



PERÚ

Ministerio
de Educación

EDU
TALENTOS
REGIONES

COP

COMUNIDAD
DE PRÁCTICA DE
GESTIÓN EDUCATIVA

BUENA PRÁCTICA DE GESTIÓN EDUCATIVA

AYSSE “Recargando nuestras emociones”

REGIÓN CAJAMARCA
UGEL SAN MARCOS



La UGEL San Marcos enfrenta dificultades en la gestión de las emociones por parte de sus servidores públicos y docentes, lo cual afecta su desempeño laboral, relaciones interpersonales y bienestar integral. Esta situación se evidencia en los resultados de una encuesta institucional que revela que más del 50% reprime sus emociones, el 42% no logra identificarlas adecuadamente, y un 82% no busca ayuda cuando enfrenta malestares emocionales. Las principales causas son el escaso conocimiento sobre emociones básicas, la limitada capacidad para reconocerlas corporalmente, la falta de estrategias para canalizarlas y la ausencia de presupuesto específico para soporte socioemocional. Esta problemática se traduce en desmotivación, conflictos laborales, actos de violencia emocional, problemas de salud emocional, atención deficiente al usuario y apatía hacia actividades socioemocionales y capacitaciones organizadas por la UGEL, afectando la calidad del servicio educativo.

AYSSE "Recargando nuestras emociones" - CAJAMARCA

¿En qué consiste?

La práctica de gestión educativa denominada "**AYSSE: Recargando nuestras emociones**" consiste en una propuesta integral que promueve el desarrollo de competencias socioemocionales en los servidores públicos, docentes y estudiantes de la UGEL San Marcos, en la región Cajamarca. Esta iniciativa responde a un diagnóstico institucional que evidenció una alta dificultad para gestionar las emociones, lo cual impactaba negativamente en el clima laboral, la atención a los usuarios y la salud mental del personal. Ante esta situación, se diseña una intervención articulada que busca atender el bienestar emocional como un pilar para mejorar el servicio educativo. El objetivo principal de la práctica es promover la gestión consciente y saludable de las emociones en los actores educativos de la UGEL, con el fin de lograr relaciones interpersonales armoniosas, fortalecer el compromiso institucional y brindar una atención empática y eficiente a los usuarios del sistema educativo. Este objetivo se proyecta para cumplirse en el periodo 2022–2026, con metas claras y medibles que ya han evidenciado mejoras sustantivas en la convivencia laboral y el desempeño organizacional.

Para alcanzar este propósito, se implementan cuatro estrategias clave:

- **Programa de fortalecimiento socioemocional:** comprende talleres formativos como "¿Me conozco realmente?" y actividades innovadoras como el "Buzón de las emociones", donde los servidores expresan anónimamente cómo se sienten. Se incluyen materiales impresos y digitales, como folletos informativos y textos breves, que refuerzan el conocimiento sobre las emociones básicas.
- **Desarrollo de capacidades para identificar lo que el cuerpo siente en relación a una emoción:** se promueve el autoconocimiento mediante herramientas como la bitácora "Mi historia personal", atención psicológica personalizada dos veces al mes en coordinación con centros de salud mental, y sesiones de coaching como "Mi casa, mi vida", que brindan un espacio seguro para la reflexión emocional.
- **Práctica de estrategias para la canalización emocional:** se aplican acciones orientadas al autocuidado y el manejo del estrés como pausas activas cada lunes, celebraciones de cumpleaños, sesiones musicales motivadoras en horario laboral, y mensajes reflexivos para estimular la empatía y la resiliencia. Estas actividades buscan generar una cultura organizacional más empática y colaborativa.

AYSSE "Recargando nuestras emociones" - CAJAMARCA

- **Gestión de presupuesto y articulación interinstitucional para el soporte emocional:** la UGEL ha logrado incluir actividades de soporte emocional en su POI, destinando presupuesto específico y firmando convenios con centros de salud y municipios distritales. Estas alianzas han permitido contar con profesionales de salud mental, logística y espacios adecuados para desarrollar las actividades planificadas.

En su conjunto, la práctica AYSSE busca transformar la cultura institucional mediante el fortalecimiento del bienestar emocional, aportando a una gestión educativa más humana, sensible y eficaz. Está contextualizada al entorno social, cultural y lingüístico del territorio, y se proyecta como una experiencia replicable para otras UGEL o DRE del país.

AYSSE "Recargando nuestras emociones" - CAJAMARCA

¿Qué está logrando?

A casi dos años de su implementación, la práctica AYSSE "Recargando nuestras emociones" ha generado impactos positivos tanto cuantitativos como cualitativos. Destacan los siguientes logros:

- ✓ **60% de servidores públicos identifican y gestionan sus emociones** en comparación con el 10% al inicio de la práctica, lo que se refleja en un ambiente laboral más armonioso y motivador.
- ✓ Se ha fortalecido la **convivencia y las relaciones interpersonales**, lo cual ha contribuido a una mejor atención a los usuarios y al cumplimiento de metas institucionales.
- ✓ **50% de los trabajadores reconocen las emociones en su cuerpo**, desarrollando mayor autoconsciencia y disposición a recibir atención psicológica profesional.
- ✓ **55% regulan sus emociones mediante lectura y estrategias aprendidas**, promoviendo hábitos de autocuidado y mejora continua.
- ✓ Se ha destinado **0.07% del presupuesto institucional al soporte emocional**, formalizando su sostenibilidad en el POI, planes y estrategias pedagógicas, aprobados con dispositivos legales de la entidad.
- ✓ El acompañamiento psicológico ha permitido **atención oportuna a casos de depresión y estrés**, generando un entorno emocionalmente seguro.
- ✓ Las estrategias se están **replicando en cinco instituciones educativas de nivel secundaria**, ampliando el alcance del impacto a docentes y estudiantes.
- ✓ Para este 2025 se han considerado 30 IIEE en inicial, primaria y secundaria, en donde se viene replicando la práctica desde la convivencia escolar.

Estos resultados evidencian que atender el componente socioemocional de los trabajadores tiene un efecto directo en la calidad del servicio educativo y en la construcción de una cultura organizacional más humana, empática y centrada en el bienestar de toda la comunidad educativa.

AYSSE "Recargando nuestras emociones" - CAJAMARCA

Contactos

Ivett del Rosario Álvarez Delgado

Especialista de Educación Primaria

Correo: ivettalvarezd@gmail.com

Wilmer Rosebel Vásquez Cubas

Director de la UGEL San Marcos

Correo: wilmervas13@gmail.com

AYSE "Recargando nuestras emociones" - CAJAMARCA

GALERIA FOTOGRÁFICA

Prácticas de estrategias para la canalización de las emociones.

