

**FORTALECIENDO HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES  
EN TIEMPOS RETADORES**

---

**AVANCEMOS A  
LA PRESENCIALIDAD  
DE MANERA POSITIVA**



**PERÚ**

Ministerio  
de Educación



La profesora Elena retornará a la presencialidad en su colegio.

Aunque le alegra volver, también le da mucho temor pues no confía en que su institución cumpla con las medidas de bioseguridad.

Tiene miedo de contagiarse y poder contagiar a sus familiares.



# Reconocer la emoción:



1

Tener miedo a contagiarse es normal, y en la medida adecuada nos permite estar alertas y cuidarnos.



2

Pero es necesario aprender a gestionar el miedo para que no perjudique tu salud y bienestar.



3

Para ello es importante crear condiciones para confiar no sólo en el cuidado personal, sino en el **cuidado colectivo**.

# Estrategia para el manejo del miedo al contagio

## Confianza en el cuidado colectivo responsable

Fomenta el cuidado mutuo y responsable con otras personas en la escuela, para convertirla en el espacio seguro que todos queremos.

### **Aquí te presentamos cinco propuestas:**



Expresa y dialoga con otros miembros de la comunidad educativa sobre sus temores frente al contagio.



Conversa con tu director/a y colegas sobre la importancia de los protocolos de bioseguridad y sobre las limitaciones estructurales que se pueden presentar en tu escuela ¿qué recomendaciones plantearías tú?



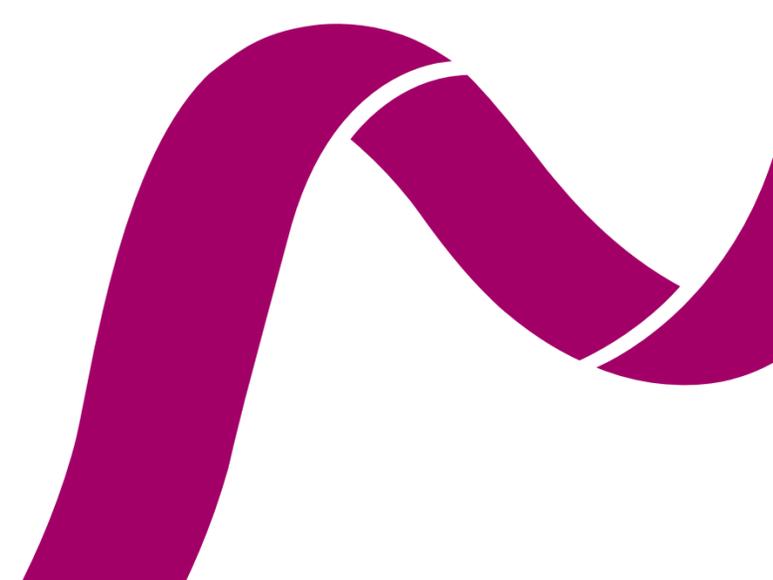
Si tu escuela tiene dificultades para cumplir con los protocolos de bioseguridad, deben consultar con la UGEL para tomar medidas.



Establezcan acuerdos y compromisos sobre prácticas y hábitos saludables entre todos los actores de la comunidad educativa.



Definan cómo se comunicarán y reforzarán las prácticas, hábitos y protocolos de bioseguridad a lo largo del año.



# Conclusión:

Recuerda, para mitigar la posibilidad del contagio en el retorno, es necesario tomar acciones preventivas como colectivo.

¡Al co-regular nuestros comportamientos, nuestra red institucional será más efectiva y estaremos más protegidos!

**¡Aprendamos a cuidarnos juntas y juntos, en comunidad!**

