

VOCES EXPERTAS

Laura Keegan

¿Por qué hablar de Habilidades Sociales y Emocionales?



¿Por qué hablar de Habilidades Sociales y Emocionales?

Por Laura Keegan

En los últimos años, el desarrollo de las habilidades sociales y emocionales (HSE) se ha consolidado como un componente esencial de la educación integral, superando su consideración previa que las entendía como una dimensión anexa a los contenidos curriculares o como parte del currículum oculto.

Organismos internacionales tales como la UNESCO, UNICEF, BID, OCDE, OMS, entre otros, han dado prioridad en la agenda educativa global a la inclusión de las HSE como objetivos fundamentales del sistema educativo, con el propósito de promover el bienestar, fortalecer la resiliencia y facilitar el desarrollo integral de las personas. Estas competencias habilitan la realización académica y laboral, constituyéndose en condiciones esenciales para que los individuos puedan desplegar plenamente su potencial de vida y alcanzar sus metas formativas o profesionales.

Según el enfoque del aprendizaje social y emocional (SEL) del CASEL (2021), estas habilidades comprenden cinco dominios interrelacionados —autoconciencia, autorregulación, conciencia social, habilidades relacionales y toma de decisiones responsable— que pueden enseñarse y ejercitarse de manera sistemática.

Desde la Política de Bienestar Socioemocional del Ministerio de Educación de la Ciudad de Buenos Aires (MEDU 2024) proponemos organizar las habilidades en los dominios del *soy*, *somos* y *actuamos*. Partimos del *soy* marcando la importancia del desarrollo de la habilidad para reconocer emociones, pensamientos y valores y cómo estos influyen en nuestro comportamiento, en aprender a distinguir nuestros comportamientos automáticos, desde la consciencia de sí mismo se entiende como las habilidades que influyen en el comportamiento y en la capacidad de regularse en las distintas situaciones de la vida con el fin de reconocer las fortalezas y limitaciones. Estas habilidades regulan el estrés, el malestar, permiten establecer metas claras y trabajar activamente para alcanzarlas, en sintonía con el propósito personal.

Desde allí, actuar desde el *somos* implica comprender aspectos interdependientes de nuestra persona con otros y con el medio; desde la consciencia de que vivimos con otros, lo que nos hace seres humanos, nos subjetiva, teniendo en cuenta el aspecto interdependiente de nuestro ser, se entiende como las habilidades para empatizar y tomar perspectiva

de los demás considerando la diversidad y los contextos; estableciendo y manteniendo relaciones saludables y de apoyo para navegar eficazmente los diversos entornos y grupos.

Desde la interdependencia y en el habitar el cuerpo, es que nuestro *actuar* impacta en la sociedad, sumado a nuestras actitudes y valores. Al igual que en los llamados aprendizajes para el carácter, desarrollamos habilidades que nos permiten planificar su proyecto de vida de modo consciente, que contempla el modo de relacionarnos con el entorno, la tecnología y la sociedad.

El despliegue de este dominio del actuar fortalece el clima escolar, conformando espacios seguros y confiables -principalmente en las aulas- donde los estudiantes se sienten tenidos en cuenta, donde perciben que hay otros que se preocupan por su bienestar, demuestran menos juicio y mayor aceptación del error como parte del proceso de aprendizaje, para que a su vez puedan trasladarlo a la sociedad.

Las Habilidades y el Bienestar socioemocional

En el marco de la política de Bienestar socioemocional (MEDU 2024) trabajamos con las HSE tanto de docentes como de los estudiantes. Partimos de la concepción de que el bienestar no es un estado estático, sino un conjunto de habilidades que podemos aprender y fortalecer con el tiempo. En resumen, el bienestar se construye activamente. No es un estado permanente, sino el resultado de aprender y ejercitar habilidades que gracias a la neuroplasticidad pueden desarrollarse. Esta neuroplasticidad permite entrenar y modelar estas habilidades a través de la experiencia. Según investigadores como Richard Davidson y Brianna Schuyler del Center for Healthy Minds (2012), existen cuatro competencias clave que sostienen una vida plena:

1. Capacidad para mantener emociones positivas
2. Recuperarse rápidamente de experiencias negativas (resiliencia)
3. Empatía y comportamiento prosocial
4. Reducción de la rumiación mental

Sumado a lo anterior, el bienestar socioemocional es un estado subjetivo que emerge de la forma en la que interpretamos y gestionamos el mundo interno y las circunstancias del entorno en línea con el sentido de la vida. El bienestar es dinámico y la educación juega un papel central en su desarrollo.

Comprender el bienestar socioemocional como un proceso continuo y permanente, nos abre a la necesidad de integrar esta dimensión a todas las áreas curriculares dentro de cada nivel educativo. Resulta esencial para el desarrollo integral de los docentes y estudiantes, ya que esta relación “*influye en el bienestar escolar, en las aspiraciones futuras y en el apoyo de pares*” (CEBCS, 2021, p. 175).

El clima escolar y la importancia del bienestar de docentes y estudiantes

El clima escolar constituye no solo el entorno donde ocurren los procesos de enseñanza y aprendizaje, sino que es en sí mismo una experiencia educativa activa y significativa. Numerosos estudios son concluyentes frente a la importancia del desarrollo de las habilidades socioemocionales por parte de los docentes de los diferentes niveles educativos en el aula (Arias, 2020; Durlak, *et.al.*, 2021; Aragundi-Valle, 2023; MEDU, 2024; Duro, 2024).

De acuerdo con un estudio realizado en Ecuador (Aragundi-Valle & Game-Varas, 2023), se observó que en la medida en que los docentes promueven ambientes de aprendizaje colaborativos y abordan HSE tales como el trabajo en equipo, la empatía y la comunicación asertiva —por mencionar algunas— mediante actividades grupales, presentaciones, seguridad frente al grupo, ejemplo de vida e integración de recursos didácticos para dinamizar las clases, se demuestra un uso adecuado de estas habilidades socioemocionales.

En estos entornos de aprendizaje, los estudiantes prestan mayor atención, muestran más interés por aprender, asumen mayor responsabilidad, compromiso y empatía en su desempeño escolar. Además, los estudiantes aprenden lecciones valiosas sobre sí mismos, los demás y cómo interactuar positivamente con el mundo que los rodea, especialmente con los docentes.

El bienestar socioemocional y el rendimiento académico

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.

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.

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.

Lo proactivo que nos invita a cambiar el enfoque cambiar la intención de lo que hacemos nos corre algunos pensamientos intrusivos si a esto le sumamos un ambiente seguro y confiable los estudiantes podrán desarrollar habilidades que les van a permitir alcanzar estados de bienestar.

Dada la importancia de las HSE en el desarrollo de los estudiantes y su influencia en resultados futuros, es clave que las habilidades socioemocionales sean parte esencial en los estándares de aprendizaje (Dusenbury *et al.*, 2015; Dusenbury y Weissberg, 2016). Las habilidades socioemocionales pueden ser incorporadas de diversas formas en los estándares de aprendizaje: como parte de los objetivos generales de la instrucción escolar; como parte de los objetivos de varias asignaturas de manera que sean un elemento integral en el currículo; o bien como una asignatura o módulo adicional. Además, dado que muchas escuelas no cuentan con capacidad ni recursos para introducir actividades extracurriculares, adaptar los estándares de aprendizaje para promover las habilidades socioemocionales podría fomentar el desarrollo socioemocional en los estudiantes sin depender de muchos recursos adicionales (OCDE, 2015).

Experiencias de Bienestar

Desde el 2024, año en que iniciamos la implementación de la Política de Bienestar Socioemocional, nuestra principal misión ha sido la transversalización de las habilidades socioemocionales en las diferentes áreas y a su vez en los perfiles que integran la comunidad educativa. Uno de nuestros ejes estratégicos ha sido la formación docente, cuyo objetivo ha sido construir instrumentos pedagógicos e implementar acciones formativas que impacten en la mejora de los aprendizajes de los estudiantes en el aula.

Hemos recorrido un camino lleno de experiencias enriquecedoras como el Programa Bienestar en Red, diseñado para disminuir los impactos del estrés docente y aumentar recursos y HSE en la comunidad educativa. En este programa, los docentes realizan prácticas de atención plena que les permitan gestionar las sensaciones físicas, las emociones y los pensamientos vivenciando cómo esto impacta en el bienestar personal y colectivo, además, contaron con tutorías y asesoramiento para su implementación en el aula. El 69% de los docentes, directivos y supervisores alcanzados recalcaron la importancia de esta formación para implementar en el aula.

Este ha sido uno de los ejemplos que hemos construido desde 2024 que nos demuestra la importancia del Bienestar docente y su impacto en la mejora de los aprendizajes, ya que al brindar herramientas de autoconocimiento, los docentes han conectado y mejorado sus vínculos con los estudiantes, que reconociendo algunas experiencias docentes mencionan:

“Es necesaria esta formación y fue necesaria en nuestra vida. Hubo cambios, en la apertura, en lograr esa estabilidad, en vivir el presente, en tomarnos una pausa... Así uno encara el proceso de enseñanza desde otra mirada e impacta en los estudiantes porque ellos lo perciben, se pueden lograr cambios verdaderos. Esto multiplicado a otras comunidades y a la sociedad, podría generar un cambio mucho mayor.” (Docente de Gestión Estatal)

Son esta y otras las voces de docentes que han logrado desarrollar las habilidades y diseñar propuestas para el aula que propician aprendizajes significativos, mediante un enfoque de bienestar socioemocional que permita reconocer la dimensión más humana y emocional que se pone en juego en las aulas.

Referencias

Aragundi-Valle, R., & Game-Varas, C. (2023). Habilidades socioemocionales en docentes para el manejo de ambientes de aprendizaje colaborativos. *Revista Innova Educación*, 5(2), 149–164. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2023.02.010>

Arias Ortiz, E., Hincapié, D., & Paredes, D. (2020). Educar para la vida: El desarrollo de las habilidades socioemocionales y el rol de los docentes (Nota técnica). Banco Interamericano de Desarrollo. Disponible en <https://publications.iadb.org/es/publications/spanish/viewer/Educar-para-la-vida-El-desarrollo-de-las-habilidades-socioemocionales-y-el-rol-de-los-docentes.pdf>

Davidson, R. J., & Begley, S. (2012). El perfil emocional de tu cerebro: Claves para modificar nuestras reacciones y mejorar nuestras vidas (R. García, Trad.) [Versión PDF]. Destino. <https://www.rehueong.com.ar/sites/default/files/2023-10/Davidson%2C%20Richard.%20Begley%2C%20Sharonn.%20El%20perfil%20emocional%20de%20tu%20cerebro.pdf>

Dusenbury, L., Newman, J. Z., Weissberg, R. P., Goren, P., Domitrovich, C. E., & Mart, A. K. (2015). Developing a blueprint for preschool to high school education in social and emotional learning: The case for state learning standards. In J. A. Durlak, C. E. Domitrovich, R. P. Weissberg, & T. P. Gullotta (Eds.), *Handbook of social and emotional learning: Research and practice* (pp. 532-548). New York: Guilford Press.

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*.

Duro, E. (2024). Habilidades esenciales relevantes para los aprendizajes: Notas sobre la mentalidad de crecimiento [Informe]. Unidad de Evaluación Integral de la Calidad y Equidad Educativa (UEICEE), Ministerio de Educación, GCBA. <https://bde-ueicee.bue.edu.ar/documentos/771/download>

Centro de Estudios de Bienestar y Convivencia Social [CEBCS]. (2021). El bienestar antes, durante y después de la pandemia. Universidad del Desarrollo. <https://psicologia.udd.cl/files/2021/01/El-bienestar-antes-durante-y-despu%C3%A9s-de-la-pandemia-CEBCS-1.pdf>

Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning [CASEL], (2021), SEL: What Are the Core Competence Areas and Where are they Promoted?. <https://casel.org/sel-framework/>

Ministerio de Educación (2024). Documento Marco Bienestar socioemocional. Gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. <https://escuelademaestros.bue.edu.ar/wp-content/uploads/2024/07/Documento-Marco.pdf>

