



Unidad de Bienestar Socioemocional y Salud Mental  
Liceo Carmela Carvajal

# **PLAN DE BIENESTAR SOCIOEMOCIONAL 2026**



Unidad de Bienestar Socioemocional y Salud Mental  
Liceo Carmela Carvajal

## ¿Quiénes componen el equipo del taller bienestar socioemocional?

1 Coordinador de la Unidad de  
BSySM



**DIEGO  
ALMONTE**

2 Psicólogas

**VALENTINA  
PALMA**

**CAMILA  
OLGUÍN**



**Psicóloga**



**Psicóloga**

**5 Docentes de  
Bienestar  
Socioemocional**

Danitza Manríquez  
Mario Reyes  
Javiera Cáceres  
Ma. Josefina Lyon  
Siloé Rodríguez



## 1. Plan de Bienestar Socioemocional 2025

### 1.1. Fundamento

H En el año 2021, cuando la educación estaba “híbrida”, entre la presencialidad y las clases *online*, producto de una pandemia, surge la necesidad de crear la Unidad de Bienestar Socioemocional y Salud Mental, la primera de su tipo en Chile, la cual se implementa formalmente con la llegada de la presencialidad en 2022 en el Liceo Carmela Carvajal de Providencia. Desde sus inicios, su objetivo fundamental ha estado centrado en la formación y el acompañamiento de las y los estudiantes en el desarrollo de aprendizajes socioemocionales, especialmente en el contexto post pandémico.

En este sentido, desde un *enfoque operativo o perspectiva funcional*, se hizo evidente la necesidad de crear e implementar talleres semanales dentro del currículum formal, desarrollados en las horas pedagógicas de la Jornada Escolar Completa (JEC). Estos talleres se crearon y se llamaron inicialmente “Inteligencia Emocional” para luego ser llamados talleres de “Bienestar Socioemocional”.

Estos talleres son impartidos por una dupla docente–psicólogo/a y se estructuran en torno a cuatro líneas de acción: psicoeducación, recreación, socialización y contención, abordando diversas temáticas vinculadas al desarrollo de destrezas personales, interpersonales, comunitarias y ciudadanas, todas ellas desde las Áreas del Aprendizaje Socioemocional del Mineduc.

En este marco, el ámbito curricular de lo socioemocional, hoy se encuentra en su cuarto año continuo de implementación en el Liceo Carmela Carvajal (desde que inició de manera piloto en Providencia, y en Chile) y que ha evidenciado resultados significativos en las y los estudiantes en años anteriores, impactando en el clima escolar del establecimiento y en la regulación de las y los estudiantes, con una calificación promedio de un 6.0 y un porcentaje de percepción de utilidad de un 93%, según las encuestas y evaluaciones de las y los mismos estudiantes hacia el programa socioemocional.

La Unidad de Bienestar Socioemocional y Salud Mental está compuesta por el mismo coordinador, de profesión psicólogo, que empezó desde sus inicios en el proyecto educativo



socioemocional, junto a tres psicólogas, además de contar con una oficina de psicología y dos salas de contención. Las reuniones de la Unidad se realizan principalmente los días lunes, entre las 16:00 y las 17:00 horas (una hora cronológica), mientras que las reuniones del Departamento de Bienestar Socioemocional, que integran a psicólogos/as y docentes, se llevan a cabo los días jueves, entre las 16:30 y las 18:00 horas (una hora y media cronológica).

En la actualidad, no existe hoy en Chile una asignatura curricular obligatoria de educación Socioemocional establecida de forma explícita en el currículo Nacional (como sí ocurre con Lenguaje o Matemática), pero sí existe es un reconocimiento creciente de la importancia del desarrollo socioemocional dentro de las políticas educativas del Ministerio de Educación (MINEDUC), y hay lineamientos, guías y programas que promueven su incorporación en las escuelas, a raíz de esta implementación a contar del año 2022. Desde esta mirada, a contar de los años siguientes, el MINEDUC ha publicado lineamientos y recursos para apoyar el aprendizaje socioemocional en las comunidades educativas, orientados a docentes, duplas psicosociales y equipos técnicos, generando guías que integran estrategias socioemocionales en el Currículum Nacional.

Sin ir más lejos, este año el Mineduc promovió un Programa de Bienestar Socioemocional y Desarrollo Integral que se está implementando como piloto en diversos establecimientos, con intención de que sea parte del sistema educativo y que beneficiará a más de cuarenta mil estudiantes, en cinco Servicios Locales de Educación Pública: Iquique, Valparaíso, Gabriela Mistral, Punilla Cordillera y Andalién Sur, con una inversión de \$5 mil millones. El programa beneficia a 42 mil niños, niñas y adolescentes que estudian entre tercero básico y tercero medio<sup>1</sup>.

Desde este nuevo enfoque, también se hizo necesario evaluar y medir el impacto como tal y es por eso que nace el Diagnóstico Integral de Aprendizajes (DIA) que se aplica en las escuelas, es una herramienta evaluativa oficial que refleja un interés estatal por incorporar y visibilizar el aprendizaje socioemocional en la educación chilena. No es simplemente un examen académico; está diseñado para aportar información sobre el desarrollo

---

<sup>1</sup> Ministerio de Educación (2025). *Mineduc presentó el Programa de Bienestar Socioemocional y Desarrollo Integral que beneficia a más de 40 mil estudiantes*. Recuperado de <https://educacionpublica.gob.cl/ministerio-de-educacion/mineduc-presento-el-programa-de-bienestar-socioemocional-y-desarrollo-integral-que-beneficia-a-mas-de-40-mil-estudiantes/>



socioemocional de los estudiantes y la convivencia escolar, junto con los aprendizajes tradicionales, para apoyar decisiones pedagógicas y planificación educativa basada en evidencia. El DIA incluyó un cuestionario de aprendizaje socioemocional, además el de convivencia escolar (aplicado desde 4° básico a IV medio), con el propósito de recoger información sobre habilidades socioemocionales como conciencia de sí mismo/a, autorregulación, empatía, colaboración, entre otras, y sobre la percepción estudiantil del ambiente escolar.

### **1.2. Característica**

El Plan de Bienestar se encuentra gestionada por la Unidad de Bienestar Socioemocional y Salud Mental (BSySM), y planificada e implementada por el Departamento de Bienestar.

Tanto la Unidad BSySM como el Departamento de Bienestar Socioemocional presentan una reunión semanal, a determinar según el horario institucional del presente año.

## **2. Departamento de Bienestar Socioemocional (DBS)**

El Departamento de Bienestar Socioemocional está conformado por seis docentes, tres psicólogos/as y un coordinador, y funciona bajo la supervisión de la Unidad Técnico-Pedagógica (UTP).

El Departamento sostiene una reunión semanal, realizada los días jueves a las 16:30 horas, cuyo objetivo es planificar, supervisar, co-construir y monitorear las temáticas y estrategias que se desarrollan semanalmente en los talleres de Bienestar Socioemocional, asegurando su coherencia pedagógica y pertinencia con las necesidades de las y los estudiantes.

En el marco de su quehacer, el Departamento, en articulación con el trabajo complementario de la Unidad de Psicólogos de Bienestar Socioemocional y Salud Mental, desarrolla talleres dirigidos a las y los estudiantes, orientados a fortalecer su desarrollo personal, social y educacional socioemocional. Estas instancias formativas se sustentan en diversas líneas teóricas y enfoques de trabajo, que orientan el diseño de sus contenidos, metodologías y estrategias de intervención, las cuales se detallan a continuación.



### 3. Taller de Bienestar Socioemocional

El taller curricular de Bienestar Socioemocional se imparte en todos los niveles a cargo de docentes (5) y psicólogos (3) en el cual se busca desarrollar la educación emocional, mediante principalmente el aprendizaje de habilidades socioemocionales y prosociales en el estudiantado. La meta es que las y los estudiantes puedan aproximarse de manera efectiva al aprendizaje, desarrollar las competencias personales y sociales necesarias para desenvolverse de manera activa, prosocial y propositiva, logrando un desarrollo integral.

#### 3.1. Características

Su alcance es para todas y todos los estudiantes de todos los niveles, desde séptimo básico a cuarto medio, el cual de séptimo a segundo medio cuenta con dos (2) horas pedagógicas, mientras que tercero y cuarto medio con una (1).

#### 3.2. Marco teórico

El marco teórico del taller cuenta con siete áreas troncales teóricas para su implementación:

- **El modelo de CASEL**

El Método o modelo es una sigla que significa “*Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning*” (CASEL) y constituye un marco de referencia teórica y práctica desarrollado a partir de la experiencia de investigación e implementación de una red de colaboradores que, iniciándose en Estados Unidos en 1994, se ha extendido a diferentes países de todo el mundo. El objetivo es establecer un aprendizaje social y emocional (SEL) de alta calidad y basado en la evidencia, como una parte esencial de la educación preescolar hasta la secundaria, basándose en los principios de la teoría de la Inteligencia Emocional. Las áreas de abordaje y trabajo con las y los estudiantes son: (a) autoconciencia, (b) autocontrol, (c) toma de decisiones responsables, (d) habilidades para relacionarse y (e) conciencia social.

- **Inteligencia Emocional**

Es una teoría-práctica que permite entender y gestionar las emociones en el ser humano, siendo Daniel Goleman el autor más reconocido en la actualidad. Sin embargo, existen otros autores que han desarrollado este concepto, de los más conocidos están: Salovey y Mayer: autores del modelo original de inteligencia



emocional (1990); Bisquerra: educación emocional en contexto escolar; Jame Gross: referente en regulación emocional; Susan Davis: con su enfoque en agilidad emocional; Linda Lantieri: especialista en educación socioemocional; Reuven Bar-On: trabaja con el modelo de Inteligencia Emocional Social; entre otros. El modelo dice, en términos muy generales, que el proceso de un aumento en la inteligencia emocional una persona se ve reflejado en saber (a) identificar y reconocer sus estados afectivos; (b) comprender y significar su cuadro emocional presente; (c) gestionar y modular la intensidad de sus emociones cuando las sienten problemáticas y (d) aprender a comunicarse asertivamente.

La Inteligencia Emocional corresponde a un enfoque teórico-práctico que permite comprender, reconocer y gestionar las emociones en las personas, considerando su influencia en la conducta, las relaciones interpersonales y los procesos de aprendizaje. Uno de los autores más difundidos en este ámbito es **Daniel Goleman**; sin embargo, la literatura psicológica reconoce múltiples aportes relevantes que han consolidado este campo de estudio.

Entre los principales referentes se encuentran **Peter Salovey y John Mayer**, autores del modelo original de inteligencia emocional (1990); **Rafael Bisquerra**, con sus desarrollos en educación emocional en contextos escolares; **James Gross**, referente en regulación emocional; **Susan David**, con su enfoque de agilidad emocional; **Linda Lantieri**, especialista en educación socioemocional; y **Reuven Bar-On**, quien desarrolla el modelo de inteligencia emocional social, entre otros.

De manera general, estos modelos coinciden en que el desarrollo de la inteligencia emocional se expresa progresivamente en la capacidad de:

a) identificar y reconocer los propios estados emocionales; b) comprender y otorgar significado a la experiencia emocional; c) regular y modular la intensidad de las emociones, especialmente cuando generan malestar o interfieren en el funcionamiento cotidiano; y d) comunicar las emociones de forma asertiva, favoreciendo relaciones interpersonales saludables y contextos de convivencia respetuosos.

- **Áreas del Aprendizaje Socioemocional del Mineduc**

El Diagnóstico Integral de Aprendizajes (DIA), implementado por la Agencia de Calidad de la Educación del Ministerio de Educación, incorpora indicadores de aprendizaje socioemocional basados en un enfoque de desarrollo integral del



estudiantado. Este marco organiza las habilidades socioemocionales en tres grandes áreas: personal, comunitaria y ciudadana.

El área personal se vincula con habilidades intrapersonales, tales como la conciencia de sí mismo/a, la autorregulación emocional y la toma responsable de decisiones. El área comunitaria aborda habilidades interpersonales, incluyendo la conciencia de otros/as, la empatía y la colaboración y comunicación. Finalmente, el área ciudadana considera habilidades de carácter colectivo, como la inclusividad, la prosocialidad y el compromiso democrático.

Desde el punto de vista teórico, este enfoque articula aportes de la Inteligencia Emocional y del Aprendizaje Socioemocional (SEL), en coherencia con modelos ampliamente validados como el de Salovey y Mayer y el modelo CASEL, adaptados al contexto educativo nacional.

- **Plan de Gestión de Convivencia Escolar (PGCE)**

Los elementos que forman parte este plan (PGCE) constituyen un eje central para la promoción del desarrollo socioemocional de las y los estudiantes, orientando las acciones preventivas, formativas y de abordaje relacional al interior del establecimiento. Desde este plan se definen cuatro pilares fundamentales que guían la convivencia escolar: (a) buen trato, (b) no discriminación, (c) valoración de la diversidad y (d) inclusión, y son esos pilares que se primueven dentro de cada taller de Bienestar Sociemocional.

Estos pilares buscan favorecer entornos educativos seguros, respetuosos y emocionalmente protectores, fortaleciendo relaciones basadas en el respeto mutuo y la dignidad de todas las personas. En particular, el eje de inclusión considera de manera explícita la multiculturalidad y el reconocimiento de las Necesidades Educativas Especiales (NEE), promoviendo prácticas que aseguren la participación equitativa, el resguardo del bienestar socioemocional y el acceso efectivo a oportunidades de aprendizaje para todo el estudiantado.

- **Indicadores de Desarrollo Personal y Social (IDPS)**

Los Indicadores de Desarrollo Personal y Social (IDPS) son un conjunto de índices que vienen a complementar y ampliar el concepto de educación y estándares de aprendizajes, más allá del dominio del conocimiento académico, de acuerdo a los





objetivos generales de la educación establecidas en la ley. Desde el marco cualitativo, encontramos cuatro indicadores con un total de once dimensiones o aspectos que engloban este aprendizaje complementario, estos son: (a) Autoestima Académica y Motivación Escolar (b) Clima de Convivencia Escolar (c) Participación y Formación Ciudadana (d) Hábitos de Vida Saludable.

- **Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5)**

Asimismo, para el abordaje en el ámbito de la salud mental y de abordar determinadas manifestaciones emocionales de alta intensidad —como crisis de angustia, episodios de ansiedad o desregulación emocional—, se considera como soporte teórico técnico los criterios descriptivos del *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5)*, en tanto marco clínico reconocido internacionalmente. Su utilización tiene un fin orientador y preventivo, permitiendo comprender sintomatología asociada, identificar factores de riesgo y definir estrategias de contención y derivación oportunas, sin que ello implique la emisión de diagnósticos clínicos dentro del contexto escolar, resguardando siempre el enfoque educativo, de derechos y de bienestar integral de las y los estudiantes.

- **Modelo PROCÍVICO (Pontificia Universidad Católica de Chile)**

Se incorpora como marco orientador —a partir del año 2023— el **Modelo PROCÍVICO**, desarrollado por la Pontificia Universidad Católica de Chile, el cual se enfoca en la formación cívica, ciudadana y socioemocional de niños, niñas y adolescentes. Este modelo propone que el desarrollo de la ciudadanía no se limita al conocimiento normativo o institucional, sino que se construye a partir de habilidades socioemocionales, relacionales y éticas que permiten la convivencia democrática, la participación responsable y el respeto por los demás. El modelo PROCÍVICO pone énfasis en el desarrollo progresivo de competencias tales como la empatía, el diálogo, la resolución pacífica de conflictos, el respeto por la diversidad, la participación activa y el compromiso con el bien común, entendiendo la escuela como un espacio privilegiado para el aprendizaje de prácticas democráticas cotidianas.



### **Englobando y abarcando seis Unidades de trabajo durante el año:**

- a. Gestión emocional y conducta prosocial
- b. Habilidades Socioemocionales
- c. Salud Mental
- d. Juegos lúdicos de socialización
- e. Los cuatro ejes o pilares de Convivencia Escolar
- f. Los Indicadores de Desarrollo Personal y Social (IDPS).

### **3.3. Estrategia de trabajo**

El establecimiento implementa estrategias orientadas a promover el desarrollo personal y social de las y los estudiantes, contribuyendo a su calidad de vida y bienestar integral, tanto a nivel individual como dentro del contexto educativo. Estas estrategias buscan fortalecer competencias socioemocionales, favorecer la construcción de vínculos positivos y potenciar habilidades personales, interpersonales y emocionales.

Para su desarrollo, se utilizan diversos recursos físicos, virtuales y tecnológicos, tales como materiales escolares, presentaciones digitales (Canvas, PPT), salidas pedagógicas, visitas a la sala de contención, así como juegos, dinámicas y ejercicios experienciales. Todas estas acciones se diseñan y ejecutan en coherencia con los objetivos de cada actividad y las necesidades específicas de cada grupo-curso.

Las tres líneas de abordaje desarrolladas en este taller son:

#### **i. Promoción**

Conjunto de acciones que busca fortalecer el bienestar y las habilidades en el desarrollo personal, competencias y destrezas de las personas en el ámbito socioemocional y prosocial.

#### **ii. Prevención**

Conjunto de acciones que buscan reducir y anteponerse de manera protectora en las probabilidades de desarrollar una situación de riesgo, enfermedades o estados de malestar del desarrollo socio-psico-emocional.

#### **iii. Intervención**



Conjunto de acciones orientados a los factores psicosociales y sus efectos en el entorno escolar.

Por otra parte, los talleres abordan cuatro líneas de acción que promueven las temáticas y actividades en la siguiente dirección: la socialización, la recreación, la psicoeducación y la contención:

**iv. Socialización**

Proceso de adquisición, interiorización e integración de valores sociales y normas de comportamientos propios de un grupo social o cultural, con el fin de posibilitar su adaptación al contexto social, promoviendo el desarrollo de la empatía, el respeto, las formas de comunicación, trabajo en equipo, la inclusión, las reglas de conducta, habilidades sociales, autoconocimiento, confianza y el conocimiento del otro.

**v. Recreación**

Actividades destinadas al esparcimiento físico y mental; tales como a actividades de distracción, distensión y ocio, promoviendo un clima relacional de sana convivencia y de autocuidado contra el estrés.

**vi. Psicoeducación**

Espacio de educación e información sobre los procesos psicológicos, emocionales, físicos, sociales y comportamentales respecto a temáticas propias del ser humano y su ciclo evolutivo, promoviendo espacios de conocimiento, motivación y reflexión.

**vii. Contención**

Actividades destinadas a activar la calma, la serenidad, y la regulación emocional a través de ejercicios, promoviendo el desarrollo de el acompañamiento, auto y co-regulación y espacios de expresión emocional.



### **3.4. Programa**

Las temáticas que se tratarán en el año 2026, divididas por semestres, son las siguientes:

#### **Primer Semestre(\*)**

<b>Mes</b>	<b>Temáticas a trabajar</b>
Marzo	<ul style="list-style-type: none"><li>● Actividades de retorno a clases.</li><li>● Dinámica de socialización y conocimiento del curso.</li><li>● Aplicación del DIA.</li><li>● Actividad de la semana contra el ciberacoso.</li><li>● Actividades en el ámbito socioemocional.</li></ul>
Abril	<ul style="list-style-type: none"><li>● Actividades de socialización.</li><li>● Taller introductorio a la Salud Mental.</li><li>● Actividades lúdicas por nivel</li><li>● Actividad IDPS: Autoestima Académica y Motivación Escolar (AAME).</li><li>● Taller sobre negociación efectiva.</li></ul>
Mayo	<ul style="list-style-type: none"><li>● Taller sobre negociación efectiva.</li><li>● Actividad IDPS: Autoestima Académica y Motivación Escolar (AAME).</li><li>● Actividades de los ejes del Plan de Gestión de Convivencia Escolar.</li><li>● Sala de contención.</li><li>● Evaluación de los talleres del 1° semestre (parte 1)</li></ul>
Junio	<ul style="list-style-type: none"><li>● Encuesta de percepción sobre IDPS.</li><li>● Evaluación de los talleres del 1° semestre. (parte 2)</li><li>● Juegos recreativos.</li><li>● Actividades cierre del semestre</li></ul>

(\*) Esto puede estar sujeto a modificaciones durante el primer semestre.

#### **Segundo Semestre**

*En construcción...*

Este se elaborará durante el primer semestre de 2025.

### **3.5. Evaluación**

Este año, al igual que años anteriores, el taller será evaluado por el estudiantado en dos momentos:

- Mes de junio:** evaluación del taller correspondiente al 1° semestre.
- Mes de noviembre:** evaluación del taller correspondiente al 2° semestre.

Arrojando una evaluación final de los indicadores en el mes de diciembre, promedio de las dos evaluaciones anteriormente mencionadas.



Los elementos a evaluar son:

- Curso.
- Género
- Percepción de utilidad de los talleres
- Calificación del taller
- Aspectos positivos
- Aspectos a mejorar
- Evaluación de la dupla psico-docente
- Observaciones.

**En el año 2025:** se obtuvo un promedio anual de un 6.0 y un porcentaje de percepción de utilidad de un 93% de parte del estudiantado, superando en calificación y en porcentaje a los años anteriores.

**Tabla comparativa anual de la calificación de los talleres de Bienestar Socioemocional**

Anual 2022	Anual 2023	Anual 2024	Anual 2025
4,6	5,5	5,8	6,0

**Tabla comparativa anual de los porcentajes de utilidad de los talleres de Bienestar Socioemocional**

Anual 2022	Anual 2023	Anual 2024	Anual 2025
<i>No se implementó tal criterio ese año</i>	83%	88%	93%

#### **4. Sala de contención.**

La sala de contención (también denominada de psicomotricidad e integración sensorial), actualmente dos salas en el Establecimiento, tiene como objetivo establecer un espacio orientado a brindar herramientas de autorregulación a estudiantes que lo requieran, favoreciendo el autocuidado y la promoción de la salud mental.

Además de la promoción de la regulación emocional y salud mental, presenta el desarrollo de la psicomotricidad como un conjunto de habilidades motoras y capacidades mentales que permiten a una persona controlar y coordinar sus movimientos de manera consciente. Estas



habilidades van más allá de una actividad física, ya que permiten al estudiante potenciar la comunicación, expresión y relación con su entorno.

Elementos que componen la sala de contención.

- Piscina de pelotas sensorial.
- Mantas de peso.
- Sacos.
- Pouf.
- Balones.
- Aros.
- Muro de escalada
- Huellas.
- Audífonos con cancelación de ruidos.
- Cascada de trenzas
- Plintos de espumas
- Peluches de contención.
- Materiales gráficos: mandalas, sudoku, sopas de letras, etc.

La sala de contención es un espacio normado, bajo directrices regulatorias, que permiten el uso consciente y adecuado por las y los estudiantes, supeditado a un protocolo (procedimiento) de Sala de Contención. Por tanto, presenta una serie de orientaciones y lineamientos para el uso y cuidado de ambas instalaciones.

Algunas acciones que debe desarrollar el psicólogo/a a cargo al interior de la sala de contención son:

- 1) Realizar intervenciones individuales y grupales que promuevan el bienestar de las y los estudiantes.
- 2) Desarrollar un rol activo velando por el bienestar de las y los estudiantes y un funcionamiento óptimo de la sala.
- 3) Realizar un trabajo administrativo tales como: uso de planillas, enviar y responder correos, realizar registros de estudiantes a la sala de contención.

*El programa y las actividades de la sala de contención están en construcción y se actualizará el presente documento durante el año 2026.*