuáles.

.....  
.....  
.....

3. ¿Has tenido alguna revisión médica o terapia psicológica en los últimos 3 meses?

a) Si

b) No

4. ¿Has recibido atención psicológica en alguna ocasión durante su vida?

a) Si

b) No

5. ¿Usted se ha contagiado de COVID-19?

a) Si

b) No



 Volver al índice

6. ¿Eres una persona con una discapacidad de algún tipo? En caso de ser negativo, escriba “no”, en caso de ser afirmativo, señala cual.

.....

.....

.....

7. ¿Cuántas horas duermes habitualmente?

- a) 8 a 9 horas diarias
- b) 7 a 6 horas diarias
- c) Menos de 5 horas

8. ¿Te alimentas tres o más veces al día?

- a) Si
- b) No

9. ¿Cuánto tiempo dedicas en promedio a cada comida?

- a) 45 minutos a una hora
- b) 30 minutos
- c) Menos de 30 minutos



 Volver al índice

### ANTECEDENTES PSICOSOCIALES

1. ¿Has presentado las siguientes condiciones en el último mes? Señala cuáles.

- a) Altos niveles de estrés
- b) Ansiedad
- c) Tristeza o sentimiento de vacío persistente
- d) Pérdida de interés en actividades que antes eran emocionantes
- e) Pérdida de apetito
- f) Tendencia al aislamiento

.....

.....

.....

2. ¿En la actualidad, consideras que eres feliz?

- a) Sí
- b) No

En caso de que tu respuesta sea positiva explica el porque y en caso de ser negativa también justifica tu respuesta. Responder en un máximo de 5 líneas.

.....

.....

.....

.....

.....



 Volver al índice

3. ¿Cuáles son tus aficiones y mayores intereses referido al arte, deportes, ciencia u otros? Responder en un máximo de 5 líneas.

.....

.....

.....

.....

.....

### ANTECEDENTES FAMILIARES Y DE RELACIONES SOCIALES

1. ¿Con cuántas personas vives en casa? Escribe el número de personas y su descripción en un máximo de 2 líneas.

.....

.....

2. ¿Cómo es la relación con los miembros de tu familia?

- a) Excelente
- b) Buena
- c) Mala



 Volver al índice

3. ¿Consideras que la familia es tu principal fuente de seguridad y apoyo? Responder en un máximo de 5 líneas

a) Si, ¿Por qué?

b) No, ¿Por qué?

.....

.....

.....

.....

.....

4. ¿Sientes que tus relaciones interpersonales o de amistad son positivas?

a) Si

b) No

5. ¿Cómo te sientes respecto a tus círculo de amistad? Responder en un máximo de 5 líneas.

.....

.....

.....

.....

.....



 Volver al índice

### ANTECEDENTES EDUCATIVOS

1. ¿La unidad educativa es un lugar seguro y donde te sientes en confianza?

a) Si

b) No

De estar de acuerdo, ¿Qué factores te brindan seguridad? Responder en un máximo de 3 líneas.

.....

.....

.....

De estar en desacuerdo ¿Qué factores te hacen sentir y pensar lo contrario? Responder en un máximo de 3 líneas.

.....

.....

.....

2. ¿Has sufrido violencia de algún tipo dentro o fuera del plantel educativo? En caso de ser negativo, escribe “no”.

.....

.....



 Volver al índice

Si la respuesta es SI marque el tipo o los tipos de violencia experimentados:

- Violencia entre pares
- Violencia sexual
- Violencia de género
- Violencia intrafamiliar
- Violencia digital
- Discriminación por movilidad humana
- Discriminación por discapacidad
- Discriminación por condición socio-económica
- Discriminación por origen étnico
- Discriminación por diversidad sexo-genérica

3. ¿Tu entorno escolar influye positiva o negativamente en tu vida personal y familiar?

- a) Positivo
- b) Negativo



 Volver al índice

4. ¿Formas parte de procesos participativos juveniles dentro del colegio? En caso de ser negativo, escriba “no”, en caso de ser afirmativo, describir el proceso en un máximo de 5 líneas.

.....

.....

.....

.....

.....

**CONDICIONES ACTUALES DE TELE EDUCACIÓN**

1. ¿Realiza usted pausas activas de 10 minutos cada cierto tiempo dentro de su jornada de estudios?

- a) Si
- b) No

2. ¿A qué hora empieza y a qué hora termina tu jornada estudiantil?

Empieza:.....

Termina: .....

3. ¿Luego de su jornada escolar, realiza actividades personales y de ocio?

- a) Si
- b) No



 Volver al índice

4. ¿Se siente sobrecargado de trabajo?

a) Si

b) No

5. ¿Tiene alguna observación o comentario que le gustaría añadir? Coméntelo en esta sección. Tiene un máximo de 5 líneas.

.....

.....

.....

.....

.....

### Recursos de apoyo



Para complementar la herramienta, el equipo de comunicación de la Fundación Esquel ha producido algunos insumos, que aportarán en el uso del tiempo libre. Estos insumos, se los puede obtener en el siguiente vínculo: <https://n9.cl/ywxi>



**Encuétranos en:**



/ FundacionEsquel



/ FundacionEsquel



/ FundacionEsquel



/ fundacionesquelEC

**Dirección**

Av. Colón E4-175, entre Amazonas y Foch  
Ed. Torres de la Colón, Mezzanine, ofic. 12  
Quito, Ecuador

[fundacion@esquel.org.ec](mailto:fundacion@esquel.org.ec)  
Teléfono: (5932) 252-0001  
[www.esquel.org.ec](http://www.esquel.org.ec)