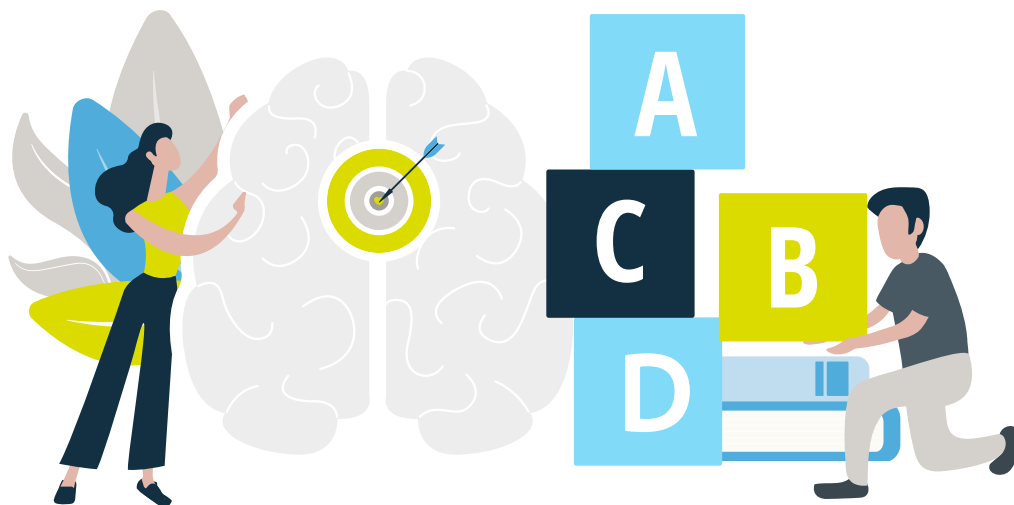


Bienestar socioemocional en el aula:

¿Qué metodología tomar para abordar el desarrollo de las habilidades socioemocionales?



La sigla **SEPA** apunta a que la enseñanza y el aprendizaje de habilidades socioemocionales (HSE) sea secuenciada, explícita, puntualizada y activa. Esta metodología nos permite acercarnos a una sistematización o marco de referencia para revisar nuestras prácticas orientadas al abordaje de estas habilidades.



Secuenciada

Las prácticas secuenciadas contemplan que al momento de planificar la enseñanza de las HSE:

- Se siga un **orden preestablecido de profundización paulatina** en cada una.
- Se respete una **secuencia didáctica de pequeños paso a paso** donde se rescata lo aprendido como andamiaje del próximo nivel de saber.
- Se considere en la implementación que lo que se solicita a los estudiantes debe considerar el nivel de dominio de las diferentes HSE.

Por ejemplo:

Si buscamos trabajar con la enseñanza y aprendizaje de la empatía, podemos en un comienzo describir y explicitar qué es la empatía a través de distintas metodologías didácticas (exposiciones, exposiciones dialogadas, paneles, etc). Luego, se puede cuestionar qué implica y cómo se demuestra el “ponerse en el lugar del otro”, logrando que cada participante pueda explicitar la complejidad de esta definición que resulta tan intuitiva. Más adelante, se puede ejercitar la empatía tomando como ejemplo un emergente dentro del aula, o mirar una película que también tenga distintos grados de complejidad (es más fácil ser empático con quien abiertamente explicita sentirse mal, que con quien se avergüenza incluso de sentirse mal y por ello no lo manifiesta). Y por último, se la puede vincular a la defensa de posturas antagónicas respecto a un saber de la currícula o de algún área temática, donde diferentes estudiantes pueden empatizar con la postura contraria sin perder de eje las propias convicciones para que el diálogo sea constructivo. En este intercambio, el rol docente será central para ejemplificar, modelar, y poder leer en clave de HSE lo ocurrido y procurar un trato empático.

Se propone la siguiente grilla pensada para acompañar la reflexión sobre las prácticas pedagógicas en este sentido:

Al momento de diseñar una propuesta donde se busque el desarrollo de una habilidad socioemocional, se pueden revisar estos puntos para potenciar el impacto de que la actividad sea secuenciada .	
¿Qué se está considerando como contenido aprendido previamente de esta habilidad socioemocional?	
¿Qué se espera que se logre aprender de esta habilidad socioemocional con esta actividad?	
¿Qué se verá en un próximo encuentro para profundizar aún más esta habilidad socioemocional?	

Explícitas

Los estudiantes son protagonistas de su proceso de aprendizaje y por eso se aconseja que al hacerlo, participen y **sean conscientes de la totalidad de su proceso educativo**. Podemos leer este punto como el “hacer visible lo oculto” de la currícula. Por esto es necesario explicitar en cada actividad:

- ¿Qué HSE se pretende abordar?
- ¿Cuál es su definición?
- ¿Cuál es el sentido de lo que afrontarán?
- ¿Cómo es valioso para su bienestar?
- ¿Qué objetivos se persiguen a nivel personal y grupal?

Transmitir que las HSE son importantes, **que se pueden aprender**, que generan bienestar en múltiples aspectos, que van de la mano del **cuidado de la salud y la empleabilidad** es una vía para generar la curiosidad y el interés del grupo.

Se propone la siguiente grilla pensada para acompañar la reflexión sobre las prácticas pedagógicas en este sentido:

Al momento de diseñar una propuesta donde se busque el desarrollo de una habilidad socioemocional, se pueden revisar estos puntos para potenciar el impacto de que la actividad sea explícita .	
¿Qué HSE se pretende abordar?	
¿Cuál es su definición?	
¿Cuál es el sentido de lo que afrontarán?	
¿Cómo aporta valor para su bienestar?	
¿Qué objetivos se persiguen a nivel personal y grupal?	

La redacción y comunicación de los objetivos deben ser específicos y claros.

Por ejemplo:

“Se espera que a través de intercambiar sus opiniones respecto a la lectura de determinada novela, puedan hacerlo de manera empática. La empatía tiene que ver con poder ponerse en el lugar del otro y comprender cómo se está sintiendo. Esto nos ayudará a poder valorar no solo nuestra opinión sino también las de otras personas, un recurso que es fundamental para resolver situaciones problemáti-

cas como discusiones entre pares. El poder expresar lo que nos parece valorando la opinión de otros nos permite relacionarnos de una manera saludable y afianzarnos. A nivel personal, entendernos con otros puede ayudar a ampliar nuestra mirada y a nivel grupal generar confianza para comunicarnos con sinceridad dentro de un aula donde existe el respeto.”

Otro ejemplo donde es necesaria la **explicitación es en torno a la evaluación**. El grupo de estudiantes debe conocer con antelación qué **es aquello que se va a evaluar** para poder conocer qué se espera de su performance. Una buena idea para esto es armar rúbricas de evaluación que contengan objetivos que se puedan, incluso, enlazar con la trayectoria en distintas áreas curriculares y aspectos vinculados al desarrollo de HSE.

Por ejemplo: “Al terminar de intercambiar opiniones, identificamos una posible forma de agrupar las diferentes posturas. Se alentará la reflexión sobre qué comprendimos respecto de las distintas posturas y qué puntos tenemos en coincidencia y no coincidencia. Luego, se propondrá pensar si alguna postura diferente nos resulta valiosa o nos ayuda a comprender mejor las diversas posiciones sobre el mismo tema.”

Puntualizadas

Durante el planeamiento de la actividad se debe puntualizar **cada una de las HSE que se pretende enseñar de forma diferencial**, y en los **diferentes aspectos que las componen**, asegurándose de destinar **tiempo suficiente** para cada uno.

Cabe destacar que, de manera similar a lo que ocurre en otras áreas curriculares, en el caso de estas habilidades resulta poco provechoso el intento de “aislar” las distintas HSE que se ponen en juego en una actividad de enseñanza-aprendizaje. Sin embargo, resulta importante **conceptualizar que más allá de estar poniendo en juego múltiples habilidades, van a estar puntualizando una de ellas**.

Se propone la siguiente grilla pensada para acompañar la reflexión sobre las prácticas pedagógicas en este sentido:

Al momento de diseñar una propuesta donde se busque el desarrollo de una habilidad socioemocional, se pueden revisar estos puntos para potenciar el impacto de que la actividad sea **puntualizada**.

¿Qué habilidad socioemocional se va a trabajar?	
¿Qué componentes la definen?	

¿Cuál de los componentes se está abordando ahora?	
¿Cuál de los componentes ya se ha abordado?	
¿Cuál de los componentes se abordará en el futuro?	

Pueden definirse las HSE a puntualizar tanto desde la escuela como desde los diferentes espacios curriculares como talleres, proyectos, campañas de promoción y prevención u otras iniciativas que estén orientadas a enseñar HSE en interacción con los contenidos.

Por ejemplo:

Si se pretende trabajar la comunicación asertiva, se debe entender para conceptualizarla, que nuestras palabras se convierten en respuestas conscientes con una base firme resultado de lo que sentimos y pensamos. En lugar de obedecer a reacciones automáticas, necesitamos comunicarnos de una manera empática y receptiva; para ello, necesitamos una escucha activa. Por lo tanto, para trabajar la comunicación asertiva, previamente debo asentar qué implica la empatía y la escucha activa en sus diferentes componentes, para luego puntualizar la integración de ambos aspectos para expresar qué sentimos y pensamos.

Aprendizajes Activos

Las actividades que se proponen dentro del aula son más nutritivas si invitan a los estudiantes a ejercitar las HSE desde **una posición activa y crítica**. Es por eso que pueden vincularse contenidos formales con HSE pensando en consignas ingeniosas que no suenen forzadas. El trabajar las HSE situadas favorece su desarrollo, facilitando la transferibilidad de lo aprendido en la escuela a la vida personal. Esto puede hacerse **fomentando la participación, el debate, la toma de decisiones, la resolución de conflictos, la reflexión y la expresión de cómo se sienten y emocionan**. El involucramiento puede incentivarse planteando retos desafiantes donde se aprenda haciendo, integrando saberes formales y valores. Se nos ocurre presentar por ejemplo la relación entre matemática y HSE. En primera instancia, puede que parezca que no tienen ningún punto de encuentro, pero los hay. Al plantear la resolución de una situación problemática, se puede indagar en paralelo acerca de los procesos cognitivos involucrados, a través de preguntas respecto al grupo de estudiantes al momento de enfrentarse con la tarea.

Se puede apelar a entender cuestiones similares a las siguientes:

- ¿De qué modo podrías hacer distinto lo que estás haciendo de manera de lograr un mejor desempeño?
- ¿Te resulta fácil o difícil pedirle o brindar ayuda a un compañero o compañera?
- ¿Se te ocurre algún ejemplo personal donde podrías aplicar el contenido aprendido?
- ¿Creés que lo visto aporta a tu futuro?

Se propone la siguiente grilla pensada para acompañar la reflexión sobre las prácticas pedagógicas en este sentido:

Al momento de diseñar una propuesta donde se busque el desarrollo de una habilidad socioemocional, se pueden revisar estos puntos para potenciar el impacto de que la actividad sea activa .	
¿Qué se está solicitando que realicen los estudiantes de manera activa?	
¿Qué situación a resolver se está proponiendo que requiera un pensamiento crítico?	
¿Se invita a reflexionar sobre algo en particular a los estudiantes?	
¿Se invita a aplicar lo aprendido a una situación diferente?	



A modo de resumen, podés utilizar la siguiente grilla al momento de diseñar una propuesta donde se busque que el desarrollo de una habilidad socioemocional sea secuenciado, explícito, puntualizado y activo.

Secuenciada	¿Qué se está considerando como contenido aprendido previamente de esta Habilidad Socioemocional?	
	¿Qué se espera que se logre aprender de esta Habilidad Socioemocional con esta actividad?	
	¿Qué se verá en un próximo encuentro para profundizar aún más esta Habilidad Socioemocional?	

Explícita	¿Qué HSE se pretende abordar?	
	¿Cuál es su definición?	
	¿Cuál es el sentido de lo que afrontarán?	
	¿Cómo aporta valor para su bienestar?	
Puntualizada	¿Qué Habilidad Socioemocional se va a trabajar?	
	¿Qué componentes la definen?	
	¿Cuál de los componentes se está abordando ahora?	
	¿Cuál de los componentes ya se ha abordado?	
	¿Cuál de los componentes se abordará en el futuro?	
Activa	¿Qué se está solicitando que realicen los estudiantes de manera activa?	
	¿Qué situación a resolver se está proponiendo que requiera un pensamiento crítico?	
	¿Se invita a reflexionar sobre algo en particular a los estudiantes?	
	¿Se invita a aplicar lo aprendido a una situación diferente?	

Referencias

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., & Pachan, M. (2010). A meta-analysis of after-school programs that seek to promote personal and social skills in children and adolescents. *American journal of community psychology*, 45, 294-309.

<https://schoolguide.casel.org/resource/autoevaluacion-de-sel-en-el-aula/>

<https://schoolguide.casel.org/focus-area-3/classroom/explicit-sel-instruction/>

<https://schoolguide.casel.org/resource/herramientas-de-colaboracion-para-construir-sel-a-lo-largo-del-dia-escolar-y-el-tiempo-fuera-del-horario-escolar/>