



Guía para el profesorado en apoyar el bienestar y éxito académico de la población estudiantil en la educación híbrida

Apoyando a la población estudiantil en un Ambiente de Aprendizaje Híbrido

Con la transición del Recinto a la educación remota en respuesta a la pandemia COVID 19, la facultad dictando cursos en este nuevo ambiente puede tener preguntas sobre cómo reconocer y apoyar a estudiantes con dificultades. Dependiendo de la naturaleza del curso, el número de estudiantes matriculados/as y el nivel de contacto que tiene la facultad con estudiantes en su salón de clases físico, reconocer estudiantes con dificultades puede que no sea muy diferente. Aquí compartimos información para ayudar a la facultad en determinar cuándo estudiantes necesitan atención adicional o un referido a algún servicio de apoyo en el campus.

El Departamento de Consejería para el Desarrollo Estudiantil (DCODE) está ofreciendo servicios presencial y en línea a la población estudiantil que pueden solicitar citas escribiendo al correo electrónico (dcode.consejeria@upr.edu) para que les llegue el formulario de solicitud de forma automática o utilizando el siguiente en [Formulario Solicitud Nueva del DCODE \(office.com\)](https://office.com).

¿Cómo hacer que mi curso sea un ambiente seguro y de apoyo a mis estudiantes?

1. *Actitud de transparencia y sinceridad* – Cuando las figuras de autoridad demuestran transparencia y sinceridad, promueve un ambiente más seguro. No tienes que compartir información bien personal y sensible, pero reconocer los retos que estamos enfrentando como comunidad, y validar las reacciones y experiencias que estamos experimentando todos/as ayuda a las personas a sentirse más cómodas. Muestra una actitud de flexibilidad, apertura y empatía ante los cambios que hemos enfrentado. Reconoce que como país hemos estado enfrentando varios retos en la última década

(pandemia, huracanes, terremotos, etc.) y esto continúa representando retos extraordinarios.

2. *Ofrece un espacio seguro para la expresión* - Aunque tu curso no tiene como objetivo atender las necesidades emocionales de tus estudiantes, si puede aportar positivamente al aprendizaje el que puedan hacerlo. Por ejemplo, puedes tomar 5 minutos al inicio de la clase para preguntar cómo están o pedirles que tomen varias respiraciones profundas contigo antes de comenzar. Cuando las personas experimentan trauma y/o estrés crónico, se afectan las áreas del cerebro que tienen que ver con el aprendizaje y la memoria a corto plazo.
3. *Comunicación clara, disponibilidad y flexibilidad* - El estrés crónico puede ocasionar dificultades en la concentración, memoria y organización. Mientras más clara sea la comunicación, y de ser posible, por más de un medio (auditivo, visual), mejor es para el bienestar y aprendizaje del estudiante. Puedes dar instrucciones por múltiples vías, tener más espacios virtuales para la discusión o contestar dudas (foros, chats, horas de oficina virtuales).
4. *Combatir el estigma de buscar ayuda* - Puedes ayudar a combatir el estigma de buscar ayuda profesional si lo incluyes o tratas como algo natural que está disponible y es utilizado por el estudiantado para maximizar su ejecutoria académica y promover su bienestar. Todas las universidades acreditadas tienen que tener un centro o departamento de consejería. Por ejemplo, cuando discutas el prontuario puedes incluir información sobre los recursos de apoyo que tienen estudiantes en el Recinto, como lo son el Departamento de Consejería para el Desarrollo Estudiantil (DCODE). Otra alternativa es incluir la información sobre esta oficina y otros servicios en un área de la plataforma Moodle.

Aquí una sugerencia de lo que podrías incluir:

SERVICIOS DEL DCODE: *En el Departamento de Consejería para el Desarrollo Estudiantil (DCODE) del Decanato de Estudiantes se ofrecen*

servicios profesionales de consejería, psicología y trabajo social de manera confidencial, voluntaria y gratuita a la población de estudiantes. Estos servicios están dirigidos a trabajar con las dificultades académicas, personales y de planificación de carrera. Para solicitar servicios accede al Formulario para solicitar servicios en el siguiente enlace en [Formulario Solicitud Nueva del DCODE \(office.com\)](#) o por correo electrónico dcode.consejeria@upr.edu.

5. *Observa y atiende posibles señales de necesidad de ayuda en tus estudiantes* - En la enseñanza en modalidad híbrida, puedes identificar señales de alerta tales como, si no se conecta o asiste regularmente a las clases y generalmente puede disculparse por no presentarse o simplemente no lo hace, o si comienza a cambiar su conducta en el salón virtual (no se conecta a tiempo, no participa en clase, se duerme, o prefiere no encender su cámara en ningún momento). Además, si presenta conducta errática que puede causar algún tipo de disturbio en el ambiente virtual (interrumpir la clase constantemente, hacer preguntas sin coherencia, no seguir las reglas establecidas y discutidas en el salón virtual, entre otras). También, si el trabajo está muy debajo de la expectativa de la clase, aún cuando se le ofreció retro comunicación, o si se comunica por alguno de los medios autorizados pero su comunicación no es precisa, ni clara.

Es importante prestar atención a los cambios de comportamiento. ¿Un/a estudiante típicamente comprometido/a ahora parece estar desconectado/a? ¿Envía tarde las tareas? Ha dejado de asistir a las clases y no busca interactuar con usted en las horas de oficina. ¿Parece demasiado cansado/a y ahora no tiene interés en el material del curso? Todos estos cambios pueden sugerir que hay preocupaciones o que pueden ser inminentes.

¿Qué comportamientos son los más preocupantes y pueden justificar un referido a DCODE?

Los comportamientos cada vez más retraídos, las expresiones de desesperanza o inutilidad, la pérdida de interés en actividades que antes eran importantes, el bajo rendimiento académico, los cambios abruptos en el estado de ánimo, los

indicios de aumento de la agresividad y hablar (incluso de forma aparentemente bromista) de hacerse daño podrían ser indicadores de preocupaciones más profundas y serias. Cuantos más comportamientos se presenten, mayor será el riesgo. Si tienes preocupaciones, particularmente si no responde a tus intentos de acercamiento, completa un referido a DCODE para que el personal esté al tanto de la situación y para que a él/la estudiante le llegue información sobre cómo solicitar los servicios (es importante que incluyas el correo electrónico del estudiante en el referido). De igual forma, si deseas consultar cómo responder a una preocupación en torno a un/a estudiante, te puedes comunicar con el DCODE ya sea por correo electrónico (dcode.consejeria@upr.edu) o por nuestras extensiones x86500, 86501, 86504, 86549.

Incita a que hable contigo durante horas de oficina, o que busque ayuda de otros recursos del recinto para resolver preocupaciones tecnológicas o frustraciones con el ambiente. Si las preocupaciones parecen ser de índole personal (dificultad preparando un ambiente de aprendizaje apropiado en el hogar, retos personales o financieros), sugiérele el DCODE para una cita con un/a profesional de ayuda.

¿Qué puedo hacer si un estudiante muestra conducta inapropiada durante una clase?

Acércate primero y luego hazle una invitación a reunirse contigo durante tus horas de oficina. Habla con él o ella para tratar de entender los asuntos que puedan estar detrás de sus conductas para que puedas tener una mejor idea del referido apropiado.

Brinda información directa sobre el comportamiento inapropiado, no solo si interrumpe la clase, sino también de cómo afecta su capacidad para tener éxito. Si esto no resulta, o si la conducta es más problemática, informe a su Director/a de su Departamento o al Decano/a Auxiliar para Asuntos Estudiantiles de su Facultad o Escuela. Además, puede referir a cualquier estudiante de cual tenga preocupación a través del correo electrónico del DCODE (dcode.consejeria@upr.edu) con copia al estudiante. Así puede solicitar los servicios disponibles para manejar las dificultades que pudiera tener.

Por último, y no menos importante, es posible que en algún momento recibirás información preocupante de algunos/as de tus estudiantes. Por ello, te facilitamos, un modelo de comunicación para invitar a un/a estudiante a solicitar servicios de ayuda.

Modelo de correo electrónico para invitar a un/a estudiante a buscar ayuda.

Estimado/a estudiante:

Gracias por contactarme o entregar el trabajo [depende del tema expresado por el/la estudiante en el correo electrónico]. Lamento que te sientas _____ [parafrasear situación que le describe el/la estudiante], parece que estás atravesando momentos difíciles. Quiero que sepas que la Universidad tiene recursos de ayuda para estudiantes que se sienten como tú y a menudo recomiendo sus servicios, este lugar se llama DCODE (Departamento de Consejería para el Desarrollo Estudiantil). Este departamento cuenta con profesionales en el área de consejería, psicología y trabajo social que trabajan con estudiantes que presentan dificultades académicas, personales, y en la planificación de carrera. Para más información sobre los servicios del DCODE puedes acceder el siguiente enlace en [Formulario Solicitud Nueva del DCODE \(office.com\)](#). Los servicios son gratuitos para el estudiantado. Te exhorto a utilizar estos servicios para que puedas sentirte mejor y terminar el semestre con éxito. Te adjunto en este correo electrónico, algunos recursos que puedes utilizar y que son gratuitos para estudiantes.

Por último, voy a copiarle al DCODE (dcode.consejeria@upr.edu) esta comunicación contigo para que te escriban y te den más información sobre sus servicios.

Espero que pronto te sientas mejor,

Profesor/a X

Otra información relevante del DCODE

El DCODE ofrece servicios de prevención e intervención temprana mediante talleres y grupos por lo que le puede recomendar a sus estudiantes que nos sigan en las redes sociales para obtener información sobre la programación de talleres y grupos. <https://www.instagram.com/dcodeuprrp/#>

En DCODE (Biblioteca Lázaro Tercer Piso) tenemos una sala de relajación y una de artes expresivas en las que realizamos talleres. Ofrecemos talleres de diversos temas relacionados al bienestar, éxito estudiantil, salud mental y selección de carrera.

Si un/a estudiante (o profesor/a) desea coordinar un taller (o sesión de relajación) para 5 estudiantes o más lo puede hacer completando la solicitud en el siguiente enlace: <https://forms.gle/nJNFbYWDnhN5Lujh7> y nos ajustamos al horario disponible, lugar y el tema que interesa que se trabaje.

Departamento de Consejería para el Desarrollo Estudiantil (DCODE)

[787-764-0000](tel:787-764-0000) ext. 86500, 86501 | dcode.consejeria@upr.edu

[Departamento de Consejería para el Desarrollo Estudiantil – Decanato de Estudiantes \(uprrp.edu\)](https://www.uprrp.edu/departamento-de-consejeria-para-el-desarrollo-estudiantil-decanato-de-estudiantes)

Tercer Piso Biblioteca Lázaro | Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras

